Vol 5 No.2 (2026) - Mei, pp 1038-1044 https://www.doi.org/10.59025/2w4yjn58

Jurnal Masyarakat Madani Indonesia
e-ISSN: 2829-6702
https://syadani.onlinelibrary.id/

Sinergi Sekolah dan Keluarga dalam Edukasi Gizi Dan Konsumsi Ikan Untuk Mencegah Stunting Pada Anak Sekolah Dasar

Sulfiana[1], Fatimah Hardianti A[1], Galih Sandjaya[1], M Saleh Rumwokas[1], Neneng Suarno Kalidi[2], Vista Ghea Nurastri[2], Nur Alya Mariska Latief[1], M Abdul Malik[1], Indah Pratiwi Yunus[1]

[1]*Program Studi Pengolahan Hasil Perikanan, Fakultas Perikanan, Universitas Muhammadiyah Sorong*
[2]*Program Studi Manajemen Sumber Daya Perairan, Fakultas Perikanan, Universitas Muhammadiyah Sorong*

INFO ARTIKEL

Diserahkan 16/01/2026
Direvisi 16/02/2026
Diterima 02/03/2026
Diterbitkan 08/03/2026

***Kata Kunci*:**

Stunting,
Edukasi Gizi,
Konsumsi Ikan,
Sekolah Dasar,
Pengabdian Masyarakat

ABSTRAK

Stunting masih menjadi permasalahan gizi utama di Indonesia dan memerlukan upaya pencegahan yang komprehensif melalui keterlibatan berbagai pihak. Sekolah dan keluarga memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku gizi anak usia sekolah dasar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperkuat sinergi sekolah dan keluarga melalui edukasi gizi dan konsumsi ikan sebagai upaya pencegahan stunting pada anak sekolah dasar. Kegiatan dilaksanakan di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong dengan sasaran guru dan orang tua siswa menggunakan metode edukasi dan pemberdayaan melalui penyuluhan interaktif, diskusi, serta media edukatif. Evaluasi dilakukan menggunakan pre–post test untuk mengukur perubahan pemahaman peserta terkait stunting, gizi seimbang, manfaat konsumsi ikan, dan peran guru serta orang tua. Hasil menunjukkan adanya peningkatan skor pemahaman pada seluruh indikator setelah edukasi, dengan kenaikan paling tinggi pada pemahaman peran guru dan orang tua serta manfaat konsumsi ikan. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis sekolah dan keluarga efektif dalam meningkatkan literasi gizi dan berpotensi mendorong praktik konsumsi ikan sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model intervensi edukatif yang berkelanjutan dalam mendukung peningkatan status gizi anak usia sekolah dasar.

Corresponding author email:
sulfianasaif@um-sorong.ac.id

Copyright@ Author (2026). Published by Alesha Media Digital. This is an open access article under the CC BY SA license. All writings published in this journal are personal views of the author and do not represent the views of this journal and the author's affiliated institutions.

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia meskipun prevalensinya telah menunjukkan tren penurunan dalam beberapa tahun terakhir. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia [1], prevalensi stunting nasional mencapai 19,8%, masih di atas tujuan penurunan jangka menengah nasional dan menunjukkan pentingnya intervensi gizi yang komprehensif. Stunting adalah kondisi di mana anak memiliki tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan usia mereka akibat gizi kurang kronis. Dampaknya tidak hanya terbatas pada fisik, tetapi juga meliputi perkembangan kognitif, kesehatan jangka panjang, produktivitas, dan potensi sumber daya manusia. Hal ini terjadi sejak masa awal kehidupan dan dapat berlanjut hingga usia sekolah jika asupan gizi tidak diperbaiki secara cepat dan tepat [2].

Perbaikan gizi melalui konsumsi protein hewani memainkan peran penting dalam pencegahan stunting. Ikan sebagai sumber protein berkualitas tinggi, asam lemak omega-3, vitamin, dan mineral esensial sangat berperan dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Berbagai studi menunjukkan pentingnya ikan dalam

pola makan anak untuk memenuhi kebutuhan gizi tumbuh kembang [3]. Selain itu, edukasi gizi yang terarah kepada sekolah dan keluarga dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam memilih serta mengonsumsi pangan bergizi. Intervensi edukasi gizi berbasis sekolah menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan konsumsi ikan dan pengetahuan gizi anak SD melalui pendekatan perilaku [4].

Program seperti Gerakan Gemar Makan Ikan (GEMARIKAN) telah diimplementasikan di berbagai daerah sebagai strategi pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan asupan ikan sebagai bagian dari pola makan sehari-hari, yang dilaporkan efektif dalam meningkatkan kapasitas kader dan orang tua dalam edukasi pencegahan stunting [5]. Pengabdian masyarakat lain juga menunjukkan bahwa edukasi dan pelatihan pengolahan ikan menjadi produk yang disukai anak dapat meningkatkan konsumsi ikan di rumah, sehingga membantu meningkatkan intake nutrisi yang diperlukan untuk tumbuh kembang optimal dan membantu mencegah stunting [6]. Selain itu, sosialisasi tentang pentingnya konsumsi ikan dan keterampilan pengolahannya pada ibu rumah tangga dan keluarga terbukti meningkatkan pengetahuan dan kesiapan praktik konsumsi ikan yang lebih baik di kalangan masyarakat lokal [7]. Dalam konteks global, konsumsi ikan juga dikaji sebagai bagian dari upaya pencegahan malnutrisi dan masalah pertumbuhan anak di berbagai negara, yang menekankan peran protein hewani untuk tumbuh kembang anak [8].

Namun, perlu ditekankan bahwa edukasi yang dilakukan secara berkelanjutan dan melibatkan multipihak sekolah, keluarga, tenaga kesehatan, serta kader masyarakat menjadi syarat utama keberhasilan dalam perubahan perilaku konsumsi pangan sehat sehingga intervensi pencegahan stunting efektif. Pendekatan kolaboratif ini penting untuk membangun lingkungan yang mendukung perilaku makan sehat sejak dini [9]. Oleh karena itu, program pengabdian masyarakat ini difokuskan pada pemberdayaan sekolah dan keluarga melalui edukasi gizi dan konsumsi ikan sebagai strategi preventif stunting bagi anak SD, dengan tujuan program pengabdian ini adalah pengetahuan gizi dan praktik konsumsi ikan pada anak sekolah dasar melalui edukasi kolaboratif yang melibatkan sekolah dan keluarga sebagai strategi preventif stunting.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan pendekatan edukasi dan pemberdayaan, dengan sasaran utama guru dan orang tua siswa sebagai pihak yang memiliki peran strategis dalam pembentukan perilaku gizi anak. Mitra kegiatan adalah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

Metode pelaksanaan terdiri atas tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

2.1 Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan waktu dan teknis pelaksanaan kegiatan. Selain itu, dilakukan diskusi awal dengan kepala sekolah dan perwakilan guru untuk mengidentifikasi kondisi umum pemahaman gizi, permasalahan terkait konsumsi ikan pada anak, serta kebutuhan edukasi yang relevan bagi guru dan orang tua siswa. Berdasarkan hasil koordinasi tersebut, tim menyusun materi edukasi yang mencakup pengenalan *stunting*, pentingnya gizi seimbang, manfaat konsumsi ikan bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah dasar, serta peran sekolah dan keluarga dalam upaya pencegahan *stunting*.

2.2 Tahapan Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui kegiatan edukasi gizi yang ditujukan kepada guru dan orang tua siswa. Edukasi disampaikan dalam bentuk penyuluhan interaktif dengan menggunakan media presentasi dan leaflet. Materi disajikan secara komunikatif dan aplikatif agar mudah dipahami dan dapat diterapkan dalam kegiatan pembelajaran di sekolah maupun dalam pengasuhan anak di rumah. Selain penyampaian materi,

kegiatan juga dilengkapi dengan diskusi dan tanya jawab, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta serta menggali permasalahan yang dihadapi dalam penerapan pola makan sehat berbasis konsumsi ikan

2.3 Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan secara deskriptif untuk menilai ketercapaian tujuan kegiatan. Evaluasi dilakukan melalui pengamatan terhadap partisipasi dan keaktifan peserta selama kegiatan berlangsung, serta umpan balik lisan dari guru dan orang tua siswa terkait pemahaman materi dan manfaat kegiatan. Evaluasi ini digunakan sebagai dasar untuk menilai efektivitas kegiatan edukasi serta potensi keberlanjutan penerapan pengetahuan yang diperoleh di lingkungan sekolah dan keluarga.

Melalui metode pelaksanaan ini, kegiatan pengabdian diharapkan mampu memperkuat peran sekolah dan keluarga dalam meningkatkan pemahaman gizi dan mendorong konsumsi ikan sebagai bagian dari upaya pencegahan *stunting* pada anak usia sekolah dasar.

3. HASIL & PEMBAHASAN

Hasil evaluasi kegiatan edukasi gizi yang disampaikan kepada guru dan orang tua siswa SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong melalui pendekatan edukatif menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan pada seluruh indikator yang diukur. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa strategi edukasi yang diterapkan mampu meningkatkan literasi gizi mitra secara efektif, khususnya terkait pemahaman stunting dan pemenuhan gizi anak.



Gambar 1. Pemberian Edukasi dan Gizi pada Guru dan Orang Tua Siswa SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong

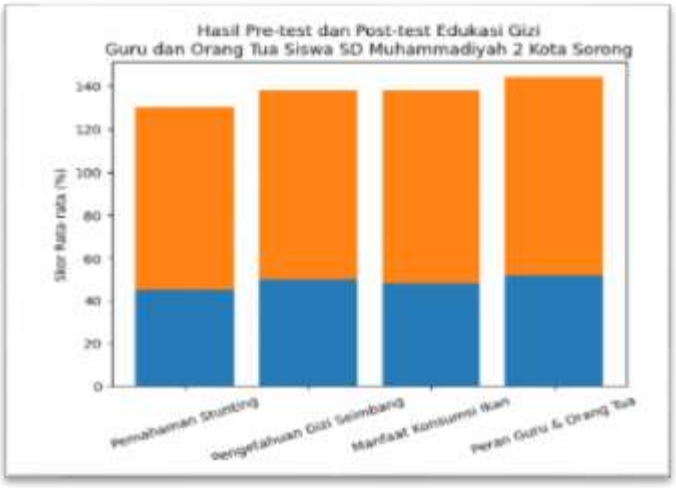
Berdasarkan hasil pre-post test yang digunakan untuk menilai perbedaan skor pemahaman sebelum dan sesudah edukasi, terlihat adanya peningkatan pemahaman yang substansial pada empat indikator utama, yaitu pemahaman tentang stunting, pengetahuan gizi seimbang, manfaat konsumsi ikan, serta peran guru dan orang tua dalam pencegahan stunting (Tabel 1 dan Gambar 2). Kenaikan skor pada seluruh indikator menunjukkan bahwa edukasi yang dilaksanakan berhasil meningkatkan pemahaman mitra terhadap isu gizi anak secara komprehensif. Temuan ini sejalan dengan penelitian randomized controlled trial yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi berbasis perilaku selama tiga bulan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan konsumsi ikan secara signifikan pada siswa sekolah dasar ($p < 0,001$), serta memberikan dampak tidak langsung terhadap pola konsumsi keluarga melalui lingkungan sekolah [4,10].

Tabel 1. Skor Rata-rata Pre-test dan Post-test Pemahaman Guru dan Orang Tua Siswa

Indikator	Pre-test (%)	Post-test (%)
Pemahaman Stunting	45	85

Indikator	Pre-test (%)	Post-test (%)
Pengetahuan Gizi Seimbang	50	88
Manfaat Konsumsi Ikan	48	90
Peran Guru dan Orang Tua	52	92

Tabel ini menunjukkan adanya kenaikan skor pada seluruh indikator, yang mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman mitra.



Gambar 2. Hasil Pre-test dan Post-test Edukasi Gizi pada Guru dan Orang Tua Siswa SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong

Grafik perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* (Gambar 2) memperlihatkan lonjakan skor pada seluruh indikator setelah edukasi, yang menegaskan bahwa pendekatan penyuluhan interaktif dan diskusi efektif dalam meningkatkan pemahaman gizi dan konsumsi ikan sebagai upaya pencegahan *stunting*. Temuan ini didukung oleh pelaksanaan program Gerakan Gemar Makan Ikan (GEMARI) di wilayah pesisir yang menunjukkan bahwa penyuluhan gizi yang disertai demonstrasi pengolahan pangan berbasis ikan serta pendampingan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya konsumsi ikan untuk pencegahan *stunting* [5]. Selain itu, edukasi yang difokuskan pada diversifikasi olahan ikan di tingkat komunitas juga terbukti meningkatkan keterlibatan peserta dan penerimaan terhadap pangan sehat berbasis ikan [9].

Peningkatan pemahaman pada indikator pengetahuan gizi seimbang setelah edukasi juga sejalan dengan hasil penelitian di Lamongan yang menunjukkan bahwa edukasi gizi secara signifikan meningkatkan tingkat pengetahuan ibu mengenai pencegahan *stunting* [11]. Temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian kuasi-eksperimental dengan desain pre-post test yang menunjukkan bahwa edukasi gizi secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik pemberian makan orang tua, khususnya ibu, dalam upaya pencegahan *stunting* [12]. Hal ini menegaskan bahwa keterlibatan aktif orang tua dalam kegiatan edukasi gizi memiliki peran strategis dalam membentuk pemahaman dan perilaku gizi keluarga, mengingat orang tua merupakan pengambil keputusan utama dalam penyediaan pangan di rumah tangga. Selain itu, hasil kegiatan ini juga konsisten dengan temuan intervensi edukasi gizi dan demonstrasi olahan ikan lokal di Kalimantan Timur yang menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan, motivasi, dan keterampilan ibu rumah tangga dalam pengolahan serta pemanfaatan ikan sebagai sumber protein keluarga [13]. Pendekatan edukasi yang dilengkapi praktik langsung dinilai lebih mudah dipahami dan berpotensi mendorong penerapan berkelanjutan di tingkat rumah tangga.

Lebih lanjut, hasil kegiatan ini mencerminkan temuan dari tinjauan sistematis yang menyimpulkan bahwa edukasi gizi berbasis keluarga secara konsisten meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua

mengenai pola makan sehat, sekaligus memperbaiki perilaku pemberian makanan bergizi kepada anak, sehingga berkontribusi terhadap upaya pencegahan *stunting* [14]. Temuan ini memperkuat bukti bahwa pendekatan edukasi gizi yang melibatkan guru dan orang tua, sebagaimana dilakukan di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong, berperan penting dalam mendorong perubahan pengetahuan dan sikap yang positif.



Gambar 3. Foto Bersama Guru dan Orang tua Siswa

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan laporan sosialisasi di tingkat lokal yang menunjukkan bahwa pemberian sosialisasi konsumsi ikan dan pelibatan masyarakat lokal memperoleh respons positif serta penerimaan yang baik terhadap produk olahan ikan untuk anak [7]. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pengabdian yang memperhatikan aspek budaya lokal dan preferensi pangan anak dapat meningkatkan efektivitas edukasi. Selain itu, temuan pre-post test pada kegiatan ini memperkuat bukti dari studi internasional yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi nutrisi mampu mengubah kebiasaan konsumsi pangan, termasuk konsumsi ikan, pada keluarga yang mengikuti program parenting dan gizi. Studi di Chile melaporkan bahwa intervensi berbasis edukasi selama tiga bulan secara signifikan meningkatkan konsumsi ikan pada keluarga yang terlibat dibandingkan kelompok kontrol [15].

Dengan demikian, hasil pelaksanaan edukasi gizi di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong menunjukkan bahwa edukasi yang terencana, sistematis, dan melibatkan guru serta orang tua secara aktif tidak hanya meningkatkan pemahaman gizi, tetapi juga berpotensi mendorong perubahan perilaku konsumsi ikan dalam jangka menengah. Oleh karena itu, kegiatan edukasi gizi semacam ini perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dan diintegrasikan dengan program kesehatan serta pendidikan lainnya guna memperbesar dampaknya dalam mendukung upaya pencegahan *stunting* di lingkungan sekolah dasar dan rumah tangga.

4. KESIMPULAN

Edukasi gizi dan konsumsi ikan yang diberikan kepada guru dan orang tua siswa SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong terbukti meningkatkan pemahaman peserta mengenai pencegahan stunting pada anak usia sekolah dasar. Hasil pre-post test menunjukkan peningkatan skor pada seluruh indikator, meliputi pemahaman stunting, gizi seimbang, manfaat konsumsi ikan, serta peran guru dan orang tua. Edukasi berbasis sekolah dan keluarga ini berpotensi mendorong perubahan perilaku konsumsi pangan bergizi dan dapat menjadi strategi preventif yang efektif dalam upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan.

Ke depan, program ini direkomendasikan untuk dikembangkan dalam bentuk pendampingan berkala dan integrasi materi gizi ke dalam kegiatan rutin sekolah guna memastikan keberlanjutan perubahan perilaku. Selain itu, diperlukan kolaborasi dengan puskesmas atau dinas kesehatan setempat untuk monitoring status gizi siswa secara periodik sebagai bagian dari evaluasi dampak program.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Program RisetMu Batch IX atas dukungan pendanaan kegiatan pengabdian ini melalui Kontrak Nomor 0259.1129/I.3/D/2025, serta kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Sorong atas dukungan dan fasilitasi selama pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, "Prevalensi *stunting* Indonesia tahun 2024 turun menjadi 19,8%," 2024. [Online]. Available: https://*stunting*.go.id/prevalensi-*stunting*-indonesia-turun-ke-198/[Accessed: 26-Jan-2026].

[2] UNICEF Indonesia, "Gizi dan *stunting* pada anak," 2023. [Online]. Available: https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi. [Accessed: 26-Jan-2026].

[3] M. Nurapipah and A. Lestari, "Edukasi Manfaat Mengonsumsi Ikan Bagi Kesehatan Guna Cegah *Stunting* Sejak Dini: Education Benefits of Consuming Fish for Health to Prevent *Stunting* From An Early Age", j. pengabdi. kpd. masy. kesehat., vol. 3, no. 1, pp. 57–68, Mar. 2023.

[4] T. Mahmudiono, C. Segalita, and R. R. Rosenkranz, "Nutrition education intervention increases fish consumption among school children in Indonesia: Results from a behavioral-based randomized control trial," Int. J. Environ. Res. Public Health, vol. 17, no. 19, p. 6970, 2020. [Online]. Available: https://www.mdpi.com/1660-4601/17/19/6970

[5] R. Masrikhiyah, M. Fera, Y. D. Rahmawati, A. D. Wahyani, and Y. Purwanti, "Gerakan Gemar Makan Ikan sebagai upaya pencegahan *stunting*," JAMU: Jurnal Abdi Masyarakat UMUS, vol. 6, no. 1, pp. 1–6, 2025. doi: 10.46772/jamu.v6i01.1789

[6] A. Larasati, R. S. Agustin, and A. Hajawiyah, "Edukasi pengolahan ikan guna atasi *stunting* di Kelurahan Mintaragen," Jurnal Abdimas PHB, vol. 7, no. 4, pp. 972–980, 2024. doi: 10.30591/japhb.v7i4.7548.

[7] C. Radjawane, S. Sukmawati, F. Hardianti, F. Tanasaly, and A. Kelibay, "Sosialisasi pentingnya konsumsi ikan sebagai upaya pencegahan *stunting* pada anak," PROFICIO: Jurnal Abdimas FKIP UTP, vol. 6, no. 2, pp. 378–383, 2025. doi: 10.36728/jpf.v6i2.4844.

[8] R. K. Rai et al., "Relationship between fish consumption and undernutrition among young Indian children," Curr. Dev. Nutr., vol. 10, no. 1, p. 107610, 2026. doi: 10.1016/j.cdnut.2025.107610.

[9] A. A. Adeoya, A. T. Akinwusi, and R. Nagatomi, "Effectiveness of nutrition education in enhancing knowledge and attitude of pupils on choice of school mid-day meal in Ibadan, Nigeria," Food Sci. Nutr., vol. 11, no. 5, pp. 2524–2534, 2023. doi: 10.1002/fsn3.3359.

[10] T. Mahmudiono, T. S. Nindya, Q. Rachmah, C. Segalita, dan L. A. A. Wiradnyani, "Nutrition education intervention increases fish consumption among school children in Indonesia: Results from behavioral-based randomized control trial," International Journal of Environmental Research and Public Health, vol. 17, no. 19, Art. no. 6970, 2020, doi: 10.3390/ijerph17196970.

[11] Q. Rachmah, D. Indriani, S. Hidayah, Y. Adhela, and T. Mahmudiono, "Pendidikan gizi gemar makan ikan sebagai upaya peningkatan pengetahuan ibu tentang pencegahan *stunting* di Desa Gempolmanis Kecamatan Sambeng Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur," Amerta Nutrition, vol. 4, no. 2, pp. 165–170, 2020. doi: 10.20473/amnt.v4i2.2020.165-170.

[12] R. A. Rahmadani, A. Setiawati, I. Aris, A. Lontaan, and Prasetyowati, "Effectiveness of nutrition education on *stunting* prevention behavior in mothers under five," Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan, vol. 3, no. 1, 2025, doi: 10.61099/junedik.v3i1.68.

[13] L. Permana, T. C. Putri, A. S. Salsabila, S. Syahira, F. S. A. Putri, T. F. Azhmi, A. T. Merlinda, A. K. Yudistira, and A. Setaiwan, "Peningkatan kapasitas ibu rumah tangga di pesisir Kalimantan Timur untuk

pencegahan *stunting* dengan konsumsi ikan laut," I-Com: Indonesian Community Journal, vol. 5, no. 3, pp. 1770–1780, 2025. doi: https://doi.org/10.70609/i-com.v5i3.8032

[14] S. Hardiyanti, E. Rekawati, A. Setiawan, and D. C. Rahmadiyah, "Effectiveness of family nutrition education on the incidence of *stunting*: A systematic review," Indonesian Journal of Global Health Research, vol. 6, no. 3, pp. xxx–xxx, Jun. 2024, e-ISSN: 2715-1972, p-ISSN: 2714-9749. http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR

[15] G. Fretes, J. Salinas, and F. Vio, "Efecto de una intervención educativa sobre el consumo de frutas, verduras y pescado en familias de niños preescolares y escolares," Arch. Latinoam. Nutr., vol. 63, no. 1, pp. 37–45, 2013