



## **Pelatihan Pembuatan Menu Sate Lilit Ikan Tenggiri sebagai Alternatif DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting) di Kelurahan Krandon**

**Nurdian Susilowati<sup>1</sup>✉, Salsabila Aurielle Febriane<sup>2</sup>, Lina Adilah<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Pendidikan Ekonomi Akuntansi, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Negeri Semarang

<sup>2</sup> Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Semarang

<sup>3</sup> Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang

Email: [nurdiansusilowati@mail.unnes.ac.id](mailto:nurdiansusilowati@mail.unnes.ac.id), [salsabilaaurielle@students.unnes.ac.id](mailto:salsabilaaurielle@students.unnes.ac.id),  
[linaadillah2002@students.unnes.ac.id](mailto:linaadillah2002@students.unnes.ac.id)

**Abstrak.** Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dengan tema Stunting telah melaksanakan program kerja Dapur Sehat Atasi Stunting atau DASHAT untuk mengatasi masalah stunting di Kelurahan Krandon. Program dapur sehat ini dilaksanakan dengan memberikan pelatihan demo masak pada ibu-ibu PKK sehingga memberikan inovasi masakan menu bergizi dan seimbang pada anak mereka, terutama pada balita usia 12 sampai 24 bulan. Tujuan pelaksanaan Dapur Sehat oleh mahasiswa KKN untuk memberikan informasi dan kesadaran kepada ibu-ibu yang memiliki anak usia dibawah 2 tahun supaya memberikan anak makanan yang sehat dan bergizi seimbang, dengan harapan perkembangan anak dapat maksimal serta terhindar dari stunting. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan mengadakan demonstrasi dan pelatihan pengolahan makanan yaitu sate lilit ikan tenggiri dengan gizi seimbang untuk anak dibawah usia 2 tahun, dan menu yang dipilih tetap ekonomis agar ilmu yang dibagikan dapat diterapkan dirumah.

**Abstract.** *Real Work Lecture (KKN) activities with the theme of Stunting have implemented a Healthy Kitchen Overcoming Stunting or DASHAT work program to overcome the problem of stunting in Krandon Village. This healthy kitchen program is implemented by providing cooking demonstration training to PKK mothers so that they provide nutritious and balanced menu cooking innovations for their children, especially for toddlers aged 12 to 24 months. The purpose of implementing the Healthy Kitchen by KKN students is to provide information and awareness to mothers who have children under 2 years of age to provide healthy and nutritionally balanced food for their children, with the hope that children's development can be maximized and avoid stunting. In this community service activity, it is carried out by holding demonstrations and training in food processing, namely satay lilit tenggiri fish with balanced nutrition for children under 2 years of age, and the menu chosen remains economical so that the knowledge shared can be applied at home.*

**Keywords:** Stunting, MPASI, Dapur Sehat, Toddler, Demonstration

## Pendahuluan

Stunting (balita pendek) di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan yang terjadi pada balita disebabkan oleh permasalahan gizi berdampak pada kualitas sumber daya manusia (SDM). Stunting adalah kondisi balita mengalami kekurangan asupan nutrisi dalam jangka waktu yang cukup lama sehingga anak mengalami gangguan pertumbuhan yaitu tinggi badan lebih pendek dan berat badan yang kurang dari standar usia pada umumnya. Penyebab kejadian stunting adalah ketidakseimbangan asupan nutrisi dan masalah kesehatan lainnya pada 1000 hari pertama kelahiran (Khoiriyah & Ismarwati, 2023). Hasil survei Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan prevalensi stunting di Indonesia mencapai angka 21,6% pada tahun 2022. Angka ini turun sebesar 2,8% dibandingkan prevalensi tahun 2021, yaitu sebesar 24,4%. Stunting merupakan salah satu perhatian utama Indonesia diharapkan turun menjadi 14% di tahun 2024 nantinya (BKKBN, 2023). Kepala BKKBN mendukung penuh program penurunan angka stunting di Indonesia untuk mensukseskan Peraturan presiden Nomor 72 tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting dengan membentuk 5 pilar (KEMENSETNEG RI, 2023). 5 pilar ini berisikan komitmen, pencegahan stunting, melakukan konverensi, menyediakan pangan yang baik, dan melakukan inovasi sebagai terobosan dan data yang baik untuk menurunkan dan mencegah naiknya angka stunting di Indonesia.

Kejadian stunting pada balita dipengaruhi oleh penyebab langsung dan penyebab tidak langsung. Beberapa penyebab langsung yang mempengaruhi kejadian stunting diantaranya kurangnya asupan nutrisi dalam jangka waktu yang panjang, infeksi pada balita, kesehatan ibu pada saat hamil, bersalin dan nifas, ibu dengan perawakan pendek, pemberian MP-ASI sebelum usia 6 bulan dan ketidakberhasilan dalam pemberian ASI eksklusif. Penyebab tidak langsung kejadian stunting pada balita adalah faktor ekonomi yang rendah sehingga mempengaruhi ketahanan pangan keluarga, faktor sosial budaya yang mempengaruhi gaya hidup masyarakat setempat, pola asuh dari orang tua atau wali, pola makan anak, kondisi lingkungan hidup, kesehatan keluarga, dan pelayana kesehatan (Dhaifina, 2019).

Stunting menimbulkan dampak seperti terganggunya perkembangan otak dan kecerdasan otak pada anak usia dini, terganggunya pertumbuhan fisik, terganggunya metabolisme dalam tubuh, menurunnya kemampuan kognitif, dan menurunnya imunitas tubuh sehingga menjadikan anak lebih mudah terserang penyakit (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Anak yang terkena stunting biasa disebut dengan anak kerdil (Ajibarang, 2022) karena adanya gangguan pertumbuhan dan pemenuhan gizi yang kurang pada anak sehingga menyebabkan anak tumbuh dengan tidak maksimal. Pertumbuhan anak stunting ini dapat ditandai dengan tinggi badan lebih pendek dari standar anak seusianya. Stunting tentu memberikan dampak yang buruk bagi anak, seperti terganggunya perkembangan otak anak, gangguan metabolisme tubuh, dan dapat mengakibatkan menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar anak.

Berdasarkan hasil observasi awal didapatkan data anak yang terindikasi stunting di Kelurahan Krandon sebanyak 13 anak. Beberapa faktor penyebab adanya anak stunting di Kelurahan Krandon ini, seperti kurangnya pemahaman ibu terhadap pemenuhan gizi yang seimbang untuk anaknya, pola asuh ibu yang kurang tepat, khususnya dalam pemberian makanan pada anak, baik dari jumlah dan jenis makanannya. Pada dasarnya ibu-ibu di Kelurahan Krandon telah rutin melakukan imunisasi dan rajin menghadiri posyandu yang diadakan di setiap RW di Kelurahan Krandon. Namun, kurangnya pemahaman mengenai stunting itu sendiri membuat ibu-ibu di Kelurahan Krandon belum optimal dalam memenuhi

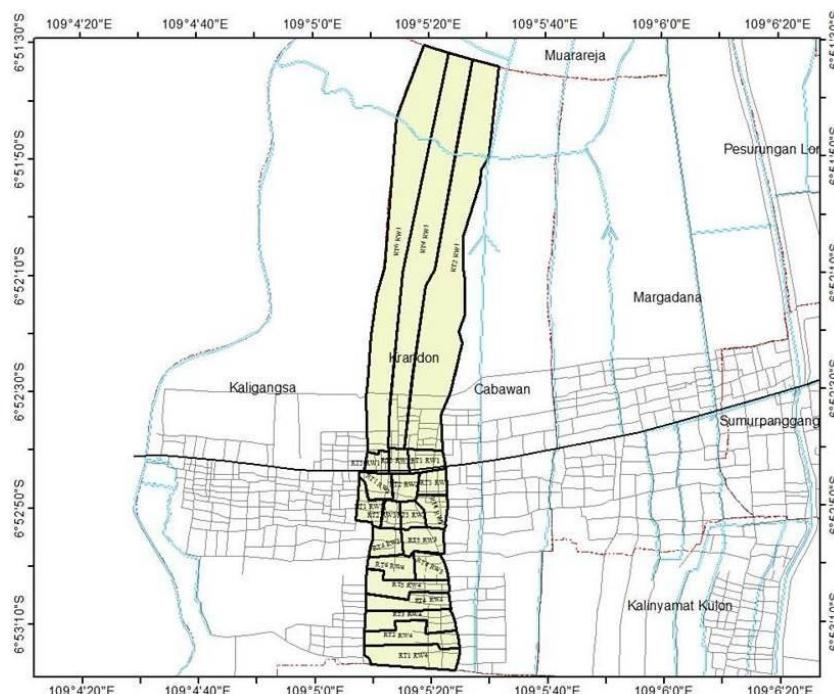
asupan gizi untuk anak-anaknya. Upaya penanggulangan stunting antara lain dengan memperluas pengetahuan tentang gizi seimbang agar dapat lebih memenuhi kebutuhan gizi anak (Hestuningtyas, 2014). Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam pemenuhan gizi balita karena anak usia di bawah 2 tahun memerlukan perhatian khusus dalam masa perkembangannya, lebih khususnya seorang ibu sebab ialah sosok yang paling sering menghabiskan waktu bersama dengan balita. Jika seorang ibu memiliki pengetahuan yang baik tentunya akan mempengaruhi sikap yang baik juga dalam pemenuhan gizi balita (Olsa *et al.*, 2017).

Pelatihan pembuatan makanan pendamping ASI yang dinamakan DASHAT atau Dapur Sehat Atasi Stunting yaitu “Pelatihan Pembuatan Menu Sate Lilit Ikan Tenggiri sebagai Alternatif DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting) di Kelurahan Krandon” dengan audiens ibu-ibu PKK yang memiliki anak usia dibawah dua tahun sebagai bentuk pengabdian dan kepedulian kami terhadap angka stunting di Kelurahan Krandon. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada ibu-ibu yang memiliki anak dibawah usia 2 tahun mengenai pentingnya pemenuhan asupan gizi supaya anak terhindar dari stunting. Dengan begitu kegiatan DASHAT merupakan upaya yang efektif untuk dapat menanggulangi angka stunting di Kelurahan Krandon, Kecamatan Margadana.

## Metode

### Lokasi Pelaksanaan Pengabdian

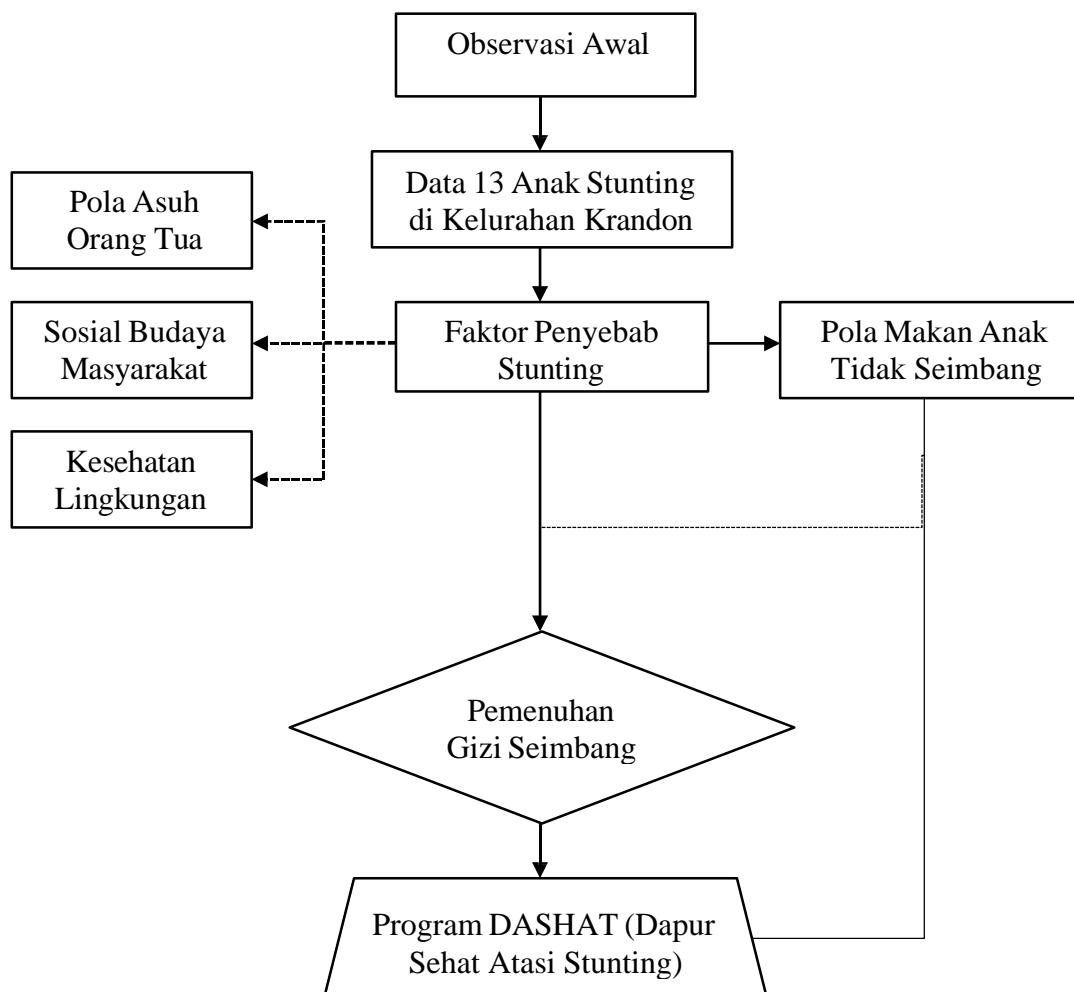
Lokasi pengabdian kepada masyarakat Tim Giat 9 UNNES dilaksanakan di RW 2, Kelurahan Krandon, Kecamatan Margadana, Kota Tegal dengan judul “Demo Masak DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting)” yang dilaksanakan dalam rangka pemenuhan gizi seimbang pada anak untuk menurunkan angka stunting melalui kegiatan DASHAT dengan inovasi menu makanan yang menarik bagi anak.



**Gambar 1.** Lokasi Kelurahan Krandon, Kecamatan Margadana, Kota Tegal

## Metode Pelaksanaan

Fokus kegiatan Pengabdian Masyarakat ini adalah melakukan pelatihan demo masak DASHAT dengan meningkatkan inovasi pengolahan makanan yang sehat dan bergizi seimbang sebagai upaya pengurangan angka stunting di Kelurahan Krandon. Metode pelaksanaan kegiatan ditunjukkan pada Gambar 2. Langkah pertama dimulai dengan melakukan observasi awal untuk mengetahui kondisi awal dan mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan data anak stunting di Kelurahan Krandon. Data anak-anak terindikasi stunting diperoleh melalui koordinasi dengan Pihak Kelurahan Krandon, Puskesmas Kaligangsa, dan Dinas Kesehatan Kota Tegal yang selanjutnya dikaji lebih lanjut didapatkan 13 data anak terindikasi stunting dan faktor yang menyebabkan anak tersebut stunting. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada orang tua maupun pengasuh terkait makanan sehat, bergizi, dan murah melalui kegiatan DASHAT berupa acara masak bersama dengan ibu-ibu mengenai cara pembuatan menu makanan DASHAT. Tahap tersebut merupakan inti dari pelaksanaan kegiatan pengabdian ini agar ibu-ibu PKK yang memiliki anak usia dibawah 2 tahun dapat mengimplikasikan inovasi menu makanan dengan gizi seimbang kepada anaknya sehingga dapat menurunkan angka stunting di Kelurahan Krandon.



Gambar 2. Diagram Metode Pelaksanaan

Metode yang diimplementasikan dalam pengabdian ini adalah Pelatihan Pembuatan Menu Sate Lilit Ikan Tenggiri sebagai Alternatif DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting) di Kelurahan Krandon

- a. Pelatihan Pembuatan Menu Sate Lilit Ikan Tenggiri
- b. Praktik Pembuatan Menu Sate Lilit Ikan Tenggiri

Kegiatan pengabdian masyarakat ini, dilaksanakan dalam berbagai tahapan sebagai berikut.

### **Tahapan persiapan kegiatan**

Tim pengabdian berkoordinasi dengan pemerintah desa untuk menetapkan lokasi dan waktu pelaksanaan pelatihan pembuatan menu Sate Lilit Ikan Tenggiri. Sesuai dengan kesepakatan diperoleh waktu pelaksanaan adalah Hari Minggu, 14 Juli 2024 bertempat di Rumah Ibu.. selaku Ketua PKK RW 2 Kelurahan Krandon.



**Gambar 3.** Persiapan Pelaksanaan Pembuatan Sate Lilit

**Tahapan pelatihan**

Pelatihan demo masak dilaksanakan pada Hari Minggu, 14 Juli 2024 pukul 13.30 sampai dengan 15.00 WIB di Rumah Ibu.. selaku Ketua PKK RW 2 Kelurahan Krandon. Hadir dalam pelatihan ini adalah Ketua PKK RW 2, Kader Kelurahan Krandon, dan Ibu-ibu PKK RW 2.

### **Tahapan praktik demo masak**

Pada tahap ini dilakukan praktik demo masak menu Sate Lilit Ikan Tenggiri. Kegiatan dilaksanakan pada Hari Minggu, 14 Juli 2024 pukul 13.30 sampai dengan 15.00 WIB. Berikut adalah alat, bahan, dan langkah-langkah pembuatan menu Sate Lilit Ikan Tenggiri.

#### **Alat**

- a. Sendok
- b. Pisau
- c. Chopper
- d. Teflon
- e. Mangkok

#### **Bahan**

- a. 1 kg daging ikan tenggiri fillet
- b. 1 buah kelapa parut muda
- c. 12 siung bawang merah

- d. 5 siung bawang putih
- e. 5 buah cabe merah besar
- f. 2 ruas jari jahe
- g. 2 ruas jari lengkuas
- h. 2 ruas jari kunyit
- i. Batang serai (Menyesuaikan Daging)
- j. 10.1 sendok makan merica butir
- k. 11.1 sendok makan ketumbar
- l. 2 lembar daun jeruk
- m. Garam sesuai selera
- n. Gula pasir sesuai selera
- o. Kaldu bubuk ayam sesuai selera

### **Cara Pembuatan**

1. Haluskan semua bumbu yaitu bawang merah, bawang putih, jahe, lengkuas, kunyit, merica, ketumbar, dan cabe merah
2. Letakkan daging ikan tenggiri fillet ke dalam baskom lalu campurkan dengan semua bumbu yang sudah dihaluskan
3. Tambahkan kelapa parut, daun jeruk yang sudah di iris, garam, gula dan kaldu bubuk
4. Aduk semua bahan yang sudah dicampurkan di dalam baskom
5. Siapkan batang serai yang sudah di bersihkan , lulu lilitkan adonan ikan yang sudah dibumbui ke batang serai
6. Lakukan lilitan adonan ikan ke batang serai sampai adonan habis
7. Siapkan teflon lalu panaskan di atas kompor menggunakan api sedang
8. Oleskan sedikit minyak agar tidak menempel pada Teflon, grill sate lilit hingga berubah warna menjadi kecoklatan dan harum.
9. Sate lilit siap disajikan menggunakan sambal matah

### **Tahapan pendampingan**

Selanjutnya adalah pendampingan pembuatan menu Sate Lilit Ikan Tenggiri yang dilakukan oleh tim pengabdian dengan kolaborasi dengan mahasiswa.

### **Evaluasi kegiatan**

Semua kegiatan berjalan dengan lancar, baik pelatihan maupun praktik pembuatan menu Sate Lilit Ikan Tenggiri sebagai Alternatif DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting) di Kelurahan Krandon. Indikator ketercapaian program diantaranya adalah peningkatan pengetahuan dan ketrampilan peserta sehingga lebih kreatif dalam mengolah ikan menjadi berbagai hidangan yang menarik selain itu peningkatan status gizi pada balita, terutama dalam hal berat badan untuk tinggi badan. Evaluasi kegiatan demo masak pada ibu PKK menunjukkan hasil yang menggembirakan dalam hal penyampaian resep dan keterlibatan peserta. Kegiatan ini berhasil menggabungkan aspek edukatif dan sosial, dengan peserta yang sangat antusias dan terlibat aktif sepanjang acara. Instruktur memasak mampu menjelaskan teknik-teknik dengan jelas dan sistematis, serta mempraktikkan langkah-langkah secara langsung, sehingga memudahkan ibu-ibu PKK untuk mengikuti dan memahami cara pembuatan hidangan yang ditampilkan. Materi yang disampaikan relevan dan bermanfaat, dengan resep yang disesuaikan dengan selera dan bahan yang mudah didapat di pasar lokal, menjadikannya lebih aplikatif dalam kehidupan sehari-hari mereka. Selama demo masak, suasana yang hangat dan kekeluargaan sangat terasa, mendukung terciptanya interaksi yang positif antara instruktur

memasak dan peserta. Banyak peserta yang aktif bertanya dan berdiskusi, menunjukkan minat yang besar terhadap teknik-teknik baru dan inovasi resep yang diperkenalkan. Umpan balik dari peserta menunjukkan kepuasan yang tinggi terhadap materi yang diajarkan serta cara penyampaian yang interaktif dan ramah.

## Hasil dan Pembahasan

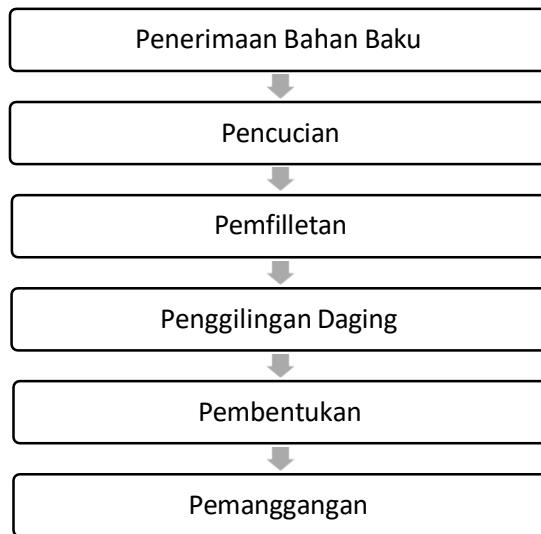
Kelurahan Krandon merupakan salah satu kelurahan dari tujuh kelurahan yang berada di Kecamatan Margadana, Kota Tegal dengan luas wilayah Kelurahan Krandon adalah 144.844 Ha yang dihuni 6.630 jiwa yang mana terdiri dari 3.278 Laki-laki dan 3.352 Perempuan yang terdiri dari 2.046 kepala keluarga. Secara geografis Kelurahan Krandon memiliki batas wilayah dibagian utara yaitu Kelurahan Muarareja, batas wilayah di bagian timur yaitu Kelurahan Cabawan, batas wilayah di bagian selatan yaitu Kabupaten Tegal dan batas wilayah di bagian barat yaitu Kelurahan Kaligangsa. Kelurahan Krandon terbagi menjadi 4 RW, dan 22 RT. Berdasarkan observasi di lingkungan masyarakat kelurahan

Krandon, didapatkan hasilTerdapat data anak yang terindikasi stunting di Kelurahan Krandon, yang disebabkan oleh faktor perekonomian keluarga. Maka dari itu kami KKN UNNES Berkolaborasi dengan BKKBN Jawa Tengah membuat salah satu program kerja yaitu Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) dengan Demo Masak Bersama ibu PKK Kelurahan Krandon. Tim GIAT 9 UNNES terbagi atas beberapa tema yang salah satunya adalah Pencegahan Stunting. Pelaksanaan program kerja dengan bertemakan pencegahan stunting berada di 38 desa di Jawa Tengah yang salah satunya termasuk Kelurahan Krandon

Kelurahan Krandon merupakan daerah pesisir Pantai yang memiliki hasil tangkapan perikanan yang cukup melimpah dan dapat memberikan peluang yang cukup besar untuk dimanfaatkan hasil perikanannya dalam bentuk diversifikasi produk olahan menjadi produk makanan selain dikonsumsi secara langsung. Ikan merupakan bahan makanan yang banyak dikonsumsi masyarakat sebagai lauk pendamping nasi untuk makan sehari-hari, hanya saja jika daging ikan jika diolah tidak tepat maka dagingnya akan cepat rusak, oleh sebab itu melalui dapur sehat atasi stunting (DASHAT) ini diharapkan dapat memberikan inovasi terhadap ibu ibu yang memiliki anak balita untuk memenuhi kebutuhan gizi anaknya. Berdasarkan hasil koordinasi dengan Ketua PKK Kelurahan Krandon dan Pihak Puskesmas Setempat kami melaksanakan Demo Masak dengan membuat Pengolahan Ikan Tenggiri menjadi Sate Lilit Ikan Tenggiri. Pengolahan ikan menjadi Sate Lilit merupakan inovasi pengolahan ikan yang biasanya masyarakat setempat hanya mengolah ikan dengan cara digoreng namun untuk kali ini mengolah ikan dengan cara dipanggang. Salah satunya menggunakan daging ikan tenggiri yang dagingnya sangat lunak dan putih. Daging ikan tenggiri yang lunak dan putih sangat mudah diolah menjadi sate lilit walaupun tanpa menggunakan mesin penggiling daging. Ikan tenggiri ini mengandung omega-3 yang sangat bermanfaat bagi pertumbuhan serta perkembangan otak manusia. Menurut Departemen Kesehatan, gizi protein yang dihasilkan ikan tenggiri cukup tinggi, yaitu 21,4 gram per 100 gram ikan (Depkes, 2008). Ikan tenggiri banyak disukai oleh masyarakat karena dapat diolah menjadi berbagai produk makanan, seperti empek-empek, bakso, dan bahan campuran kerupuk.

Proses pengolahan sate lilit ikan yang terbuat dari daging giling dan ditambahkan dengan bahan lain dengan tujuan untuk menjaga mutu dan memperpanjang daya simpan dapat dikukus setengah matang dan dibekukan untuk memperpanjang daya simpan produk sate lilit ikan sehingga dapat digunakan dalam waktu yang lebih lama dan tetap pada penyimpanan yang terjaga dan terkontrol. Sate lilit ikan tenggiri merupakan olahan dari

daging giling, dililit menggunakan batang serai. Sate lilit ikan dikonsumsi setelah melewati proses grilling atau pemanggangan, yang dapat memberikan rasa gurih, tekstur yang kenyal. Dalam pengolahan sate lilit ikan menggunakan teknik pengolahan *grilling* yaitu Memasak diatas grill yang diletakkan diatas sumber panas, dapat berupa arang, elemen listrik atau elemen yang dipanaskan dengan gas.



**Gambar 4.** Alur Proses Pengolahan Sate Lilit Ikan Tenggiri

#### **Penerimaan Bahan Baku**

Bahan baku pada proses pengolahan sate lilit yaitu ikan tenggiri yang di dapat dari penjual ikan yang ada di pasar Sumurpanggang, Kota Tegal. Bahan baku yang di dapatkan dalam keadaan *fresh* yang memenuhi persyaratan mutu. Ikan tenggiri langsung di proses pengolahan untuk menjaga mutu dan suhu pada ikan agar tetap segar.

#### **Pencucian**

Bahan baku yang sudah di terima masuk pada proses pencucian untuk membersihkan ikan. Ikan dibersihkan secara teliti dan benar, pencucian menggunakan air mengalir untuk menghilangkan kotoran pada bahan baku ikan tenggiri.

#### **Pemfilletan**

Proses pemfilletan dimulai dengan menyayat belakang sirip ikan hingga ke bagian kepala sampai pada penyayatan punggung. Pada proses pemfilletan ikan tenggiri dilakukan secara cepat dan tepat sehingga mutu pada ikan tetap terjaga. Fillet ikan yang dihasilkan adalah *fillet* ikan tanpa kulit dan tulang sehingga dapat mempermudah dalam proses penggilingan dan mendapatkan hasil yang baik.

#### **Penggilingan Daging**

*Fillet* daging ikan tenggiri kemudian di giling sampai halus dengan tetap menjaga suhu pada daging tujuan dari penggilingan daging ikan untuk mempermudah pencampuran dan penyerapan antara bahan tambahan yang digunakan.

#### **Pembentukan**

Adonan yang telah selesai digiling lalu di tambahkan dengan bahan lainnya sehingga menghasilkan adonan sate lilit yang berbumbu dan harum. Adonan langsung dibentuk dengan cara dililitkan dengan batang serai, lakukan terus menerus sampai adonan habis.



**Gambar 5.** Proses Pembuatan Sate Lilit  
*Pemanggangan*

Adonan yang telah dibentuk dengan batang serai lalu di panggang menggunakan teflon diatas kompor dengan api sedang, panggang hingga berwarna kecoklata dan harum, kurang lebih panggang sampai 20 menit. Setelah matang sate lilit ikan tenggiri siap disajikan.



**Gambar 6.** Sesi Foto Bersama Tim DASHAT



**Gambar 7.** Hasil Akhir Menu Sate Lilit Tenggiri

### Evaluasi Pelaksanaan Program

Kegiatan pelatihan pembuatan menu Sate Lilit Ikan Tenggiri sebagai Alternatif DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting) di Kelurahan Krandon memiliki dua indikator utama yaitu. Hal tersebut dibuktikan dengan tingkat antusiasme yang tinggi dari para peserta dan ikut serta ibu-ibu dalam melakukan demo masak. Sebanyak 10 dari 40 peserta memiliki pemahaman dan tanggapan yang sangat baik. Namun, ada beberapa area yang dapat diperbaiki untuk kegiatan mendatang. Pertama, waktu yang tersedia untuk setiap sesi demo terasa terbatas, sehingga beberapa teknik mungkin tidak dapat dijelaskan secara mendalam. Penambahan waktu atau pengaturan sesi yang lebih terstruktur bisa membantu. Kedua, distribusi bahan-bahan atau resep yang telah dipraktikkan selama demo sebaiknya dipertimbangkan agar peserta dapat lebih mudah menerapkan pengetahuan yang didapat di rumah. Selain itu, menyediakan sesi tanya jawab yang lebih panjang akan memungkinkan peserta untuk lebih mendalami masalah atau pertanyaan yang mereka miliki. Secara keseluruhan, kegiatan demo masak ini berhasil memberikan nilai tambah yang signifikan bagi ibu PKK, baik dalam meningkatkan keterampilan memasak mereka maupun dalam mempererat hubungan sosial di antara mereka. Evaluasi ini merekomendasikan peningkatan dari segi waktu dan distribusi materi untuk memastikan acara di masa depan dapat lebih efektif dan memuaskan bagi seluruh peserta.

### Kesimpulan

Kegiatan DASHAT bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu-ibu yang memiliki anak-anak, khususnya anak usia di bawah 2 tahun tentang cara memilih dan menyiapkan menu makanan yang sehat dan bergizi untuk anaknya. Selain sehat dan bergizi, menu makanan yang dipilih pun tetap ekonomis agar setiap ibu-ibu dari setiap lapisan ekonomi dapat menerapkan ilmu yang telah disampaikan. Oleh karena itu, kegiatan DASHAT yang telah dilakukan diharapkan dapat menurunkan angka stunting di Kelurahan Krandon.

## Referensi

- Ajibarang, S.I.S. (2022) Dr. Ary : Stunting Atau Kerdil Merupakan Masalah Yang sebenarnya Bisa Dicegah, STIKES IBNU SINA AJIBARANG.
- Aripudin, A., Panjaitan, P. S. T., Soeprijadi, L., & Sebayang, E. A. (2021). Studi pengolahan nugget ikan tenggiri (Scombridae commerson) skala rumah tangga. *Pelagicus*, 2(3), 167-175.
- Ariyanto, R. (2022). Pembuatan Gelatin Tulang Ikan Tenggiri (Scomberomorusguttatus) Dengan Variasi Penggunaan Jenis Cuka. *Prosiding: Seminar Nasional Ekonomi dan Teknologi* (pp.123- 132).
- BKPK, H. (2023). Dua Fokus Intervensi Penurunan stunting untuk Capai target 14% di Tahun 2024 - Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan: BKPK Kemenkes, Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan
- Dhaifina D. (2019). Penanganan Balita Stunting Oleh Orangtua the Overview of Parents Treatment on Stunting Toddlers, vol. IV, no. 1, pp. 142–148.
- Hestuningtyas, T. (2014). Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan, Sikap, Praktik Ibu Dalam Pemberian Makan Anak, Dan Asupan Zat Gizi Anak Stunting Usia 1-2 Tahun Di Kecamatan Semarang Timur.
- KEMENSETNEG RI. (2023) Pilar 1, TP2AK. Available at: <https://stunting.go.id/program/pilar-1/> (Accessed: 7 Agustus 2024).
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Buletin Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Pusat Data Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khoiriyah, H., & Ismarwati. (2023). Faktor Kejadian Stunting pada Balita: Systematic Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, p-ISSN: 2252- 4134, e-ISSN: 2354-8185Nugroho, T. S., Adiguna, G. S., & Masi, A. (2021). Formulasi Nugget Ikan Untuk Mendukung Hilirisasi Produk Olahan Ikan Sebagai Rintisan Teaching