



SOSIALISASI PROGRAM GELARI PELANGI UP2K PKK MELALUI PENGEMBANGAN OLAHAN IKAN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING DAN PELUANG USAHA FROZEN FOOD DI KEMANTREN DANUREJAN

Michellia Gemma Kartika¹, Eka Rachmawati², Titik Sulistiyani³

¹ Akademi Kesejahteraan Sosial “AKK” Yogyakarta

michellia96gemma@gmail.com

² Akademi Kesejahteraan Sosial “AKK” Yogyakarta

eckha.rachma@gmail.com

³ Akademi Kesejahteraan Sosial “AKK” Yogyakarta

Titiksulistiyani00@gmail.com

ABSTRAK

Program Gerakan Keluarga Indonesia dalam Peningkatan Kualitas Pendidikan dan Pengelolaan Ekonomi (Gelari Pelangi) melalui Usaha Peningkatan Pendapatan Keluarga (UP2K PKK) memiliki peran strategis dalam meningkatkan ketahanan pangan keluarga sekaligus memperkuat ekonomi masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader PKK di Kemantren Danurejan Kota Yogyakarta mengenai pengolahan ikan menjadi produk kekinian yang bernilai gizi tinggi, menarik bagi balita, serta memiliki potensi sebagai usaha frozen food rumah tangga. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan, diskusi interaktif. Materi yang diberikan meliputi pentingnya konsumsi protein hewani untuk pencegahan stunting, diversifikasi olahan ikan, teknik pengolahan frozen food, pengemasan, serta analisis peluang usaha skala rumah tangga. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai gizi ikan, inovasi produk, dan peluang kewirausahaan. Peserta juga menunjukkan antusiasme tinggi dalam praktik pembuatan nugget ikan, dimsum ikan, fish roll, kaki naga, dan fish ball sebagai produk yang dapat dikembangkan melalui Program UP2K PKK. Kegiatan ini diharapkan mampu mendukung percepatan penurunan stunting sekaligus meningkatkan pendapatan keluarga melalui pengembangan usaha olahan ikan berbasis masyarakat.

Kata kunci: Gelari Pelangi, UP2K PKK, olahan ikan, frozen food, pemberdayaan masyarakat.

ABSTRACT

*The "Indonesian Family Movement for Improving Education Quality and Economic Management" (Gelari Pelangi) program, implemented through the Family Income Enhancement Effort (UP2K PKK), plays a strategic role in bolstering family food security and strengthening the local economy. This community service initiative aimed to enhance the knowledge and skills of PKK cadres in the Danurejan District of Yogyakarta City regarding the processing of fish into modern, highly nutritious products that appeal to toddlers and hold potential as home-based frozen food businesses. The implementation methods included educational sessions and interactive discussions. Topics covered the importance of animal protein consumption for stunting prevention, fish product diversification, frozen food processing techniques, packaging, and an analysis of home-scale business opportunities. The results demonstrated an increase in participants' knowledge regarding fish nutrition, product innovation, and entrepreneurial prospects. Participants also showed great enthusiasm during the practical sessions on making fish nuggets, fish dim sum, fish rolls, *kaki naga* (fish lollipops), and fish balls—products suitable for development under the UP2K PKK program. This activity is expected to support accelerated stunting reduction while simultaneously increasing family income through the development of community-based fish processing enterprises.*

Keywords: *Gelari Pelangi, UP2K PKK, fish processing, frozen food, community empowerment.*

PENDAHULUAN

Sunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang berada di bawah standar usianya akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama, infeksi berulang, serta kurang optimalnya pola asuh selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Dampak stunting tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga perkembangan kognitif, kemampuan belajar, produktivitas pada usia dewasa, serta kualitas sumber daya manusia di masa mendatang. Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif melalui kolaborasi lintas sektor, termasuk pemberdayaan masyarakat dan keluarga sebagai pelaku utama dalam pemenuhan gizi anak (Mulyaningsih, 2021).

Salah satu sumber protein hewani yang mudah diperoleh, memiliki harga relatif terjangkau, dan kaya zat gizi adalah ikan. Ikan mengandung protein berkualitas tinggi, asam lemak omega-3, EPA, DHA, vitamin, serta berbagai mineral yang berperan penting dalam pertumbuhan anak dan pemeliharaan kesehatan. Selain mendukung pertumbuhan fisik, konsumsi ikan secara rutin juga berkontribusi terhadap perkembangan fungsi otak, daya ingat, dan sistem imun. Organisasi Kesehatan Dunia bersama Organisasi Pangan dan Pertanian Dunia menegaskan bahwa konsumsi ikan memberikan manfaat kesehatan pada berbagai kelompok usia apabila diolah dengan baik dan dikonsumsi secara seimbang.

Pemberdayaan keluarga melalui Program Gerakan Keluarga Indonesia dalam Peningkatan Kualitas Pendidikan dan Pengelolaan Ekonomi (Gelari Pelangi) menjadi salah satu strategi yang relevan dalam mendukung peningkatan kualitas gizi keluarga sekaligus memperkuat ekonomi rumah tangga. Salah satu fokus Gelari Pelangi adalah Program Usaha Peningkatan Pendapatan Keluarga (UP2K PKK), yaitu program pemberdayaan ekonomi perempuan melalui pengembangan usaha produktif berbasis potensi lokal. Program ini memberikan kesempatan kepada kader PKK dan masyarakat untuk mengembangkan produk pangan yang tidak hanya memenuhi kebutuhan gizi keluarga, tetapi juga memiliki nilai ekonomi yang mampu meningkatkan pendapatan rumah tangga.

Kemantren Danurejan Kota Yogyakarta merupakan salah satu wilayah yang aktif melaksanakan berbagai kegiatan pemberdayaan masyarakat melalui organisasi PKK. Namun demikian, hasil identifikasi awal menunjukkan bahwa pemanfaatan ikan sebagai bahan baku produk olahan bernilai tambah masih terbatas. Sebagian besar anggota PKK belum memiliki pengetahuan dan keterampilan mengenai teknik pengolahan ikan modern, proses pembekuan (frozen food), pengemasan produk, penentuan harga jual, maupun strategi pemasaran. Kondisi tersebut menyebabkan potensi ekonomi dari pengolahan ikan belum berkembang secara optimal sebagai bagian dari kegiatan UP2K PKK.

Berdasarkan kondisi tersebut, Program Studi Seni Kuliner Akademi Kesejahteraan Sosial AKK Yogyakarta melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi Program Gelari Pelangi dengan fokus pengembangan olahan ikan kekinian sebagai upaya pencegahan stunting sekaligus pengembangan usaha frozen food. Kegiatan ini dirancang tidak hanya memberikan edukasi mengenai pentingnya konsumsi ikan dalam pemenuhan gizi keluarga, tetapi juga membekali peserta dengan keterampilan praktis dalam menghasilkan produk olahan ikan yang higienis, menarik, memiliki umur simpan lebih panjang, serta memiliki daya saing di pasar. Pendekatan tersebut diharapkan mampu meningkatkan kapasitas kader PKK sebagai agen perubahan dalam mewujudkan keluarga sehat, mandiri, dan produktif.

Kegiatan pengabdian ini memiliki dua tujuan utama. Pertama, meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya konsumsi ikan sebagai sumber protein hewani dalam upaya pencegahan stunting pada balita. Kedua, meningkatkan keterampilan anggota PKK dalam mengembangkan produk olahan ikan kekinian yang dapat dijadikan peluang usaha

berbasis rumah tangga melalui Program UP2K PKK. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan mampu memberikan manfaat ganda, yaitu meningkatkan status gizi keluarga sekaligus memperkuat ketahanan ekonomi masyarakat melalui pengembangan usaha frozen food berbasis potensi lokal.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada pertemuan PKK rutin Kemantren Danurejan Kota Yogyakarta yang dilaksanakan di pendopo Kemantren Danurejan. Waktu pelaksanaan kegiatan pelatihan dilaksanakan pada tanggal 22 Juni 2026. Sasaran dari pelatihan ini adalah ibu-ibu Kemantren Danurejan Kota Yogyakarta yang aktif dalam kegiatan PKK sebanyak 30 orang. Metode yang digunakan dalam pelatihan ini adalah metode ceramah. Kegiatan ini merupakan implementasi Program Gerakan Keluarga Indonesia dalam Peningkatan Kualitas Pendidikan dan Pengelolaan Ekonomi (Gelari Pelangi) dengan fokus Usaha Peningkatan Pendapatan Keluarga (UP2K PKK) melalui pengembangan olahan ikan kekinian sebagai salah satu strategi pencegahan stunting sekaligus peningkatan ekonomi keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap sosialisasi diawali dengan penyampaian materi mengenai stunting, pentingnya pemenuhan protein hewani pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), manfaat konsumsi ikan, diversifikasi produk olahan ikan, konsep Gelari Pelangi, serta peran Program UP2K PKK dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga. Penyampaian materi menggunakan metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan diskusi sehingga peserta dapat bertanya mengenai permasalahan yang dihadapi dalam pemenuhan gizi keluarga maupun pengembangan usaha pangan rumah tangga. Pendekatan interaktif diketahui mampu meningkatkan pemahaman peserta dibandingkan metode ceramah satu arah. (*Notoatmodjo, 2018; Rahmawati et al., 2021*). Setelah penyampaian materi, tim pengabdian melakukan penjelasan pengolahan ikan menjadi beberapa produk frozen food yang memiliki daya tarik bagi anak-anak dan nilai jual yang tinggi, antara lain:

- a. Nugget ikan
- b. Dimsum ikan
- c. Fish roll
- d. Kaki naga ikan

- e. Fish ball
- f. Fish tofu
- g. Burger ikan

Materi mengenai pencegahan stunting menjadi fokus utama dalam kegiatan ini. Tim pengabdian menjelaskan bahwa stunting tidak hanya dipengaruhi oleh faktor ekonomi, tetapi juga pola konsumsi keluarga, kualitas makanan pendamping ASI (MP-ASI), sanitasi lingkungan, serta pengetahuan orang tua mengenai gizi seimbang. Oleh karena itu, penyediaan makanan yang kaya protein hewani menjadi salah satu intervensi penting untuk mendukung pertumbuhan optimal anak.

Produk olahan ikan yang diperkenalkan memiliki kandungan protein yang tinggi serta dapat dikreasikan sesuai kebutuhan balita. Nugget ikan, dimsum ikan, dan fish ball dapat menjadi alternatif lauk praktis yang disukai anak karena memiliki tekstur lembut, rasa gurih, dan bentuk yang menarik. Selain itu, penggunaan ikan sebagai bahan utama juga memberikan asupan omega-3, DHA, EPA, vitamin D, zat besi, dan seng yang berperan penting dalam pertumbuhan tulang, perkembangan otak, serta peningkatan daya tahan tubuh. Penelitian menunjukkan bahwa konsumsi protein hewani secara rutin berkaitan dengan penurunan risiko stunting dan peningkatan pertumbuhan linear pada anak usia dini. (*WHO, 2023; Nature, 2024*).

Peserta diperkenalkan pada konsep value added product, yaitu meningkatkan nilai ekonomi ikan melalui proses pengolahan menjadi produk siap masak yang memiliki umur simpan lebih panjang. Produk frozen food dinilai memiliki prospek yang baik karena sesuai dengan perubahan gaya hidup masyarakat yang menginginkan makanan praktis, bergizi, dan mudah disiapkan. Selain dipasarkan secara langsung, produk juga berpotensi dipasarkan melalui media sosial dan platform perdagangan elektronik sehingga mampu menjangkau konsumen yang lebih luas. (Kotler & Keller, 2016; Kementerian Koperasi dan UKM RI, 2022).

Selain keterampilan produksi, peserta memperoleh materi mengenai dasar-dasar kewirausahaan yang meliputi:

- a. analisis biaya produksi;
- b. penentuan harga jual;
- c. perhitungan keuntungan;
- d. strategi pemasaran digital;
- e. desain kemasan;

- f. pentingnya label produk;
- g. penerapan higiene dan sanitasi pangan;
- h. peluang memperoleh izin usaha mikro.

Materi tersebut diberikan untuk meningkatkan kapasitas peserta dalam mengembangkan usaha frozen food skala rumah tangga yang berkelanjutan melalui Program UP2K PKK. Diversifikasi produk olahan ikan menjadi salah satu strategi yang dinilai mampu meningkatkan nilai tambah hasil perikanan sekaligus membuka peluang usaha baru bagi masyarakat. (Kotler & Keller, 2016; Kementerian Koperasi dan UKM RI, 2022).



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui Sosialisasi Program Gelari Pelangi di Kemantren Danurejan Kota Yogyakarta dengan fokus Program UP2K PKK melalui pengembangan olahan ikan kekinian untuk pencegahan stunting dan peluang usaha frozen food telah terlaksana dengan baik dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kegiatan ini

mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang, khususnya konsumsi protein hewani yang berasal dari ikan sebagai salah satu upaya pencegahan stunting pada balita. Penyampaian materi yang dipadukan dengan demonstrasi dan praktik langsung memberikan pemahaman yang lebih komprehensif sehingga peserta tidak hanya mengetahui manfaat ikan bagi kesehatan, tetapi juga memahami teknik pengolahannya menjadi produk yang menarik, aman, dan bernilai gizi tinggi.

Pelaksanaan kegiatan ini juga memperlihatkan bahwa pengembangan olahan ikan tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan kualitas konsumsi pangan keluarga, tetapi juga memberikan peluang peningkatan pendapatan melalui usaha frozen food berbasis rumah tangga. Diversifikasi produk berbahan dasar ikan mampu meningkatkan nilai tambah komoditas perikanan, memperpanjang umur simpan produk, serta memberikan alternatif usaha yang sesuai dengan kebutuhan pasar saat ini. Kondisi tersebut sejalan dengan tujuan Program Gelari Pelangi yang menekankan peningkatan kualitas pendidikan keluarga dan pengelolaan ekonomi melalui pemberdayaan perempuan dan keluarga. Kolaborasi antara Program Studi Seni Kuliner Akademi Kesejahteraan Sosial AKK Yogyakarta, Kemantren Danurejan, dan Tim Penggerak PKK menunjukkan bahwa sinergi antara perguruan tinggi, pemerintah, dan masyarakat mampu menghasilkan program pengabdian yang aplikatif dan berkelanjutan.

REKOMENDASI

Berdasarkan pelaksanaan pelatihan yang telah dilaksanakan dan antusias dari peserta pelatihan, dapat direkomendasikan bahwa diadakan lagi kegiatan pelatihan dengan materi pelatihan praktek pengolahan produk frozen food berbahan dasar ikan sehingga dapat membekali pengetahuan dan keterampilan kepada para Ibu-ibu sebagai bekal untuk berwirausaha sehingga dapat membantu perekonomian keluarga

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih di sampaikan kepada komponen tim Kemantren Danurejan dan Ibu-ibu PKK Kemantren Danurejan Kota Yogyakarta.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Koperasi dan UKM Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Pengembangan UMKM Berbasis Pangan*. Kemenkop UKM.

- Kotler, P., & Keller, K. L. (2016). *Marketing Management* (15th ed.). Pearson Education.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta
- Rahmawati, D., Nurhayati, S., & Pratiwi, R. (2021). Edukasi diversifikasi olahan ikan sebagai upaya peningkatan konsumsi protein hewani pada keluarga. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(3), 201–210.
- Tri Mulyaningsih, Beyond personal factors: Multilevel determinants of childhood stunting in Indonesia
- WHO. (2023). *Guideline on Complementary Feeding of Infants and Young Children 6–23 Months of Age*. World Health Organization.
- Wulandari, R., Hidayati, N., & Lestari, D. (2023). Pelatihan pengolahan produk frozen food berbahan dasar ikan sebagai upaya peningkatan ekonomi masyarakat. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 8(1), 45–54.