



YOGYKARYA

► KESEHATAN KELUARGA

Warga Gowongan Dilatih Olah Ikan

Konsumsi ikan yang cukup menjadi salah satu cara untuk mencegah *stunting* pada anak. Untuk mencapai tujuan ini, Kelurahan Gowongan, Kemantren Jetis, menggelar pelatihan pengolahan ikan kepada sejumlah warga.

Pengolahan ikan bisa dijadikan inspirasi bagi warga untuk menyediakan menu buka puasa dan sahur selama Ramadan. Diperlukan ilmu pengolahan makanan untuk membuat lauk pauk yang bervariasi dan bergizi bagi keluarga.

Kelurahan Gowongan bekerjasama dengan Kader PKK untuk melaksanakan kegiatan Pelatihan Pengolahan Ikan di Aula Perpustakaan Gowongan Smart, Kamis dan Jumat (7-8/3). Pelatihan ini tujuan utamanya adalah untuk mendukung program pemerintah tentang pengentasan *stunting* di Kota Jogja.

Lurah Gowongan, Gunawan Wibisono mengatakan meskipun di wilayah Gowongan angka *stunting* tidak ada, namun perlu pencegahan terutama untuk ibu-ibu hamil dan anak di bawah dua tahun. "Dengan adanya pelatihan ini diharapkan peserta mampu menularkan ilmunya kepada ibu-ibu yang lain, terutama yang mempunyai anak balita," katanya saat ditemui, Kamis (14/3).

Cara pengolahan ikan ini sangatlah penting diketahui ibu-ibu yang memiliki anak balita. Ikan mengandung protein hewani yang sangat tinggi,



Istimewa/Dokumen Kelurahan Gowongan

Sejumlah peserta mengikuti pelatihan pengolahan ikan di Kelurahan Gowongan, Kemantren Jetis, beberapa waktu lalu.



yang diperlukan anak-anak balita terutama untuk pertumbuhan dan perkembangan otaknya.

"Dengan pengolahan ikan ini diharapkan variasi memasak oleh ibu-ibu untuk anaknya terutama makanan olahan ikan akan semakin digemari. Kita tahu bahwa anak tidak suka makan ikan mungkin karena tidak terbiasa atau ikan hanya dimasak dengan cara digoreng saja sehingga anak harus menyingkirkan duri-duri ikannya membuat anak tidak suka," katanya.

Dengan pengolahan ikan yang

dibuat secara bervariasi ini akan membuat anak semakin senang dan gemar makan ikan. Diikuti 25 peserta, hari pertama pelatihan diisi dengan praktik membuat nugget ikan dan hari kedua praktik membuat kaki naga.

Resep ini merupakan menu olahan kekinian. Diharapkan peserta pelatihan dapat mempraktikkan hasil pelatihannya di rumah sebagai menu keluarga, sehingga anak-anaknya terpenuhi kebutuhan gizinya dan terbiasa untuk makan ikan. Selain untuk menu keluarga, peluang untuk berjualan sangat baik sehingga menambah penghasilan keluarga. "Apalagi di era sekarang ini berjualan bisa dilakukan secara *online*, sehingga ibu-ibu tidak perlu repot lagi memasarkan produknya," kata dia. (Lugas Subarkah/*)

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1.	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 23 September 2024
 Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM
 NIP. 19690723 199603 1 005