



## Sosialisasi Gemar Makan Ikan Sebagai Upaya Peningkatan Gizi Pada Anak Sekolah Dasar

*(Socialization for Eating Fish as an Effort to Improve Nutrition for Children of Elementary School)*

Muhammad Kurnia<sup>1</sup>, Ilham Jaya<sup>1\*</sup>, Abd. Rasyid Jalil<sup>2</sup>, Sarah Estafani<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Departemen Perikanan, Fakultas Ilmu Kelautan dan Perikanan, Universitas Hasanuddin

<sup>2</sup>Departemen Ilmu Kelautan, Ilmu Kelautan dan Perikanan, Universitas Hasanuddin

<sup>3</sup>Program Studi Ilmu Kelautan, Ilmu Kelautan dan Perikanan, Universitas Hasanuddin

\*e-mail:[iloampi60@gmail.com](mailto:iloampi60@gmail.com)

### ABSTRAK

Kecenderungan anak-anak untuk mengonsumsi ikan sangat rendah. Hal ini dikarenakan rasa dan aromanya yang kurang menarik, berbeda dengan daging ayam dan olahannya yang menarik. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kecerdasan anak, perlu bagi generasi muda untuk makan dan menikmati ikan. Secara geografis, daerah sekitar SDN Binanga Benteng merupakan daerah pesisir sehingga dapat dengan mudah mendapatkan ikan. Metode pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan penyebaran poster gemar makan ikan ini adalah pertemuan langsung untuk penyampaian materi dan pembagian selebaran poster kepada siswa/i yang ada di Sekolah Dasar Negeri Binanga Benteng Selayar. Kegiatan ini mengarah pada manfaat dan kandungan gizi ikan berupa sosialisasi dan penyebaran poster pada anak-anak Sekolah Dasar dengan pemikiran lingkungan sekolah sangat efektif dan lebih mudah dijangkau. Sehingga, dapat memberikan dampak kebiasaan baru bagi anak-anak untuk mengonsumsi ikan sejak dini sebagai makanan bernutrisi tinggi yang bermanfaat pada masa pertumbuhan dan perkembangan tubuh.

**Kata kunci:** Gizi, Ikan, Pengabdian, Sosialisasi

### ABSTRACT

*The tendency of children to eat fish is very low. This is because the taste and aroma are less attractive, different from chicken and its preparations. Therefore, in order to increase the intelligence of children, it is necessary for the younger generation to eat and enjoy fish. Geographically, the area around SDN Binanga Benteng is a coastal area so it is easy to get fish. The method of implementing this socialization activity and distributing posters for eating fish is a direct meeting for the delivery of material and distribution of posters to students at the Binanga Benteng Selayar State Elementary School. This activity will lead to the benefits and nutritional content of fish in the form of socializing and distributing posters to elementary school children because the school environment is very effective and easy to reach. Thus, it can have an impact on new habits for children to consume fish from an early age as a highly nutritious food that is beneficial during the growth and development of the body.*

**Keywords:** Devotion, Fish, Nutrition, Socialization

## **PENDAHULUAN**

Indonesia memiliki sumber daya laut dan pesisir Indonesia yang tinggi, produksi perikanan Indonesia mencapai 65 juta ton per tahun pada tahun 2004 (Ghufran dan Kordik, 2009). Dari sekian banyak sumber protein yang tersedia, ikan merupakan salah satu sumber protein yang paling mudah didapat dengan produksi perikanan Indonesia yang menduduki peringkat tinggi (Adriani dan Wirjatma, 2012). Kabupaten Kepulauan Selayar merupakan salah satu wilayah Sulawesi Selatan yang secara geografis terkondisikan sebagai negara kepulauan dengan potensi alam yang besar dalam penyediaan sumber daya perikanan dan kelautan. Lokasi kabupaten yang dekat dengan laut tentu membantu masyarakat lebih mudah mendapatkan ikan segar.

Anak usia sekolah merupakan kelompok yang perlu diperhatikan asupan makanan dan gizinya. Perbaikan gizi khususnya di Sekolah Dasar merupakan langkah strategis, karena dampaknya berkaitan langsung dengan perolehan talenta yang berkualitas (Depkes RI, 2005). Kecenderungan anak-anak untuk mengonsumsi ikan sangat rendah. Hal ini dikarenakan rasa dan aromanya yang kurang menarik, berbeda dengan ayam dan olahannya (Handayani et al., 2020). Oleh karena itu, untuk meningkatkan kecerdasan anak, perlu bagi generasi muda untuk makan dan menikmati ikan sambil bersosialisasi. Sosialisasi ini berlangsung di lingkungan sekolah, karena sekolah sangat efektif dan mudah dijangkau. Mitra yang dipilih untuk kegiatan masyarakat adalah SDN Binanga Benteng.

SDN Binanga Benteng merupakan salah satu Sekolah Dasar yang ada di Desa Binanga Sombaiya Kecamatan Bontosikuyu Kabupaten Kepulauan Selayar. Secara geografis, daerah sekitar SDN Binanga Benteng merupakan daerah pesisir sehingga dapat dengan mudah mendapatkan ikan. Kegiatan ini mengarah pada manfaat dan kandungan gizi ikan berupa sosialisasi dan penyebaran poster pada anak-anak Sekolah Dasar, dimana lingkungan sekolah sangat efektif dan gampang dijangkau. Sehingga, dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan kegiatan sosialisasi kepada siswa sebagai generasi muda penerus bangsa dengan memunculkan motivasi untuk mengonsumsi ikan sejak dini.

## **METODE PENELITIAN**

### **2.1. Waktu dan Tempat**

Kegiatan sosialisasi dan penyebaran poster gemar makan ikan dilaksanakan pada hari Senin, 10 Januari 2022 di salah satu ruang kelas SDN Binanga Benteng, Desa Binanga Sombaiya, Kecamatan Bontosikuyu, Kabupaten Kepulauan Selayar.

## **2.2. Khalayak Sasaran**

Peserta dalam kegiatan sosialisasi dan penyebaran poster gemar makan ikan merupakan siswa/i kelas III – VI yang berjumlah 30 siswa dengan total jumlah siswa/i hadir semua.

## **2.3. Metode Pengabdian**

Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pendidikan dalam bentuk pemberian materi dengan cara ceramah, diskusi dan pembagian poster tentang Sosialisasi Gemar Makan Ikan sebagai Upaya Peningkatan Gizi pada anak.

Metode pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan penyebaran poster gemar makan ikan ini adalah pertemuan langsung untuk penyampaian materi dan pembagian selebaran poster kepada siswa/i yang ada di SDN Binanga Benteng Selayar. Bahan-bahan yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini adalah materi presentasi, poster sebagai pendukung informasi, kamera sebagai alat untuk dokumentasi kegiatan sosialisasi dan bingkisan yang diberikan kepada siswa-siswi.

## **2.4. Indikator Keberhasilan**

Indikator keberhasilan dari program kerja ini adalah siswa/i memberikan respon positif dengan keikutsertaan secara aktif dalam kegiatan sosialisasi dan penyebaran poster gemar makan ikan yang diadakan di sekolah. Hal ini bertujuan memberikan motivasi dan menggugah keinginan untuk mengkonsumsi ikan sejak dini pada siswa/i setelah mengetahui manfaat dan kandungan gizi pada ikan. Luaran yang dihasilkan, yaitu 7 poster yang dibagikan secara luring kepada siswa/i selama kegiatan sosialisasi berlangsung.

## **2.5. Metode Evaluasi**

Kebutuhan dalam peningkatan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat sangat diperlukan. Sehingga, perlu dilakukan evaluasi terhadap kegiatan pelayanan yang dilakukan. Evaluasi kegiatan dilakukan untuk melihat seberapa hasil yang dapat diaktualisasikan oleh peserta.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **3.1. Pembukaan dan Penyampaian Materi**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dimulai dengan melakukan pembukaan acara kegiatan yang dibuka oleh salah satu guru yang berada di SDN Binanga Benteng Selayar. Tim pengabdian selanjutnya melakukan perkenalan diri terlebih dahulu kepada siswa/i sebelum memberikan materi sosialisasi dan pembagian poster yang dirangkaikan dengan pembagian masker dan cuci tangan bersih, seperti yang terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pembukaan acara kegiatan PKM oleh guru dan tim pengabdian

Setelah sesi perkenalan, tim pengabdian mempresentasikan dan menjelaskan materi kegiatan. Materi yang disampaikan meliputi deskripsi tentang ikan, tingkat konsumsi ikan, kandungan gizi dan manfaat mengonsumsi ikan untuk kesehatan. Acara selanjutnya setelah pemberian materi adalah sesi tanya jawab dengan peserta. Siswa/i sangat antusias mengikuti kegiatan tersebut. Hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan kepada tim pengabdian, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Sesi tanya jawab dan diskusi oleh peserta kegiatan sosialisasi

### 3.2. Penutupan

Pada sesi sosialisasi dan penutupan tim pengabdian memberikan apresiasi berupa pemberian bingkisan bagi siswa-siswi. Hal itu dilakukan sebagai bentuk apresiasi telah antusias mengikuti kegiatan pengabdian dengan baik. Kegiatan selanjutnya yaitu pengambilan gambar sebagai dokumentasi kegiatan, sekaligus berpamitan dengan kepala sekolah, para guru serta siswa/i SDN Binanga Benteng. Pihak sekolah ikut serta mensukseskan kegiatan pengabdian dengan partisipasi pihak sekolah dalam ikut serta mempersiapkan kegiatan. Pihak sekolah memiliki kesan yang baik terhadap kegiatan ini dikarenakan dapat menambah ilmu pengetahuan serta wawasan para siswa/i SDN Binanga Benteng mengenai ikan serta manfaatnya. Kegiatan ini dirangkaikan dengan bermain, pemberian masker kepada siswa/i serta demonstrasi cuci tangan bersih yang baik dan benar dalam pencegahan penularan Covid-19, seperti yang ditunjukkan pada Gambar 3.



Gambar 3. Penutupan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (a) *games* bersama siswa/i (b) pembagian masker (c) cuci tangan bersih dan (d) foto bersama.

### 3.3. Output

*Output* kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah peserta diberikan wawasan tentang deskripsi tentang ikan, tingkat konsumsi ikan, kandungan gizi dan manfaat mengonsumsi ikan untuk kesehatan dan mampu membedakan yang mana ikan busuk maupun ikan segar. Dari hasil sosialisasi gemar makan ikan, para siswa/i memahami pentingnya mengonsumsi ikan untuk kecerdasan anak dan dapat membedakan kualitas ikan baik untuk dikonsumsi dan sesi pertanyaan dibuka untuk melihat pemahaman peserta tentang isi materi. Siswa/i yang berani bertanya berhak memperoleh hadiah sebagai bentuk apresiasi.

### KESIMPULAN

Sosialisasi kegiatan gemar makan ikan di SDN Binanga Benteng Selayar terlaksana dengan pelajar yang antusias mengikuti rangkaian kegiatan hingga akhir kegiatan yang bertujuan membangun motivasi untuk mengonsumsi ikan sejak dini, memberikan informasi dan pengetahuan tentang manfaat dan kandungan gizi ikan serta membagikan poster untuk memberikan informasi tentang manfaat mengonsumsi ikan yang dapat memberikan dampak kebiasaan baru bagi anak-anak untuk mengonsumsi ikan sejak dini sebagai makanan bernutrisi tinggi dan bermanfaat pada masa pertumbuhan serta perkembangan tubuh.

## **SARAN**

Kegiatan ini diharapkan dapat dilaksanakan untuk menambah wawasan dan pengetahuan tetap dilakukan kegiatan sosialisasi gemar makan ikan di berbagai lokasi seperti pada pelajar tingkat SD, SLTP dan SLTP agar pelajar yang menjadi sasaran memahami dan memiliki pengetahuan tentang kandungan gizi dan manfaat makan ikan.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu pada kegiatan pengabdian ini, kepada: (1) Bapak Camat Bontosikuyu, Kepala Desa Binanga Sombaiya, UPT KPH Selayar yang telah mendukung seluruh program, memberikan bantuan, saran dan kritikan pada kegiatan yang dilaksanakan; (2) Guru dan Siswa SDN Binanga Benteng Selayar yang telah mendukung pelaksanaan pengabdian yang dilaksanakan; dan (3) Masyarakat Kecamatan Bontosikuyu Desa Binanga Sombaiya yang telah mendukung seluruh kegiatan pengabdian yang dilaksanakan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Adriani M, Wirjatmadi B., 2012. Peran Gizi dalam Siklus Kehidupan. Kencana Prenada Media Group.
2. Andi Agus, 2017. Strategi Peningkatan Konsumsi Ikan Masyarakat di Kabupaten Demak. Yogyakarta. Forum Penelitian Agro Ekonomi. Vol 33 No 1. Juli 2017.
3. Chorneles Soparue, 2021. Peningkatan Pengetahuan Tentang Manfaat Konsumsi Ikan Melalui Kegiatan Sosialisasi “Gemar Makan Ikan-Gemarikan” Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 5, Kecamatan Amahai, Kabupaten Maluku Tengah. Jurnal Pengabdian pada Masyarakat Kepulauan Lahan Kering: Vol. 2 No. 2 (2021): Volume 2 Nomor 2 Edisi Oktober 2021.
4. Darussalam Banda Aceh, 2020. Jurnal Abdimas Universitas Abulyatama Aceh. 2020;1(1):13-8.
5. Depkes RI., 2005. Pedoman Perbaikan Gizi Anak Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
6. Ghufrani M, Kordik K., 2009. Budidaya Perairan. Bandung: PT. Citra Aditya Bakti.
7. Handayani Lia, Nurhayati, Nazlia Suraiya, Yeni Elfa, 2021. Sosialisasi Gemar Makan Ikan di TK Nurul Iman.
8. Junita, D., & Dari, D. W., 2019. PKM Gemar makan ikan untuk kecerdasan anak sekolah di SDN 82/Iv Sejinjang Kota Jambi. Jurnal Abdimas Kesehatan, 1(1), 6-11.
9. Mahrus, Zulkifli, Rasmi, D. A. C., Sedijani, P., & Bahri, S., 2019. Penyuluhan gerakan makan ikan laut sebagai upaya peningkatan gizi Di SMPN 2 Gunungsari Kabupten Lombok Barat. Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA, 1(2), 17-21. <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v1i2.241>