

## Pengenalan Produk Olahan Ikan Kepada Siswa Siswi SD Negeri 03 Metro Pusat Sebagai Upaya Peningkatan Konsumsi Ikan

Ilham Wahyu Pamungkas<sup>1</sup>, Desy Sasri Untari<sup>2\*</sup>, Tri Adi Wibowo<sup>3</sup>, Citra Puspitaningrum<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>Universitas Nahdlatul Ulama Lampung, Lampung Timur

Korespondensi penulis: [desyuntari42@gmail.com](mailto:desyuntari42@gmail.com)

### Article History:

Received: Desember 25, 2023;

Accepted: Januari 02, 2024

Published: Januari 30, 2024

**Key words:** *Processed, fish products, Public Elementary school 03 Metro Pusat*

**Abstract:** *Indonesia is a maritime country which has abundant potential for natural aquatic resources, one of which is fish which is used for human consumption, however the amount of fish consumption in Indonesia is very low. The low consumption of fish in Indonesia is caused by a lack of awareness among the public about the nutrition and benefits of fish, especially for children. In fact, fish consumption is believed to be able to complete nutritional needs and help the development and growth of children's brains and bodies, especially in improving intelligence and health for elementary school students. This is because fish contains nutrients such as protein, fatty acids, especially omega-3, vitamins and minerals. So, to increase fish consumption among children, especially elementary school students, it is necessary to take an approach by introducing delicious processed fish products to children so that children's consumption of fish increases. The aim of the community service activity is to socialize and introduce processed fish products to the community, especially to teachers and students at SDN 03 Metro Pusat. The results of the Community Service activities at SDN 03 Metro Utara were that 36 children liked processed fishery products and 4 children did not like them, this was due to the fishy aroma or odor in the products. The results of the analysis showed that 33 children knew information about fish-based fishery products such as nuggets, fish brains and fish meatballs, then 7 children did not know information about fishery product information.*

### Abstrak

Indonesia merupakan negara maritim yang terdiri memiliki potensi sumber daya alam perairan yang melimpah salah satunya yaitu ikan yang dimanfaatkan sebagai konsumsi manusia akan tetapi jumlah konsumsi ikan di Indonesia sangat rendah. Rendahnya konsumsi ikan di Indonesia disebabkan oleh kurangnya kesadaran kepada masyarakat tentang gizi dan manfaat ikan khususnya bagi anak-anak. Padahal Konsumsi ikan dipercaya mampu melengkapi kebutuhan gizi serta membantu perkembangan dan pertumbuhan bagi otak dan tubuh anak khususnya dalam meningkatkan kecerdasan dan kesehatan bagi siswa dan siswi SD. Hal dikarenakan ikan memiliki kandungan gizi seperti protein, asam lemak terutama omega-3, vitamin dan mineral. Sehingga untuk meningkatkan konsumsi ikan pada anak-anak khususnya kepada siswa dan siswi di sekolah dasar perlu dilakukan pendekatan dengan cara mengenalkan produk olahan ikan yang enak kepada anak agar konsumsi ikan oleh anak meningkat. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu untuk Mensosialisasikan dan mengenalkan produk olahan ikan kepada masyarakat khususnya kepada guru dan siswa di SDN 03 Metro Pusat. Hasil dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di SDN 03 Metro Utara yaitu diketahui sebanyak 36 anak menyukai produk olahan perikanan dan 4 anak tidak menyukai, hal tersebut disebabkan adanya aroma atau bau amis pada produk. Hasil analisis diketahui bahwa 33 anak mengetahui informasi tentang produk perikanan berbahan dasar ikan seperti nugget, otak otak ikan dan bakso ikan, kemudian 7 anak tidak mengetahui informasi mengenai informasi produk perikanan.

**Kata kunci:** Olahan , Ikan, SDN 03 Metro Pusat

\* Desy Sasri Untari, [desyuntari42@gmail.com](mailto:desyuntari42@gmail.com)

## **PENDAHULUAN**

Indonesia merupakan negara maritim yang terdiri atas pulau-pulau dan sebagian wilayahnya merupakan perairan yang cukup luas. Potensi yang cukup luas terdapat di wilayah laut dan perairan di Indonesia berupa sumber daya alam yang melimpah, termasuk didalamnya terdapat banyak spesies ikan khususnya ikan yang dapat dikonsumsi baik yang diperoleh dari kegiatan penangkapan maupun kegiatan budidaya. Hal ini dibuktikan dari produksi ikan konsumsi yang dihasilkan oleh Indonesia dapat mencapai 6,43 juta ton pada tahun 2020 atau 7% dari produksi konsumsi ikan di dunia yaitu sebesar 78,8 juta ton ditahun yang sama. Dari data hasil produksi ikan tersebut juga menjadikan Indonesia penghasil ikan konsumsi terbesar ke 2 didunia setelah China yaitu sebesar 11, 27 % (FAO, 2020).

Meskipun Indonesia setiap tahun menghasilkan ikan konsumsi yang cukup besar, Namun hal ini tidak diikuti dengan jumlah angka konsumsi ikan yang hanya mencapai 135.000 ton/ tahun atau hanya mencapai 56,48 Kg/ Kapita pada tahun 2022. Provinsi Lampung sendiri dikategorikan sebagai provinsi dengan jumlah konsumsi ikan dengan jumlah 37,3 kg / kapita. Data tersebut menunjukkan bahwa konsumsi ikan diprovinsi Lampung masih rendah serta belum merata di seluruh daerah di Indonesia. Rendahnya konsumsi ikan membuat pemerintah melalui Kementerian Kelautan dan Perikanan menargetkan konsumsi ikan pada tahun 2024 dapat mencapai 62,5 kg/kapita (KKP,2022).

Rendahnya konsumsi ikan di Indonesia dapat disebabkan oleh beberapa hal, adapun faktor utamanya yaitu kurangnya kesadaran kepada masyarakat tentang gizi dan manfaat ikan bagi kesehatan dan kecerdasan serta belum berkembangnya teknologi pengolahan maupun pengawetan ikan sebagai bentuk keanekaragaman dalam ikut memenuhi tuntutan selera semua Konsumen. Beberapa faktor pendukung juga mempengaruhi seperti rendahnya supply ikan akibat kurang lancarnya distribusi, serta sarana pemasaran, distribusi terbatas baik kualitas maupun kuantitas (Djunaidah,2017).

Sedangkan Kesehatan tubuh manusia harus didukung oleh pemenuhan komposisi gizi yang lengkap. Salah satu sumberdaya alam yang dapat melengkapai pemenuhan gizi manusia secara esensial yaitu dari sumberdaya hasil perikanan. Konsumsi ikan dipercaya mampu melengkapi kebutuhan gizi seperti protein, asam lemak terutama omega-3, vitamin dan mineral. (Jakson *et al* 2019).Kandungan protein pada ikan berupa asam amino essensial lengkap sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi tubuh manusia.Komposisi gizi ikan lainnya yaitu berupa kandungan

asam lemak. Salah satu asam lemak yang terdapat pada ikan yaitu asam lemak omega-3. Asam lemak omega-3 banyak terkandung pada golongan ikan berlemak tinggi (lebih dari 20%). Asam lemak omega-3 bermanfaat untuk meningkatkan kecerdasan terutama padausia anak-anak. Asam lemak omega-3 banyak terkandung pada ikan dibandingkan produk daging yang lain.( Elavarasan, 2018)

Banyaknya kandungan gizi pada ikan dapat membuat gizi pada masyarakat tercukupi. Kecukupan gizi sangat diperlukan oleh setiap individu, termasuk kelompok anak usia sekolah. Kelompok anak usia sekolah (6-12 tahun) merupakan salah satu kelompok rentan gizi. Berdasarkan Kemenkes (2022) data menunjukkan bahwa secara nasional di indonesia prevalensi pendek (*stunting*) pada anak umur 5-12 tahun masih cukup tinggi yaitu sekitar 21,6%. Tingginya angka *stunting* pada anak tersebut disebabkan oleh anak-anak di usia sekolah jarang mengkonsumsi makanan yang bergizi khususnya ikan. Anak merupakan konsumen pasif, mereka masih sangat bergantung pada orang tuanya. Sehingga makanan yang diberikan oleh orang tuanya itulah yang dimakan. Apabila orang tua sejak awal tidak pernah memperkenalkan ikan atau membiasakan untuk mengkonsumsi ikan, maka sampai dewasa terbentuklah sikap atau pola makan non ikan (Khurlin, 2015). Menurut Sokib *et al* (2012) satu faktor yang paling dominan mempengaruhi konsumen unuk mengkonsumsi ikan, yakni usia. Agar anak gemar makan ikan, diperlukan peningkatan pengetahuan dan sikap anak terkait manfaat positif mengkonsumsi ikan bagi kesehatan, khususnya Bagi pertumbuhan dan kecerdasan anak usia sekolah.

Pentingnya mengatur pola konsumsi ikan sejak dini harus diprioritaskan karena ikan termasuk ke dalam satu di antara sumber protein yang penting dibutuhkan dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan pada anak sejak dalam kandungan. Program Gemarikan dilaksanakan dengan tujuan bahwa dengan anak sering mengonsumsi ikan maka akan meminimalisir terjadinya kondisi kekurangan gizi serta *stunting* (Mahrus *et al.*, 2020). Ikan merupakan sumber pangan hewani yang sebenarnya paling diandalkan dalam hal perbaikan gizi masyarakat karena harganya lebih murah daripada daging. Selain itu juga daging ikan dapat diinovasi melalui kegiatan diversifikasi produk perikanan. Kegiatan Diversifikasi produk perikanan merupakan upaya untuk meningkatkan nilai produk melalui penganekaragaman produk, baik lewat pengembangan produk baru atau mengembangkan produk yang sudah ada. (Suwarti *et al.*, 2020) Kegiatan diversifikasi produk perikanan diharapkan dapat meningkatkan kandungan gizi dan juga rasa sehingga dapat diterima oleh konsumen anak dan meningkatkan pola konsumsi ikan

## *Pengenalan Produk Olahan Ikan Kepada Siswa Siswi SD Negeri 03 Metro Pusat Sebagai Upaya Peningkatan Konsumsi Ikan*

pada anak. Oleh karena itu tujuan dari kegiatan PkM ini yaitu untuk meningkatkan konsumsi ikan pada kalangan anak- anak khususnya SDN 03 Metro Pusat.

### **METODE**

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dilakukan pada bulan November Tahun 2023 , lokasi kegiatan yaitu di SDN 03 Kota Metro, Provinsi Lampung. Kegiatan PkM dilakukan bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan informasi kepada siswa siswi SDN 03 Kota Metro tentang pengenalan produk perikanan yang sering dijumpai dikalangan anak- anak, hal tersebut dilakukan untuk meningkatkan nilai jumlah konsumsi ikan pada anak – anak. Kita ketahui bersama bahwa kandungan gizi ikan yaitu omega- 3 membantu meningkatkan kecerdasan dan tumbuh kembang anak. Oleh karena itu perlunya dilakukan pengenalan produk perikanan kepada anak sejak dini, hal tersebut juga mendukung pemerintah dalam mensosialisasikan Gerakan makan ikan.

Langkah dalam pelaksanaan pengabdian ini yaitu terbagi menjadi tiga antara lain yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan penyelesaian. Tahap persiapan terdiri dari (1) koordinasi dengan mitra (a) mempersiapkan materi, alat dan bahan yang digunakan, serta narasumber yang akan menyampaikan pelatihan. Tahap pelaksanaan yaitu terdiri dari (a) sosialisasi tentang produk perikanan kepada siswa siswi (b) tanya jawab peserta dan pemateri. Kemudian tahap penyelesaian yaitu terdiri dari (a) Pembagian produk olahan ikan kepada siswa siswi SDN 03 (b) ucapan terimakasih kepada mitra setempat yang terkait dengan kegiatan PkM ini.

### **HASIL**

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat (PkM) di SDN 03 Metro Pusat dilakukan dengan cara memberikan informasi, praktek langsung dan evaluasi kepada siswa siswi tentang pengenalan produk perikanan untuk mendukung gerakan makan ikan sebagai upaya memenuhi kebutuhan protein anak. Kegiatan PkM telah dilaksanakan pada tanggal 22 November 2023 di SDN 03 Metro Pusat. Peserta dalam kegiatan PkM ini berjumlah kurang lebih 40 siswa siswi kelas satu, dua, tiga dan empat.



Gambar 1. Pengenalan Anggota Pelaksana PkM kepada Siswa Siswi

Kegiatan awal yang dilakukan yaitu adalah pengenalan anggota pelaksana PkM kepada siswa siswi dengan tujuan sebagai pendekatan untuk memperoleh fokus anak -anak dalam penyampaian materi nantinya. Menurut Ekawati (2021), pada masa anak usia dini, peran orang tua sangat penting dalam mengenalkan rasa ikan dan olahannya. Pengenalan mengenai rasa makanan sangat dibutuhkan dalam perkembangan anak agar dapat mengenali berbagai macam rasa makanan. Anak yang sudah diperkenalkan ikan sejak dini akan terbiasa dengan aroma ikan. Seseorang yang mengkonsumsi ikan dimasa kanak-kanak memungkinkan lebih menikmati rasa dan bau ikan dibandingkan yang tidak mengkonsumsi.

Setelah selesai pengenalan anggota pelaksana PkM mengajak siswa siswi untuk bernyanyi bersama untuk menumbuhkan semangat sebelum kegiatan akan dimulai. Hal – hal tersebut perlu dilakukan sebagai upaya untuk membuat rasa nyaman dan menghilangkan rasa bosan mengingat peserta kegiatan PkM adalah anak -anak siswa siswi SD yang masih aktif bermain.

Kegiatan PkM selanjutnya yaitu pengenalan produk – produk perikanan kepada siswa siswi dengan cara menyampaikan informasi atau sosialisasi tentang jenis- jenis produk perikanan, manfaat makan ikan dan tanya jawab tentang pengetahuan siswa siswi tentang produk perikanan yang sering ditemui baik di kantin dan dirumah yang biasa diberikan orang tua kepada anak. Respon siswa siswi tentang tanya jawab tersebut sangat antusias sekali dapat dilihat dari banyaknya anak yang ingin menjawab pertanyaan yang diberikan anggota pelaksana PkM. Antusiasme tersebut dapat terlihat dari gambar 2 berikut ini.

*Pengenalan Produk Olahan Ikan Kepada Siswa Siswi SD Negeri 03 Metro Pusat Sebagai Upaya Peningkatan Konsumsi Ikan*



Gambar 2. Antusias Siswa Siswi Dalam Menjawab Pertanyaan

Penyampaian materi berisi tentang jenis – jenis produk perikanan contohnya otak- otak ikan, nugget dan bakso ikan. Informasi yang diberikan berupa kandungan gizi dan proses pembuatannya. Penyampaian materi yang diberikan kepada siswa siswi diharapkan dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan serta kecintaan terhadap produk perikanan. Penyampaian materi disampaikan oleh Ibu Citra Puspita Ningrum, S.Pi., M.Si dan Bapak Tri Adi Wibowo, S.Pi., M.Si sebagai instruktur pembuatan otak-otak ikan. Berikut merupakan penggambaran kegiatan sosialisasi dan demonstrasi pembuatan otak – otak ikan sebagai produk perikanan.

Setelah penyampaian materi dilakukan kemudian selanjutnya yaitu proses demonstrasi atau praktik langsung pembuatan otak-otak ikan yang melibatkan anak – anak secara langsung yang tetap diawasi oleh guru dan juga anggota pelaksana PkM. Menurut Yulianti dan Widagdo (2022) pemberian kegiatan demonstrasi bertujuan untuk memberi pengetahuan, pengalaman, pemahaman, dan contoh. Adapun pemberian metode kegiatan demonstrasi pada anak-anak bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada anak-anak terkait bagaimana cara mengolah produk diversifikasi ikan.



Gambar 3.

- A. Kegiatan Pemberian Materi
- B. Demonstrasi Pembuatan Olahan Otak – Otak Ikan

Setelah dilakukan praktek secara langsung kegiatan selanjutnya yaitu pembagian produk kepada siswa siswi sebagai bentuk apresiasi telah mengikuti kegiatan dan juga mengenalkan cita rasa produk perikanan kepada anak-anak.



Gambar 4. Pembagian Produk Perikanan (Otak-otak, Bakso, Nugget)

## DISKUSI

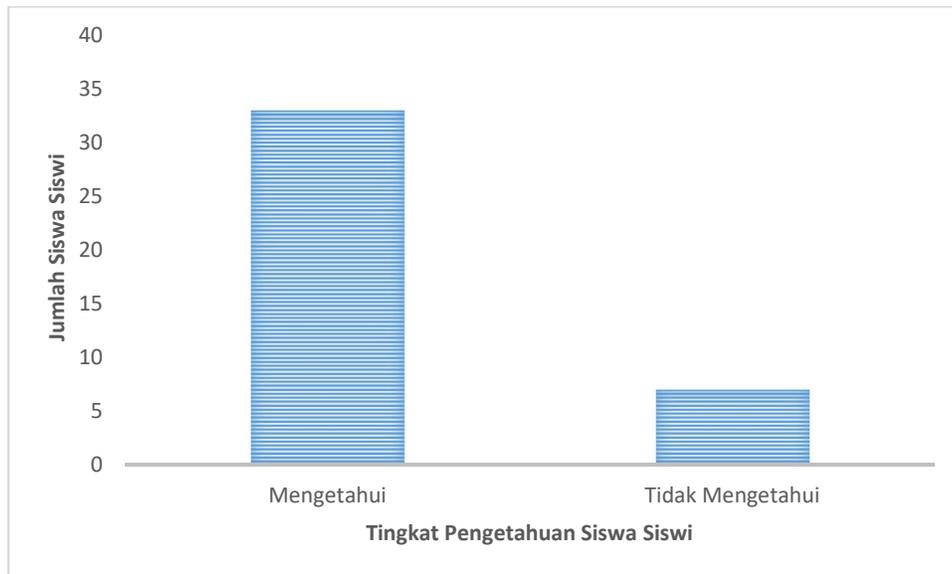
Hasil kegiatan PkM kemudian dilakukan evaluasi mengenai tingkat kesukaan produk olahan ikan dan tingkat pengetahuan siswa- siswi mengenai produk perikanan. Berikut merupakan hasil analisis evaluasi siswa siswi SDN 03 Metro Pusat mengenai tingkat kesukaan siswa siswi terhadap produk perikanan. Dari hasil evaluasi terdapat 36 anak yang menyukai produk olahan perikanan dan 4 anak yang tidak menyukai, dari hasil pendekatan yang dilakukan oleh tim PkM diketahui bahwa keempat anak tersebut tidak menyukainya dikarenakan adanya bau amis dari bahan dasar ikan pada produk olahan perikanan tersebut.

*Pengenalan Produk Olahan Ikan Kepada Siswa Siswi SD Negeri 03 Metro Pusat Sebagai Upaya Peningkatan Konsumsi Ikan*



Gambar 5. Diagram Tingkat Kesukaan Siswa Siswi Terhadap Produk Perikanan

Selain evaluasi tingkat kesukaan produk perikanan, dilakukan juga analisis mengenai tingkat pengetahuan siswa siswi terhadap produk perikanan. Dari hasil analisis diketahui sebanyak 33 anak mengetahui jenis – jenis produk olahan yang berbahan dasar ikan dan 7 anak menjawab belum mengetahuinya. Oleh karena itu penelitian ini dapat memberikan manfaat tambahan pengetahuan kepada siswa siswi mengenai produk makanan berbahan dasar ikan serta kandungan ikan dan manfaatnya bagi pertumbuhan badan dan kecerdasan otak. Berikut merupakan diagram tingkat pengetahuan siswa siswi terhadap produk perikanan.



Gambar 6. Tingkat Pengetahuan Siswa Siswi

## KESIMPULAN

Kesimpulan yang dihasilkan dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di SDN 03 Metro Utara yaitu diketahui sebanyak 36 anak menyukai produk olahan perikanan dan 4 anak tidak menyukai, hal tersebut disebabkan adanya aroma atau bau amis pada produk. Hasil analisis diketahui bahwa 33 anak mengetahui informasi tentang produk perikanan berbahan dasar ikan seperti nugget, otak otak ikan dan bakso ikan, kemudian 7 anak tidak mengetahui informasi mengenai informasi produk perikanan.

### **PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS (Times New Roman, size 12)**

Ucapan terimakasih kepada pihak SD Negeri 03 Metro Pusat yang telah mendukung kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Dosen Teknologi Hasil Perikanan dan Pemanfaatan Sumberdaya Perikanan secara moril serta ucapan terimakasih kepada LPPM Universitas Nahdlatul Ulama Lampung yang telah memberikan dukungan secara moril dan materil sehingga terlaksananya kegiatan PKM dosen sampai dengan selesai.

### **DAFTAR REFERENSI**

- Djunaidah, I. S. (2017). Tingkat Konsumsi Ikan di Indonesia : Ironi di Negeri Bahari Jurnal Penyuluhan Perikanan dan Kelautan, 11(1), 12–24. Bogor.
- FAO. 2022. The state of world fisheries and aquaculture. Rome: Food and Agriculture Organization of The United Nations.
- Ekawati Nurul. 2021. Pola Konsumsi Ikan pada Anak Paud Harapan Bangsa Desa Kandawaru Kecamatan Mundu-Cirebon. ASWAJA. 2(1) : 19-23
- Elavarasan K. 2018. Impotance of Fish in Human Nutrition. Training Manual On Seafood Value Addition. ICARCentral Institute of Fisheries Technology.
- Jackson, K. H., Polreis, J. M., Tintle, N. L., Kris-Etherton, P. M., & Harris, W. S. 2019. Association of reported fish intake and supplementation status with the omega-3 index. Prostaglandins, leukotrienes, and essential fatty acids, 142, 4–10. <https://doi.org/10.1016/j.plefa.2019.01.002>
- Kementerian Kelautan dan Perikanan [KKP]. 2022. Angka Konsumsi Ikan di Indonesia , 13 Juni 2022 . <http://kkp.go.id> (diakses 6 Oktober 2023)
- Kemntrian Kesehatan (KemenKes). 2022. Angka Stunting Tahun 2022 Turun Menjadi 21,6 Persen. 25 Januari 2023. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/angka-stunting-tahun-2022-turun-menjadi-216-persen> (Diakses pada 6 Oktober 2023)
- Khurilin ML.2015. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Ikan, Sayur, dan Buah pada Anak Usia Pra Sekolah di TK LPII, Desa Sawotratap, Kecamatan Gendangan,

***Pengenalan Produk Olahan Ikan Kepada Siswa Siswi SD Negeri 03 Metro Pusat Sebagai Upaya Peningkatan Konsumsi Ikan***

Kabupatensidoarjo. *e-journal boga*.4 (2):41-46.

Mahrus, Zulkifli, L., Rasmi, D. A. C., R, S. A., & Raksun, A. 2020. Peningkatan Gizi Keluarga Melalui Program Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (Gemarikan) Di Dusun Bale Kuwu Desa Gunungsari. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(1).

Ngaisyah, R. dewi, & Rohman, A. (2019). Short Communication Effect of Fish Consumption as a Local Food Alternative for the Reduction of Stunting in Toddlers. 18(5).

Sokib, N., Nurheni, Sri, P., Budi S. 2012. Strategi peningkatan konsumsi ikan di kota Depok. *Jurnal Manajemen Pengembangan Industri Kecil Menengah*. Vol.7,No 2.

Suwarti, Rahayu S, Putri AR. 2015. Kumpulan informasi teknologi pengolahan produk berbasis ikan. Balai Besar Pengujian Penerapan Hasil Perikanan Direktorat Jenderal Penguatan daya Saing Produk Kelautan dan Perikanan. Kementerian Kelautan dan Perikanan Republik Indonesia. Jakarta.

Yuliati S, Widagdo T. 2020. Teknologi Vacum Frying Untuk Penggorengan Keripik Jamur Tiram di Desa Talang Bubuk Plaju Palembang. *Aptekmas Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*. Apr 10;3(1)