

## Edukasi Masyarakat Maritim Terhadap Manfaat Menkomsumsi Ikan Segar Bagi Anak Balita Untuk Pencegahan Kejadian *Stunting* di Kelurahan Biringkassi Kabupaten Jeneponto

Hardianto Haris\*, Nur Hamdani Nur

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Pancasakti, Makassar

\*Alamat korespondensi: [hardiantoharis6@gmail.com](mailto:hardiantoharis6@gmail.com)

(Received 02 Jan 2023; Accepted 24 Jan 2023)

### Abstrak

Kelurahan Biringkassi Kabupaten Jeneponto merupakan daerah maritim yang mayoritas sumber pendapatan penduduknya bersumber dari nelayan dan bertani rumput laut. Meskipun demikian masyarakat yang bekerja sebagai nelayan ikan, terkadang hasil tangkapan ikan ikan segar para nelayan di Kelurahan Biringkassi tidak serta merta dikonsumsi oleh anak balitanya terutama pada nelayan yang memiliki anak balita, hal ini karena hasil tangkapan ikan ikan segar para nelayan di Kelurahan Biringkassi langsung dijual atau sudah ada toke yang membayar ikan ikan segar hasil tangkapan para nelayan, sehingga para nelayan hanya membawa sisa dari tangkapan yg tidak laku atau ikannya sudah tidak segar lagi, alhasil dominan anak balita para nelayan di Kelurahan Biringkassi cenderung tidak dapat menkomsumsi ikan segar hasil tangkapan para nelayan itu sendiri. Tujuan pengabdian ini untuk mengedukasi masyarakat nelayan agar menerapkan perilaku konsumsi ikan segar pada balita untuk pencegahan kejadian *stunting*. Metode kegiatan ini adalah edukasi dan sosialisasi tentang manfaat ikan segar bagi kesehatan balita. Hasil pengabdian yaitu sebanyak 7 nelayan yang hadir dalam edukasi dan sosialisasi tentang manfaat menkomsumsi ikan segar bagi anak balita untuk pencegahan kejadian *Stunting* di Kelurahan Biringkassi Kabupaten Jeneponto. Manfaat menkomsumsi ikan segar bagi balita sangat baik, hal ini karena ikan segar banyak mengandung asam lemak omega 3 yang sehat serta dapat mengurangi peradangan, membantu melindungi jantung, dan mencegah penyakit kronis, ikan mengandung vitamin D yang tinggi, dan dianggap sebagai salah satu sumber makanan terbaik untuk nutrisi terutama untuk pertumbuhan balita dan kekebalan tubuh balita. Edukasi pentingnya balita menkomsumsi ikan segar telah diberikan kepada masyarakat maritim Kelurahan Biringkassi dan banyak yang paham akan manfaat keunggulan menkomsumsi ikan segar bagi balita dan paham tentang *stunting*.

**Kata Kunci:** Edukasi, Maritim, *Stunting* Ikan Segar, Biringkassi.

### PENDAHULUAN

Kondisi gizi kurang dan gizi buruk yang berkepanjangan pada balita dapat berimplikasi pada anak mengalami kejadian *stunting*, hal ini masih menjadi masalah gizi di Indonesia. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (*Riskesdas*) menunjukkan bahwa status gizi balita

dengan indeks BB/U (berat badan menurut umur) secara nasional pada tahun 2017, prevalensi gizi buruk dan kurang adalah 17,4%, yang terdiri dari 5,6% gizi buruk dan 12,0% gizi kurang. Angka tersebut semakin meningkat pada tahun 2018, yang menunjukkan bahwa status gizi balita gizi buruk dan kurang secara Nasional yaitu 19,5%, terdiri dari 5,8% gizi buruk dan 14,8% gizi kurang (Balitbangkes, 2018).

Permasalahan gizi dan kesehatan pada masyarakat maritim, baik masyarakat maritim pinggiran perkotaan maupun yang masyarakat maritim kepulauan, sering masuk dalam golongan rentan (anak balita, ibu hamil, dan ibu menyusui) dan selalu dikaitkan dengan kekurangan gizi serta Penyakit infeksi dan keluarga yang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah akan gizi, banyak studi yang telah dilaporkan terkait kurangnya pengetahuan dan akses makanan bergizi ditemukan menjadi faktor risiko utama masalah kekurangan gizi pada masyarakat maritim (Titaley, et.al 2019).

Sementara hasil laut khususnya ikan adalah bahan pangan yang sangat potensial karena laut Indonesia berpotensi menghasilkan hasil laut sebesar 7-8 juta ton pertahun, namun baru dimanfaatkan 1,6 - 1,7 juta pertahun. Kemudian ikan dengan kandungan protein berkisar 16-24%, tergantung jenis ikan merupakan protein tinggi. Kandungan asam amino esensial cukup lengkap dan seimbang. Kandungan asam amino esensial ikan sama bagusnya dengan asam amino pada daging sapi (Manurung et al., 2008). Ikan laut merupakan bahan pangan yang diperoleh dari laut. Indonesia merupakan Negara Maritim yang sebagian besar penduduknya berdiam di pesisir laut dan mengkonsumsi sebagian besar pangan yang berasal dari laut termasuk ikan. Kebijakan pemerintah untuk memanfaatkan pangan lokal maka pemanfaatan hasil laut juga perlu ditingkatkan demi pengadaan sumber makanan yang cukup. Selain itu ikan laut juga ternyata memiliki kandungan-kandungan gizi yang dapat meningkatkan kesehatan tubuh sehingga perlu dilakukan kajian-kajian tentang hal tersebut. Peningkatan produksi perikanan sangat berkaitan dengan ketersediaan ikan yang pada akhirnya akan mendukung sistem ketahanan pangan dimana komponen ini terdiri dari subsistem ketersediaan, distribusi, dan konsumsi (Dewi et al., 2018).

Tingginya angka gizi kurang dan gizi buruk di Indonesia dari tahun ke tahun pada anak-anak, maka Anak-anak balita sangat memerlukan gizi dari makanan sehari-hari dalam jumlah yang tepat dan kualitas yang baik. Gizi yang baik ini sangat penting untuk kelangsungan hidup anak, proses tumbuh kembang, pemeliharaan dan pemulihan kesehatan, serta untuk imunitas (Setyaningsih dan Agustini, 2014). Hal inilah pentingnya untuk terus dilakukan edukasi pada masyarakat tentang pentingnya memperhatikan gizi anak-anak terutama pada masyarakat maritim, karena pada masyarakat maritim ketersediaan ikan dari hasil tangkapan cukup memadai untuk memenuhi gizi masyarakat (Amri K, 2018). Berdasarkan observasi awal di Kelurahan Biringkassi Kabupaten Jeneponto, anak-anak nelayan yang berusia balita lebih menyukai mengkonsumsi mie instan dan makanan yang kurang berkualitas akan gizinya dibanding dengan mengkonsumsi ikan segar. Diharapkan dapat meningkatkan konsumsi ikan pada anak balita sehingga terpenuhi kebutuhan gizinya, baik itu dikonsumsi secara langsung maupun dikonsumsi setelah dilakukan pengolahan dalam bentuk abon ikan, bakso ikan, nugget ikan dan camilan kerupuk ikan, Konsumsi ikan segar pada anak balita ataupun

komsumsi ikan dalam bentuk olahan di Kelurahan Biringkassi Kabupaten Jeneponto tidak terjadi dikarenakan minimnya Sumber Daya Manusia yang mampu mengelolah ikan ikan segardari hasil tangkapan para nelayan itu sendiri, sehingga para nelayan langsung berinisiatif untuk menjual hasil tangkapan ikan segarnya.

Untuk meningkatkan pengetahuan kelompok masyarakat maritim tentang aspek gizi ikan segar. Maka penting untuk terus dilakukan edukasi dan pelatihan terhadap kelompok masyarakat maritim dengan sasaran ibu-ibu dan remaja putri dengan cakupan materi pelatihan antara lain manfaat menkomsumsi ikan segar bagi pertumbuhan anak balita dan factor risiko kejadian stunting bagi balita.

## **METODE**

Metode yang akan diterapkan untuk mencapai tujuan kegiatan *Edukasi Masyarakat Maritim Terhadap Manfaat Menkomsumsi Ikan Segar Bagi Balita Untuk Pencegahan Kejadian Stunting* ini adalah kombinasi dari beberapa pendekatan yaitu melalui pengedukasian, dan penyuluhan, dengan menyampaikan teori dan konsep-konsep yang sangat prinsip dan penting untuk dimengerti serta dikuasai oleh peserta kelompok sasaran. Materi yang diberikan meliputi: Materi tentang kandungan gizi pada ikan segar dan manfaat menkomsumsi ikan segar bagi balita, Materi tentang faktor risiko kejadian stunting bagi balita. Selanjutnya mengidentifikasi para masyarakat yang bekerja sebagai nelayan ataupun sumber penghidupannya dari hasil nelayan dan masyarakat nelayan yang memiliki anak balita, berdomisili di daerah pesisir Kelurahan Biringkassi Kabupaten Jeneponto dan setelah mengidentifikasi para nelayan dan para masyarakat yang sumber pendapatannya dari hasil nelayan serta memiliki anak balita kami undang untuk mengikuti kegiatan edukasi. Pelaksanaan program ini berlokasi di lingkungan Ujung Loe Kelurahan Biringkassi Kecamatan Binamu Kabupaten Jeneponto dan di fokuskan pada rumah warga yang representative.

## **HASIL**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan Selama 1 hari pada Hari Jumat Tanggal 9 Desember Tahun 2022. Tahapan kegiatan yang dilakukan oleh tim Dosen adalah sebagai berikut:

Tahap Persiapan: Tahap Persiapan dilakukan dengan menidentifikasi masyarakat maritim yang sumber pendapatannya dari nelayan, dan menidentifikasi masyarakat nelayan yang memiliki anak balita, selanjutnya tim mempersiapkan bahan materi edukasi.

Tahap pelaksanaan: Kegiatan pengabdian dengan tema "*Edukasi Masyarakat Maritim Terhadap Manfaat Menkomsumsi Ikan Segar Bagi Anak Balita Untuk Pencegahan Kejadian Stunting*" dilakukan di rumah warga Lingkungan Ujung Loe Kelurahan Biringkassi Kecamatan Binamu Kabupaten Jeneponto. Edukasi ini difokuskan pada kelompok ibu rumah tangga yang sumber pendapatannya dari nelayan serta ibu rumah tangga yang memiliki anak balita, hal ini dikarenakan ibu rumah tangga memiliki peran utama dalam mengatur gizi dalam rumah tangga, sehingga mereka merupakan target utama kegiatan edukasi ini.



Gambar 1. Peserta Edukasi

Berdasarkan hasil kegiatan edukasi dan Pengabdian Masyarakat dapat digambarkan karakteristik peserta kegiatan pengabdian ini dalam bentuk table sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Peserta Edukasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Nama Peserta Edukasi	Jenis Kelamin	Pendidikan	Jumlah Anak Balita
1	Muri	Perempuan	SD	1
2	Hikmah	Perempuan	S1	1
3	Nurcaya	Perempuan	Tidak Sekolah	1
4	Dg Ngintang	Perempuan	Tidak Sekolah	2
5	Bulan	Perempuan	Tidak Sekolah	1
6	S. Pamang	Laki Laki	SMA	1
7	Suriati	Perempuan	Tidak Sekolah	1

Sumber: Primer 2022

Berdasarkan tabel.1 Jumlah peserta terbanyak yang menghadiri kegiatan edukasi adalah perempuan sebanyak 6 orang dan hanya satu orang laki laki.

## PEMBAHASAN

Peserta kegiatan ini sebanyak 7 orang yang didominasi oleh ibu rumah tangga. Edukasi ini merupakan langkah pertama berupa penjelasan mengenai kandungan gizi pada ikan segar dan mengenai implikasi kejadian stunting pada balita, dengan menggunakan komunikasi secara efektif berbahasa lokal dan memanfaatkan sarana pendukung lainnya.

Edukasi ini difokuskan pada kelompok ibu rumah tangga, hal ini dikarenakan ibu rumah tangga memiliki peran utama dalam mengatur gizi rumah tangga, sehingga mereka merupakan target utama kegiatan ini, sedangkan para suami yang bekerja sebagai nelayan kerap kali hasil nelayan yang didapatkan terkadang langsung dijual, sehingga ikan ikan segar yang didapatkan terkadang tidak sampai kerumah untuk dikonsumsi oleh keluarga, hal ini dikarenakan faktor ekonomi dan faktor minimnya pengetahuan tentang kandungan gizi ikan segar dan minimnya pengetahuan tentang manfaat mengonsumsi ikan segar bagi balita, hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Sinaga *et.,al* 2022) di Pulau Simardan Tanjung Balai dengan tema penelitian "Pemanfaatan Zat Besi Dalam Makanan Laut (ikan laut) Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Stunting.

Kandungan gizi ikan, sangat-sangat relevan untuk mendukung program pencegahan stunting, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan. Direktur Jenderal Penguatan Daya Saing Produk Kelautan dan Perikanan (PDSPKP), keunggulan ikan untuk mencegah stunting

atau kerdil akibat kekurangan gizi kronis yang masih mengintai anak Indonesia. Keunggulan tersebut diantaranya mengandung asam lemak Omega 3 tinggi untuk perkembangan mata, otak, dan jaringan syaraf serta memiliki komposisi asam amino lengkap. Sehingga mudah dicerna dan diserap tubuh, serta sumber vitamin D dan Kalsium bagi pertumbuhan tulang. (Dirjen PDSPKP, Artati Widiarti, 2011)

## KESIMPULAN

Sangat Banyak Manfaat yang diperoleh dari Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini, karena dengan penyampaian materi pada edukasi dan penyuluhan yang telah dilakukan, Kepala Keluarga, Ibu Rumah Tangga yang terutama sumber pendapatannya dari nelayan mulai paham manfaat pentingnya mengkonsumsi ikan segar bagi balita dan paham tentang risiko kejadian stunting bagi balita dan paham pentingnya memperhatikan gizi anak mulai dari dalam kandungan sehingga mau merubah dan memperbaiki gizi dan meningkatkan konsumsi ikan segar setiap harinya. Kegiatan edukasi ini menambah pula informasi kepada semua nelayan dapat juga menikmati hasil tangkapannya sendiri misalnya ikan segar yang didapat tidak hanya untuk dijual tetapi juga bisa di konsumsi sendiri tidak hanya membawa ikan yang sudah tidak segar lagi yang dibawa pulang kerumah.

## REFERENSI

- Artati Widiarti, (2011). Direktorat Jenderal Penguatan Daya Saing Produk Kelautan dan Perikanan (PDSPKP) (2011).
- Amri K., F.A.Nora., D. Ernarningsih., T. Hidayat (2018) Reproduksi Dan Musim Pemijahan Tongkol Komo (*Euthynnus Affinis*) Berdasarkan Monsun Dan Suhu Permukaan Laut Di Samudera Hindia selatan Jawa-Nusa Tenggara. *Bawal*; 10(2); 155-167.
- Balitbangkes Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. (2018). 100 Kabupaten/Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdil (*Stunting*). *Jakarta: Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia*.
- Dewi PFA, WidartiIGAA, DP Sukraniti (2018). *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, Vol. 7, No. 1.
- Sinaga, Tanjung (2022). Pemanfaatan Zat Besi Dalam Makanan Laut (Ikan Laut) Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Stunting Di Kelurahan Pulau Simardan Tanjung Balai. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA) Volume 4 No.2 Agustus 2022*
- Setyaningsih, S.R., N. Agustini (2014). Pengetahuan, Sikap dan Tingkah Laku Ibu dalam Pemenuhan Gizi Balita: sebuah Survei. *Jurnal Keperawatan Indonesia*; 17(3);88-94.
- Titaley, C. R., Ariawan, I., Hapsari, D., & Muasyaroh, A. (2019). *Determinants of the Stunting of Children in Indonesia: A Multilevel Analysis of the 2013 Indonesia Basic Health Survey*. *Nutrients*, 11, 1160. Diambil dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6567198/>
- Manurung, Agnes Imelda (2008) "Karakterisasi Awal Protein Diatom *Chaetoceros Gracilis* Yang Terlibat Dalam Pembentukan Biosilika."