



## **Sosialisasi Gemar Makan Ikan Pada Anak-Anak SD/MI di Desa Rejasari, Kecamatan Banjarmangu, Kabupaten Banjarnegara**

Reza Muhammad Riady<sup>1</sup>, Novanda Bemika Putri<sup>2</sup>, Indriyani<sup>3</sup>, Runi Anggraeni<sup>4</sup>,  
Fiorentina Natasya Alfa Cecilia<sup>5</sup>, Owta Pandu Quwaiyu<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Prodi Akuakultur, Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan Universitas Jenderal Soedirman.

<sup>2</sup>Prodi Sastra Indonesia, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Jenderal Soedirman.

<sup>3</sup>Prodi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Jenderal Soedirman.

<sup>4</sup>Prodi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman.

<sup>5</sup>Prodi Administrasi Publik, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Jenderal Soedirman

<sup>6</sup>Prodi Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Jenderal Soedirman.

\*email: [Reza8j@gmail.com](mailto:Reza8j@gmail.com)

### **Artikel Histori:**

Diterima: 5 Februari 2024

Direvisi: 24 Maret 2024

Dipublikasi: 13 April 2024

**Kata kunci:** Nugget Ikan, KKN, Gemarikan, Banjarnegara

### **Abstrak**

*Peminatan konsumsi ikan sejak dini terutama pada anak yang menginjak sekolah dasar sangatlah minim. Hal ini disebabkan oleh minimnya pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi ikan dan kecenderungan olahan ikan yang kurang menarik. Dalam menanggulangi hal ini diperlukan sosialisasi gemar makan ikan sejak dini pada lingkungan sekolah dasar. Tujuan dari pengabdian ini adalah peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi ikan, dan menarik minat anak-anak SDN Rejasari dan MI Cokroaminoto Rejasari untuk mengkonsumsi ikan. Metode pengabdian meliputi survey lokasi kegiatan pengabdian, kegiatan penyampaian materi sosialisasi, kegiatan sesi tanya jawab, dan kegiatan pemberian sampel nugget ikan. Hasil pengabdian yang dilakukan di SD dan MI di Desa Rejasari berhasil menambah pengetahuan dan minat siswa/i terhadap konsumsi ikan. Hal ini dibuktikan pada sesi tanya jawab dengan rasa keingintahuan yang mendalam seputar gizi dan berbagai jenis olahan ikan. Selain itu sampel nugget ikan lele yang diberikan tim pengabdian juga sangat disenangi oleh siswa/i di Desa Rejasari.*

**DOI:** <https://doi.org/10.62521/hsfr3h19>

## **PENDAHULUAN**

Protein merupakan kandungan gizi penting yang dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak. Kekurangan protein pada anak dapat berdampak pada kesehatan, seperti terhambatnya pertumbuhan dan kesehatan anak (Maulu *et al.*, 2021). Salah satu bahan makanan yang mengandung protein cukup tinggi adalah ikan. Menurut Hendrawati & Zidni (2017) ikan mengandung protein hewani cukup tinggi yaitu 15 – 25% per 100 gr daging ikan. Kandungan protein ikan yang tinggi dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain kandungan protein yang tinggi, ikan juga mengandung asam lemak esensial termasuk omega-3 dan omega 6 yang berperan dalam

meningkatkan kecerdasan anak (Soparue, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi ikan sangat penting di sosialisasikan pada Masyarakat terutama anak usia dini.

Peminatan dalam konsumsi ikan pada usia dini sangat kurang yang dipengaruhi oleh ketersediaan ikan yang terbatas di lingkungan masyarakat, olahan ikan yang kurang menarik, dan kurangnya pengetahuan mengenai manfaat serta pentingnya mengkonsumsi ikan. Lebih lanjut dijelaskan oleh Fakhrezi *et al.* (2024) bahwa faktor utama yang menjadi penyebab kurangnya minat anak usia dini mengonsumsi ikan adalah rasa dan aroma ikan yang amis serta tampilannya yang kurang menarik. Selain itu, kurangnya pengetahuan mengenai kandungan gizi dan jenis olahan ikan menjadi salah satu faktor penyebab kurangnya konsumsi ikan pada anak usia dini (Siregar *et al.*, 2021). Kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi ikan menjadi permasalahan yang terjadi pada anak sekolah dasar (SD) dan Madrasah ibtidaiyah (MI) di Desa Rejasari. Rendahnya pengetahuan anak-anak SD dan MI di Desa Rejasari mengenai ikan dan olahannya juga menjadi pengaruh dalam minat untuk mengkonsumsi ikan. Seperti yang kita tau bahwa ikan dapat dikonsumsi dalam berbagai olahan yang lebih enak dan menarik. Hal ini mendasari diperlukannya sosialisasi gemar makan ikan sejak dini.

Sosialisasi gemar makan ikan (GEMARIKAN) dilakukan untuk meningkatkan minat konsumsi ikan pada anak usia dini. Menurut Mahrus *et al.* (2019) Sosialisasi gemar makan ikan sejak dini dilakukan sebagai upaya perbaikan gizi anak-anak dengan tujuan membentuk generasi Indonesia yang berkualitas. Lebih lanjut dijelaskan oleh Safira *et al.* (2022) bahwa gemar makan ikan sejak dini sangat disarankan dalam rangka peningkatan pengetahuan mengenai manfaat mengkonsumsi ikan bagi kesehatan, khususnya bagi pertumbuhan dan kecerdasan anak usia sekolah. Peningkatan pengetahuan tentang pentingnya konsumsi ikan sangat dibutuhkan agar memberikan dampak yang baik terhadap anak-anak. Sehingga pengabdian ini dilakukan untuk meningkatkan minat konsumsi ikan pada anak-anak Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah yang terdapat di Desa Rejasari dengan melakukan sosialisasi gemar makan ikan.

## **METODE**

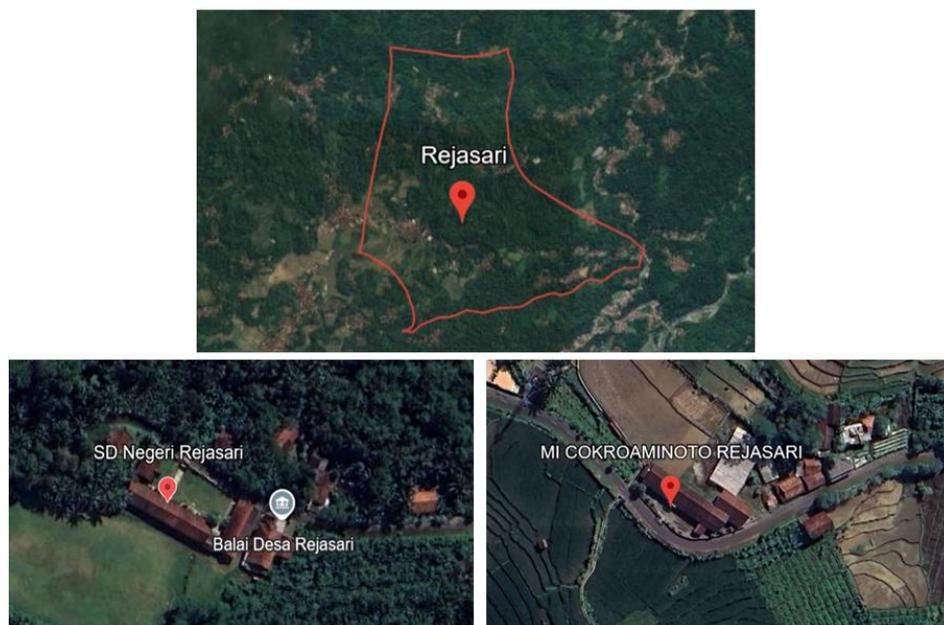
### **Lokasi Pengabdian**

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam bentuk Kuliah Kerja nyata (KKN). Kegiatan pengabdian dilakukan pada bulan juli-Agustus, 2022 yang berlokasi di SD

Negeri Rejasari dan MI Cokroaminoto Rejasari, Desa Rejasari, Kecamatan Banjarmangu, Kabupaten Banjarnegara. Lokasi pengabdian dapat dilihat pada Gambar 1.

### **Metode Pelaksanaan**

Metode pelaksanaan pengabdian dilakukan dengan pemaparan materi mengenai pentingnya konsumsi ikan dengan media poster dan media power point. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan survei lokasi pelaksanaan kegiatan pengabdian yakni di SD Negeri Rejasari dan MI Cokroaminoto Rejasari dan diskusi secara langsung dengan pihak sekolah terkait jadwal pelaksanaan sosialisasi. Penyampaian materi sosialisasi yang disampaikan mengenai pentingnya konsumsi ikan dengan mengenalkan kandungan gizi, manfaat makan ikan, jenis-jenis ikan yang biasa dikonsumsi, hingga produk olahan ikan. Sesi tanya jawab, untuk menilai pemahaman anak-anak mengenai materi yang disampaikan. Setelah sesi tanya jawab selesai dilakukan pemberian sampel nungget ikan lele sebagai contoh olahan ikan, dalam rangka menarik minat konsumsi ikan anak-anak. Tahap akhir dari sosialisai gemar makan ikan adalah dokumentasi kegiatan. Sasaran sosialisasi ini adalah siswa/i SD Negeri Rejasari dan MI Cokroaminoto Rejasari. Target luaran yang dari kegiatan ini yaitu peningkatan pengetahuan tentang pentingnya konsumsi ikan, dan menarik minat anak-anak SD Negeri Rejasari dan MI Cokroaminoto Rejasari dalam mengkonsumsi olahan ikan. Metode kegiatan sosialisasi gemar makan ikan dapat dilihat pada Tabel 1.



**Gambar 1.** Lokasi Pengabdian

**Tabel 1.** Metode Kegiatan Pengabdian

Input kegiatan	Proses Kegiatan
Survei Lokasi Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian	Tahap survey lokasi pelaksanaan dilakukan antara tim pengabdian dengan kepala sekolah SD Negeri Rejasari dan MI Cokroaminoto Rejasari dalam rangka menentukan jadwal sosialisasi
Kegiatan Penyampaian Materi Sosialisasi	Kegiatan ini dilakukan bersama dengan anak-anak SD Negeri Rejasari dan MI Cokroaminoto Rejasari. dimana tim pengabdian akan memaparkan materi mengenai gemar makan ikan.
Kegiatan Sesi tanya jawab	Pada bagian ini dilakukan sesi tanya jawab terhadap materi yang disampaikan kepada anak-anak SD Negeri Rejasari dan MI Cokroaminoto Rejasari.
Kegiatan Pemberian Sampel Nungget Ikan	Kegiatan pemberian sampel nugget ikan dilakukan untuk meningkatkan minat konsumsi ikan anak-anak SD Negeri Rejasari dan MI Cokroaminoto Rejasari.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Survey lokasi Pelaksanaan kegiatan Pengabdian

Survey lokasi dilakukan untuk mengetahui permasalahan dan perizinan untuk pelaksanaan pengabdian. Lokasi pertama yang di survey oleh tim pengabdian adalah Sekolah Dasar (SD) Rejasari, kemudian dilanjutkan ke Madrasah Ibtidaiyah (MI) Cokroaminoto Rejasari. Kegiatan survey disambut dengan sangat baik oleh kepala sekolah SD maupun MI. Hasil survey ditemukan bahwa terdapat permasalahan yang menghambat tingkat konsumsi ikan pada anak-anak usia dini di SD dan MI di Desa Rejasari yaitu kurangnya pengetahuan mengenai manfaat dan jenis-jenis olahan dari ikan. Menurut Mainassy & Birahy (2023) tingkat konsumsi ikan pada usia dini sangatlah minim karena terbatasnya pengetahuan mengenai manfaat dan jenis olahan ikan. Selain itu ketersediaan jumlah ikan dan tingkat perekonomian yang rendah menjadi alasan kurangnya konsumsi ikan pada anak-anak (Fakhrezi *et al.*, 2024). Kegiatan survey lokasi pengabdian dapat dilihat pada Gambar 2.



**Gambar 2.** Kegiatan Survei Lokasi Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian (A) SD Negeri Rejasari; (B) MI Cokroaminoto

### **Penyampaian Materi Sosialisasi Gemar makan Ikan**

Penyampaian materi diikuti oleh kelas 5 dan 6 dari setiap SD maupun MI di Desa Rejasari. Kegiatan sosialisasi dilakukan selama dua hari berturut-turut. Pada hari pertama penyampaian materi dilakukan pada SD Rejasari, kemudian pada hari kedua dilakukan MI Cokroaminoto. Kegiatan sosialisasi gemar makan ikan sajak dini dilakukan pada pukul 09.00-11.00. kegiatan penyampaian materi dapat dilihat pada Gambar 3.

Proses penyampaian materi pengabdian dibuka dengan perkenalan dari tim pengabdian yang kemudian dilanjutkan dengan mencoba menggali pengetahuan dasar siswa/i SD dan MI dengan memberikan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan wawasan seputar ikan. Setelah mengetahui kemampuan dasar siswa/i kegiatan selanjutnya adalah pemaparan materi gemar makan ikan. Materi gemar makan ikan yang disampaikan meliputi pentingnya konsumsi ikan dengan mengenalkan kandungan gizi, manfaat makan ikan, jenis-jenis ikan yang biasa dikonsumsi, hingga produk olahan ikan. Pemaparan materi dilakukan dengan menggunakan media power point dan poster. Menurut Teresa *et al.* (2024) powerpoint merupakan suatu *software* yang dikembangkan oleh perusahaan *microsoft* yang dirancang khusus untuk membantu pembuatan *slide* presentasi secara mudah dan efektif. Penggunaan media power point memiliki beberapa keunggulan seperti tampilan *slide* yang unik yang membuat ketertarikan siswa/i



**Gambar 3.** Kegiatan Penyampaian Materi (A) SD Negeri Rejasari (B) MI Cokroaminoto

terharap materi yang disampaikan, selain itu media ini juga mempermudah siswa/i dalam mengingat materi yang telah disampaikan. Serta mampu mengurangi rasa bosan siswa/i. Sebagai tambahan tim pengabdian juga menggunakan media poster untuk menyampaikan materi yang diberikan. Menurut Putri & Saputra (2022) penggunaan media poster dalam proses penyampaian informasi mampu meningkatkan ketertarikan dari siswa/i yang melihat. Selain itu penggunaan media poster ditujukan agar informasi gemar makan ikan yang disampaikan diingat oleh siswa/i.

Untuk mengetahui pemahaman siswa/i SD maupun MI terkait materi yang disampaikan maka dilakukan sesi tanya jawab. Dalam sesi tanya jawab ini anak-anak yang berani bertanya dan menjawab diberi hadiah. Menurut Harefa & Widiastuti (2022) sesi tanya jawab dilakukan dengan tujuan untuk merangsang dan mengembangkan daya pikir dan ingatan terhadap sesuatu yang disampaikan. Selain itu sesi tanya jawab dilakukan untuk menghidupkan suasana, mendorong siswa/i untuk lebih aktif, dan melatih sikap berani dalam menyampaikan pendapatnya. Pemberian hadiah dalam sesi tanya jawab dilakukan untuk memancing rasa antusias anak-anak dalam memahami dan mendengarkan materi yang disampaikan. Kegiatan sesi tanya jawab dapat dilihat pada Gambar 4.



**Gambar 4.** Kegiatan Sesi Tanya Jawab (A) SD Negeri Rejasari (B) MI Cokroaminoto

Kegiatan sesi tanya jawab berjalan dengan penuh rasa antusias dari siswa/i SD dan MI yang ditunjukkan dengan keingintahuan akan materi yang disampaikan. Setelah kegiatan sesi tanya jawab selesai tim pengabdian memberikan sampel olahan ikan berupa nugget ikan lele kepada semua siswa/i. Nugget ikan lele merupakan olahan ikan yang terbuat dari daging ikan lele. Nugget ikan ini memiliki cita rasa yang enak dan daya simpan yang lama (Tumion & Hastuti, 2017). Menurut Djonu *et al.* (2021) Nugget ikan lele memiliki kandungan gizi yaitu protein sebesar 10,61%; kadar lemak 8.62%; kadar air 60.01%; kadar abu 2.02% dan kadar karbohidrat 18.74%. Dalam kegiatan pengabdian pemberian sampel nugget ikan lele kepada siswa/i diharapkan dapat menarik minat dan kesukaan terhadap olahan ikan. Berdasarkan respon dari siswa/i SD maupun MI di Desa Rejasari, mereka sangat menyukai sample nugget ikan yang diberikan oleh tim pengabdian. sehingga hal ini menjadi dasar penilaian bahwasannya olahan ikan dengan cita rasa yang enak dan menarik mampu meningkatkan rasa suka anak-anak terhadap olahan ikan. Kegiatan sosialisasi ini diakhiri dengan kegiatan foto bersama dengan siswa/i dan melakukan penempelan poster pada papan informasi yang terdapat di sekolah. Hasil dokumentasi tim pengabdian dan siswa/i SD dan MI di Desa Rejasari dapat dilihat pada Gambar 5.



**Gambar 5.** Kegiatan penutupan sosialisasi (A) SD Negeri Rejasari (B) MI Cokroaminoto

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa sosialisasi gemar makan ikan yang diadakan di SD dan MI di Desa Rejasari mampu menambah wawasan dan minat anak-anak terhadap konsumsi ikan. Hal ini ditandai dengan rasa antusias dan kesukaannya terhadap sampel olahan ikan yang diberikan. Sehingga mereka sangat ingin mencoba olahan ikan lainnya.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada tim KKN Desa Rejasari, Perangkat Desa Rejasari, dan kepala sekolah beserta jajarannya di SD Negeri Rejasari dan MI Cokroaminoto yang telah berkontribusi dan mendukung kegiatan sosialisasi, sehingga berjalan dengan lancar. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada LPPM UNSOED atas Bantuan dana KKN Tahun 2022.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Djonu, A., Nursyam, H., & Boikh, L. I. (2021). Profil Nutrisi Dan Analilis Usaha Produk Nugget Ikan Lele (*Clarias gariepenus*) Pada Ukm Rukun 201. *Jurnal Bahari Papadak*, 2(2): 212-216.
- Fakhrezi, M. A., Putra, M. Y., Syifa, N., Julianto, R., & Siswanto, S. (2024). Sosialisasi Gemar Makan Ikan kepada Anak-Anak SDN Sungai Kusi di Desa Gunung Manau, Kecamatan Batumandi, Kabupaten Balangan, Kalimantan Selatan. *Jurnal Pengabdian Sosial*, 1(7):

---

667-672. <https://doi.org/10.59837/44m88e91>

- Harefa, F. Y., & Widiastuti, W. (2023). Penggunaan metode tanya jawab untuk membangun keaktifan siswa pada pembelajaran jarak jauh. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(1): 593-599. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7554086>
- Hendrawati, S., & Zidni, I. (2017). Gambaran konsumsi ikan pada keluarga dan anak paud rw 07 desa cipacing. *Jurnal Pengabdian kepada masyarakat*, 1(2): 101-106.
- Mahrus, M., Zulkifli, L., 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*, 2(1): 17-21. <https://doi.org/10.29303/jpmipi.v1i2.241>
- Mainassy, M. C., & Birahy, D. C. (2023). Edukasi Potensi Sumber Daya Ikan untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi dan Imunitas Anak di SMP Negeri 6 Maluku Tengah. In *Proceeding Biology Education Conference: Biology, Science, Enviromental, and Learning*. 20(1): 120-125.
- Maulu, S., Nawanzi, K., Abdel-Tawwab, M., & Khalil, H. S. (2021). Fish nutritional value as an approach to children's nutrition. *Frontiers in nutrition*, 8: 780844. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.780844>
- Putri, C. F., & Saputra, E. R. (2022). Penggunaan Media Poster dalam Pembelajaran PPKn di Kelas Tinggi. *Jurnal Riset Pendidikan Dasar (JRPD)*, 3(2): 127-131. <http://dx.doi.org/10.30595/jrpd.v3i2.12807>
- Safira, R. I., Afifah, C. A. N., Pangesthi, L. T., & Miranti, M. G. (2022). Pengembangan Media Komik Gemar Makan Ikan Untuk Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Tata Boga*, 11(1): 79-85. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/>
- Siregar, E. S. Y., Ghazali, T. M., Rosmasita, R., Fitria, D., Siburian, J. P., Rahimah, I., Ginatha, S., Rao, A., Wahyuni, E., & Sahraini, S. (2021). Gemar Makan Ikan untuk Kecerdasan Anak Sekolah di MTS Al-Maidar Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah. *Abdimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Merdeka Malang*, 6(3): 475-484. <https://doi.org/10.26905/abdimas.v6i3.5322>
- Soparue, C. (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*, 2(2): 46-53.

<https://doi.org/10.51556/jpkmkelaker.v2i2.161>

- Teresa, G., Rehat, W. J., & Zulaika, S. (2024). Pemanfaatan Teknologi Menggunakan Infocus dan Media PowerPoint di SD Negeri 7 Baubau. *Termasyhur: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2): 27-34. <https://doi.org/10.35326/termasyhur.v3i1.5578>
- Tumion, F. F., & Hastuti, N. D. (2017). Making of lele fish nugget (*Clarias* sp) with additional variation of wheat flour. *Jurnal Agromix*, 8(1): 25-35. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7554086>