

**PROGRAM GEMARIKAN SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN GIZI
DAN KECERDASAN ANAK USIA DINI PADA TK AISIYAH BUSTANUL
ATHFAL 1 DADAPAN BANYUWANGI**

***FAMOUS PROGRAM AS AN EFFORT TO IMPROVE NUTRITION AND
INTELLIGENCE IN EARLY CHILDREN AT AISIYAH BUSTANUL
ATHFAL 1 DADAPAN BANYUWANGI KINDERGARTEN***

Nadiya Lifa Ningrum¹⁾, Muhamad Alfi Khoiruman²⁾, Galih Satriyo³⁾, Nina Ruly Istiari⁴⁾,
Yosi Mulyana Pratiwi⁵⁾, Saiful Rochman⁶⁾, Suwarso⁷⁾, Doni Hadi Irawan⁸⁾, Jovi Candra⁹⁾,
Janoko¹⁰⁾

Akademi Kelautan Banyuwangi

¹Email: nadiyalifaningrum@gmail.com

Abstrak : Pengabdian kepada masyarakat ini dilatarbelakangi oleh adanya permasalahan yang menunjukkan kurangnya minat untuk anak-anak TK dalam mengkonsumsi ikan laut karena sebagian besar alasannya rasanya terkesan amis dan juga ada yang beberapa siswa yang alergi gatal dll. Selain itu kurangnya pendorong dalam edukasi mengkonsumsi ikan laut juga menjadi permasalahan pada mitra, sehingga perlunya sosialisasi terkait kandungan ikan laut diadakan pada TK Aisyiah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi agar semua pihak lebih sadar untuk gemar konsumsi ikan laut. Permasalahan terakhir yakni belum ada program gemar makan ikan hanya program makan sehat saja, sehingga perlu ditingkatkan menjadi program Gemarikan agar bisa meningkatkan konsumsi ikan laut dan menjadi TK percontohan yang telah melakukan program Gemarikan. Adapun tujuan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk memberikan edukasi kepada guru, orang tua walimurid TK untuk lebih sadar dan berinovasi dalam mengolah ikan laut agar anak-anak menyukai konsumsi ikan laut karena manfaat ikan laut yang mengandung omega 3 yang baik untuk perkembangan otak anak usia dini. Berdasarkan dari hasil kegiatan yang telah dilakukan ini yakni program GEMARIKAN sangat dibutuhkan untuk anak usia dini dengan memberikan edukasi kepada guru, walimurid dan mencontohkan atau mempraktekkan secara langsung untuk mengkonsumsi ikan laut. Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Gemarikan) ini diharapkan dengan membuat program gemar ikan yang mewajibkan mengkonsumsi laut kepada murid-murid TK Aisyiah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi. Program wajib mengkonsumsi laut dilakukan satu bulan satu kali oleh murid-murid TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi dengan cara makan bersama-sama dikelas.

Kata Kunci: Gemarikan; Gizi; Kecerdasan; Anak Usia Dini

Abstract : *This service to the community is motivated by a problem that shows a lack of interest for kindergarten children in consuming sea fish because most of the reasons are that it seems fishy and there are also some students who are allergic to itching, etc. Apart from that, the lack of encouragement in education about consuming sea fish is also a problem for partners, so there is a need for socialization regarding the content of sea fish to be held at Kindergarten Aisyiah*

Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi so that all parties are more aware of the hobby of consuming sea fish. The final problem is that there is no fish-eating program, only a healthy eating program, so it needs to be upgraded to a Gemarikan program so that it can increase consumption of sea fish and become a pilot kindergarten that has implemented the Gemarikan program. The aim of this community service activity is to provide education to teachers, parents, guardians of kindergarten students to be more aware and innovative in processing sea fish so that children like consuming sea fish because of the benefits of sea fish which contain omega 3 which is good for the brain development of children aged early. Based on the results of the activities that have been carried out, the GEMARIKAN program is really needed for young children by providing education to teachers, parents and providing examples or direct practice of consuming sea fish. After this community service activity (Gemarikan), it is hoped that a fish hobby program will be created which requires consuming the sea for students at Aisiyah Bustanul Athfal 1 Kindergarten, Dadapan Banyuwangi. The mandatory sea consumption program is carried out once a month by the students of Kindergarten Aisiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi by eating together in class.

Keywords: *Gemarikan Nutrition; Intelligence; Early Childhood*

PENDAHULUAN

Gerakan Makan ikan merupakan salah satu gerakan untuk menumbuhkan minat dalam mengkonsumsi ikan laut, Hal ini sesuai yang dicanangkan oleh Presiden RI pada tahun 2004. Kegiatan untuk mendukung konsumsi ikan ini disebut dengan kegiatan GEMARIKAN (gerakan makan ikan) diadakan sebagai upaya Pemerintah dalam memberikan edukasi serta sosialisasi guna meningkatkan konsumsi ikan nasional. Hal ini dilakukan mengingat mengkonsumsi ikan merupakan hal yang sangat penting karena pada ikan terdapat berbagai kandungan serta manfaat bagi tubuh manusia. Menurut Andi (2012:18) “Gemarikan adalah suatu gerakan moral untuk bisa memotivasi masyarakat secara luas untuk mengkonsumsi ikan secara teratur dalam jumlah yang diisyaratkan bagi kesehatan agar terbentuk manusia yang sehat, cerdas, dan kuat”. Sehingga gerakan ini ditujukan untuk menunjang kecukupan gizi masyarakat dan gerakan ini dilakukan untuk menggeliat sektor perikanan daerah. Ikan merupakan salah satu makanan yang mengandung banyak protein tinggi dan nutrisi yang baik untuk pertumbuhan tubuh dan perkembangan otak. Dalam masa memasuki fase pertumbuhan awal dalam tubuh manusia tentu saja banyak memerlukan nutrisi tertentu dengan jumlah yang banyak dan dibutuhkan bagi tubuh untuk masa pertumbuhan serta perkembangan otak terutama bagi anak-anak. oleh karena itu asupan gizi dan

nutrisi yang dikonsumsi oleh anak-anak harus sangat diperhatikan, karena fase pertumbuhan dan perkembangan ini hanya terjadi sekali seumur hidup, dimana asupan yang masuk tersebut dapat menentukan tingkat kecerdasan, kekebalan tubuh, dan lain sebagainya (Mansur, & Andalas, 2019).

Banyuwangi merupakan penghasil ikan, sedangkan konsumsi ikan sebesar 36,36% (detik.com). Konsumsi ikan pada masyarakat terutama pada anak sekolah di Banyuwangi dianggap masih rendah, hal ini dapat dikarenakan kurang bervariatifnya olahan ikan laut sehingga anak-anak lebih menyukai junkfood dan ayam. Namun demikian anak harus dikenalkan dan diberikan pemahaman bahwa ikan tidak kalah lezatnya dengan makanan yang cepat saji berbahan selain ikan dan juga ikan memiliki kandungan gizi seperti protein sebagai sumber pertumbuhan bagi anak usia sekolah, omega 3, vitamin, mineral, bio-active, dan asam lemak tak jenuh yang sangat berguna untuk perkembangan otaknya. Berdasarkan hal itu, Pemerintah Kabupaten Banyuwangi mendorong dengan mensosialisasikan program gemarikan kepada masyarakat untuk meningkatkan konsumsi ikan. Peningkatan konsumsi ikan dapat meningkatkan perekonomian masyarakat ditandai dengan bermunculan usaha-usaha pengelolaan ikan. Program ini diharapkan dapat meningkatkan konsumsi ikan sebagai sumber protein bagi perkembangan gizi dan otak anak dan bertujuan mewujudkan generasi yang cerdas dan berkualitas (Damongilala & Harikedua, 2021).

Anak usia dini merupakan sasaran yang paling tepat untuk diperkenalkan dengan olahan makanan ikan laut, karena pada usia ini bisa dikatakan usia emas dalam perkembangan otak anak. Hal ini yang menjadikan urgensi untuk orang tua memperhatikan kandungan gizi yang masuk dalam tubuh anak agar perkembangan otaknya bisa berjalan maksimal. Urgensi ini yang dapat menjadikan bahwa pentingnya untuk membantu meningkatkan kesadaran para orang tua dalam memberikan asupan ikan laut yang berguna meningkatkan perkembangan otak anak. Dengan pengenalan program gemar makan ikan ini diharapkan bisa meningkatkan minat masyarakat dalam mengkonsumsi ikan laut, disini tim Pengabdian kepada masyarakat akan mengenalkan bagaimana cara dalam pengolahan ikan laut yang bisa dijadikan alternatif lain sebagai salah satu makanan yang sehat dan berprotein tinggi untuk dikonsumsi anak-anak (Kadir, &

Kes, 2022). Adapun program yang tim lakukan dengan cara mensosialisasikan untuk memberikan edukasi terkait pentingnya mengkonsumsi ikan laut dan mengolah ikan laut secara langsung dengan berbagai variatif sehingga wali murid, guru dan anak-anak memiliki kesadaran akan mengkonsumsi ikan laut.

METODE

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada hari Kamis, 14 Desember 2023 yang bertempat di TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi. Guru TK, Wali murid, dan siswa-siswi TK Aisyiyah Bustanul Athfal dengan jumlah 50 siswa.

Metode yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini dengan cara sosialisasi gerakan makan ikan laut kepada Guru TK dan walimurid. Adapun sosialisasi yang dimaksud yakni Proses ketika individu mendapatkan kebudayaan kelompoknya dan menginternalisasikan sampai tingkat tertentu norma-norma sosialnya, sehingga membimbing orang tersebut untuk memperhitungkan harapan-harapan orang lain (Wright dalam sutaryo 2004). Selain itu juga mengajarkan secara langsung kepada murid-murid dengan mempraktekkan dan mengajak makan bersama ikan laut di TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan gemar makan ikan untuk anak usia dini merupakan salah satu kegiatan yang dapat meningkatkan kecerdasan otak anak karena ikan merupakan memiliki kandungan senyawa nutrisi fungsional berupa karbohidrat, lemak, protein, mineral, vitamin, omega-3, karotenoid dan juga lainnya yang baik bagi kesehatan (Larsen et al dalam Susanto & Fahmi, 2012). pangan fungsional itu sendiri merupakan makanan yang memiliki manfaat kesehatan karena adanya zat gizi lain diluar zat gizi makanan yang tersedia. Untuk itu tujuan utama tim pengabdian kepada masyarakat memilih objek untuk anak usia dini karena kandungan gizi yang terdapat dalam ikan bagus untuk mendukung perkembangan otak anak usia dini, dimana saat usi dini merupakan usia emas untuk masa perkembangannya.



Gambar 1. Sosialisasi GEMARIKAN



Gambar 2. Sosialisasi Gemarikan yang dihadiri walimurid TK. Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi



Gambar 3. Praktek makan bersama Gemarikan dengan murid TK.Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi



Gambar 4. Kolaborasi produk UMKM Olahan ikan laut

Dalam mencapai tujuan diatas tidak serta merta langsung memberikan ikan kepada anak-anak saja, namun kita terlebih dulu juga perlu untuk memberikan dorongan guna meningkatkan kesadaran kepada orang tua atau walimurid dan juga guru-guru TK. Sosialisasi ini tentang pengenalan ikan laut dan manfaat yang terkandung dalam ikan laut serta mengetahui cara pengolahan ikan laut. Sosialisasi ini dimulai dari pengenalan ikan laut sampai cara pengolahan ikan laut yang bertujuan untuk menjadi daya tarik dalam mengkonsumsi ikan laut. Hal ini dilakukan dengan cara menampilkan dan menjelaskan video atau gambar atau ppt tentang kandungan laut dan bahan yang dapat digunakan serta cara-cara pengolahan ikan laut. Sosialisasi dilakukan dengan mengumpulkan guru-guru, orang tua walimurid serta murid TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi.

Selain itu tim pengabdian kepada masyarakat juga memberikan contoh olahan ikan laut yang lebih bervariasi dan inovatif untuk menjadi daya tarik anak-anak mengkonsumsinya. Olahan ikan laut sebenarnya sangat bervariasi sekali bukan hanya digoreng saja namun bisa lebih diinovatifkan menjadi nuget, abon, fillet, dan masih banyak lain sebagainya. Dalam pengolahan ikan laut ini tim pengabdian kepada masyarakat juga berkolaborasi dengan pelaku UMKM Banyuwangi olahan ikan laut. Ada banyak macam olahan ikan laut yang dicontohkan dan semua olahan ini merupakan hasil inovasi agar terciptanya ikan laut yang lezat untuk dikonsumsi anak-anak. Hal ini didukung dengan teori Menurut Ciptanto (2010:16) yakni Kegunaan program Gemarikan antara lain

untuk membentuk manusia yang sehat, cerdas dan kuat serta dapat mendorong perkembangan kegiatan usaha budidaya perikanan karena dengan meningkatnya permintaan maka harganya akan lebih stabil sehingga pendapatan pembudidaya juga lebih baik dan akan meningkatkan kontribusinya terhadap pendapatan sekaligus diharapkan mampu meningkatkan kesejahteraan pembudidaya ikan.

Hasil kegiatan pengabdian Gemarikan di TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi yakni meningkatkan kesadaran para Guru dan Orang tua murid untuk lebih meningkatkan dan mendukung program gemarikan bagi anak-anak TK. Selain itu harapannya anak-anak juga mulai tertarik dan lebih menyukai makan ikan laut.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (GEMARIKAN) dilakukan dengan tahapan sosialisasi dan mempraktekkan langsung makan bersama dengan hasil olahan ikan yang inovatif kepada Guru-guru dan walimurid TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi. Kegiatan ini sangat penting untuk dilakukan karena untuk meningkatkan kesadaran para Guru Tk dan wali murid akan pentingnya mengkonsumsi ikan laut pada usia anak TK dan untuk menambah wawasan dalam mengolah ikan laut secara bervariasi dan inovatif agar dapat meningkatkan daya tarik konsumsi ikan pada anak TK. Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Gemarikan) ini diharapkan dengan membuat program gemar ikan yang mewajibkan mengkonsumsi laut kepada murid-murid TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi. Program wajib mengkonsumsi laut dilakukan satu bulan satu kali oleh murid-murid TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi dengan cara makan bersama-sama dikelas. Adanya program ini dapat mengenalkan ikan laut kepada murid-murid TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi dan menambah wawasan manfaat ikan laut yang mengandung omega 3 yang baik untuk perkembangan otak anak usia dini kepada walimurid TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi. Berdasarkan hal ini, program makan sehat yang mewajibkan mengkonsumsi ikan laut setiap satu minggu satu kali dapat menjadi alternatif dalam meningkatkan daya tarik konsumsi ikan laut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat memperoleh pendanaan dari Akademi Kelautan Banyuwangi dengan skema Pengabdian Penugasan. Kami selaku tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Akademi Kelautan Banyuwangi dan TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Dadapan Banyuwangi yang telah mendukung Kegiatan Pengabdian ini dari awal sampai dengan selesainya pelaksanaan Pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi. Agus. (2017). *Strategi Peningkatan Konsumsi Ikan Masyarakat di Kabupaten Demak*. Yogyakarta. Forum Penelitian Agro Ekonomi. Vol 33 No 1. Juli 2017
- Ciptanto Sapto, (2010). *Top 10 Ikan Air Tawar*, Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Damongilala, L. J., & Harikedua, S. D. (2021). Diversifikasi produk perikanan: fish burger. *Techno Science Journal*, 2(2), 61-68.
- Fanani, Ardian. (2022). “Bupati Ipuk Masifkan Gerakan Gemar Makan Ikan”. <https://www.detik.com/jatim/berita/d-6149897/bupati-ipuk-masifkan-gerakan-gemar-makan-ikan>.
- Kadir, S., & Kes, M. (2022). *Kuliner Bergizi Berbasis Budaya*. Absolute Media.
- Mansur, A. R., & Andalas, U. (2019). Tumbuh kembang anak usia prasekolah. *Andalas University Pres*, 1(1).
- Susanto, E., Fahmi, A.S. (2012). *Senyawa Fungsional Dari Ikan: Aplikasinya Dalam Pangan*. Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan. 1(4). 95-102.
- Sutaryo (2004). *Dasar-Dasar Sosialisasi*, Jakarta: Rajawali Press.