

**PENDIDIKAN GIZI GEMAR MAKAN IKAN ANAK USIA 12-15 TAHUN SEBAGAI
UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA ALUE AMBANG
KABUPATEN ACEH JAYA**

***NUTRITION EDUCATION LIKES TO EAT FISH FOR CHILDREN AGED 12-15
YEARS AS AN EFFORT TO PREVENT STUNTING IN ALUE AMBANG VILLAGE,
ACEH JAYA REGENCY***

Teguh Raharja¹, Nabila Ukthy^{1*}, Yasrizal²

¹Program Studi Perikanan, Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan Universitas Teuku Umar

²Program Studi Ekonomi Pembangunan, Fakultas Ekonomi, Universitas Teuku Umar

*Korespondensi: nabilaukhty@utu.ac.id/ Mobile : +6285211134173

ABSTRAK

Stunting merupakan kondisi kronis yang menggambarkan terhambatnya pertumbuhan karena malnutrisi jangka panjang. *Stunting* pada balita perlu menjadi perhatian khusus karena dapat menghambat perkembangan fisik dan mental anak. Salah satu cara pencegahan stunting dapat dilakukan melalui peningkatan jumlah konsumsi ikan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memperkenalkan manfaat mengkonsumsi ikan pada anak usia 12-15 tahun. Tahapan yang digunakan dalam kegiatan ini ialah, pemberian *pre-test*, sosialisasi manfaat mengkonsumsi ikan dan pemberian *pos-test*. Capaian dari kegiatan ini adalah Sebelum dilakukannya kampanye diketahui tingkat pengetahuan anak yang baik sebanyak 50% yang baik dan 50% yang kurang. Sedangkan setelah dilakukannya kampanye terjadi perubahan tingkat pengetahuan anak meningkat 100% yang baik dan 0% yang kurang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kampanye gemar makan ikan ini berpengaruh yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan anak.

Kata kunci : GEMARIKAN, Kampanye

ABSTRACT

Stunting is a chronic condition that describes stunted growth due to long-term malnutrition. Stunting in toddlers needs special attention because it can hamper the physical and mental development of children. One way to prevent stunting can be done through increasing the amount of fish consumption. The purpose of this activity is to introduce the benefits of consuming fish to children aged 12-15 years. The stages used in this activity are giving a pre-test, socializing the benefits of consuming fish and giving a post-test. The achievement of this activity is that before the campaign it was known that the level of good knowledge of children was 50% good and 50% less. Meanwhile, after the campaign there was a change in the level of children's knowledge increased by 100% which was good and 0% which was less. So it can be concluded that the campaign for eating fish has a significant effect on the level of knowledge of children.

Keywords: GEMARIKAN, Campaign

PENDAHULUAN

Stunting adalah penyakit kronis yang menggambarkan keterbelakangan pertumbuhan akibat kekurangan gizi jangka panjang. Menurut Standar Pertumbuhan Anak WHO, pengerdilan didasarkan pada panjang badan menurut umur (BB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U) dengan cutoff (zscore) kurang dari 2 SD (Nailis dan Pratiwi, 2017). Indonesia merupakan negara dengan prevalensi stunting terbesar kelima di dunia (TNP2K, 2017). Stunting balita memerlukan perhatian khusus karena dapat mengganggu perkembangan fisik dan mental anak. *Stunting* berkaitan dengan

peningkatan risiko kesakitan dan kematian serta terhambatnya pertumbuhan kemampuan motorik dan mental (Purwandini dan kartasurya, 2013).

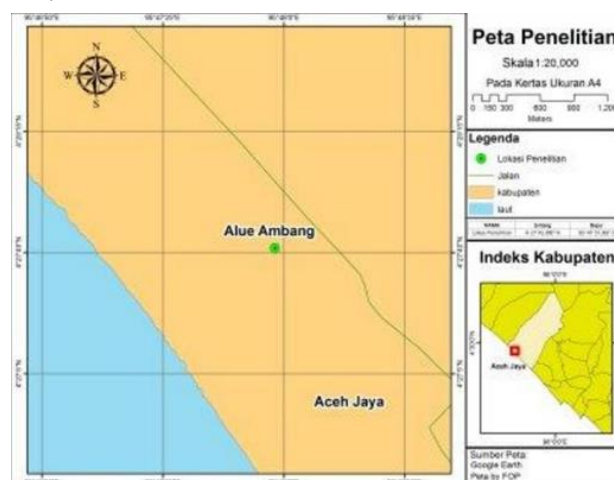
Pada tahun 2013 diketahui anak di Indonesia sebanyak 37,2 persen atau sekitar 7 juta dari total 22,4 juta anak berumur di bawah lima tahun mengalami stunting (Mahrus dkk., 2020). Berdasarkan data yang terima dari Dinas Kesehatan Aceh Jaya menyatakan Jumlah penderita stunting atau kondisi gagal pertumbuhan tubuh dan otak pada anak akibat kekurangan gizi pada tahun 2016 sebanyak 996 orang, pada tahun 2017 angka stunting meningkat sebanyak 1.089 orang, 2018 sebanyak 1085 orang, pada tahun 2019 angka stunting di aceh jaya menurun sebanyak 814 orang. Kasus stunting atau anak dengan kekerdilan di Kabupaten Aceh Jaya masih sangat tinggi untuk tahun 2019 dan saat ini pemerintahan kabupaten aceh jaya masih terus menggalakkan program-program untuk menurunkan angka stunting di aceh jaya (Yusniwati 2019). Salah satu cara untuk mengurangi tingkat stunting di aceh jaya adalah melalui kegiatan kampanye Gemar Makan Ikan (GEMARIKAN).

Gerakan masyarakat Makan Ikan (GEMARIKAN) merupakan salah satu intruksi presiden RI Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat hidup sehat (Germas) untuk pencegahan stunting (KKP RI, 2018). GEMARIKAN adalah salah satu upaya dalam meningkatkan konsumsi ikan Indonesia. Mencegah stunting pada anak dengan pemenuhan gizi gemar makan ikan adalah salah satu caranya.

Agar anak gemar makan ikan, diperlukan peningkatan pengetahuan dan sikap anak terkait manfaat positif mengkonsumsi ikan bagi kesehatan (Prameswari, 2018; Muhsin dkk., 2021). Ikan merupakan sumber protein yang dapat dengan mudah diperoleh namun konsumsinya masih cukup rendah di kalangan masyarakat. Tujuan dari kegiatan ini adalah menganalisis pengaruh pemberian pendidikan gizi gemar makan ikan anak usia 12-15 tahun terhadap tingkat pengetahuan anak sebagai upaya pencegahan stunting di desa alue ambang kecamatan teunom kabupaten aceh jaya.

METODE

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi Pendidikan Gizi Gemar Makan Ikan Anak Usia 12-15 Tahun dilakukan pada tanggal 31 Oktober 2021 di aula Desa Alue Ambang Kec. Teunom Kab. Aceh Jaya.



Gambar 1. Lokasi kegiatan

Adapun tahapan metode yang dilakukan sebagai berikut :

1. **Persiapan**
Tahap persiapan merupakan kegiatan koordinasi dengan bapak kepala desa, anak-anak, rekan satu desa dan menyiapkan segala yang dibutuhkan sebelum pelaksanaan kegiatan tersebut
2. **Pre-test**
Pre-test atau tes awal yaitu tes yang dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh manakah materi atau bahan pelajaran yang akan diajarkan telah dapat dikuasai oleh anak. Tahapan kegiatan *pre-test* mengacu pada (Effendi, 2016).
3. **Kampanye Gemarikan**
Pada kegiatan kampanye ini dilakukan pemaparan tentang apa itu ikan, jenis ikan, pengetahuan terkait gemar makan ikan sehingga diharapkan anak mampu memahami manfaat dan kandungan ikan dalam pencegahan stunting.
4. **Post-test**
Sedangkan *Post-test* atau tes akhir adalah tes yang dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui apakah semua materi yang tergolong penting sudah dapat dikuasai dengan sebaik-baiknya oleh anak (Effendi, 2016).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kampanye Gemar Makan Ikan

Kegiatan kampanye GEMARIKAN dilakukan pada anak usia 12- 15 tahun. Kegiatan kampanye ini diawali dengan pemaparan tentang, jenis-jenis ikan, kandungan gizi pada ikan, agar anak-anak dapat mengetahui manfaat makan ikan. Karena ikan memiliki peran penting sebagai sumber energi, protein dan variasi nutrisi esensial yang menyumbang sekitar 20% dari total protein hewan (Nailis dan Pratiwi, 2017) yang dapat berpengaruh dalam pencegahan stunting. Kegiatan ini mendapat dukungan penuh dari aparat desa dan rekan satu desa, mulai dari persiapan hingga pelaksanaannya. Secara keseluruhan kegiatan berjalan dengan lancar dan dipenuhi dengan antusiasme dari para peserta. Hal ini karena kegiatan ini belum pernah dilaksanakan di desa Alue Ambang sebelumnya. Kegiatan ini dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Kampanye GEMARIKAN

Tingkat Pengetahuan Anak terhadap Manfaat Ikan dalam Pencegahan Stunting

Pengukuran tingkat pengetahuan anak terhadap manfaat mengonsumsi ikan dalam pencegahan stunting dilakukan melalui pemberian *pre-test* dan *pos-test*. Pemberian *pre-test* dilakukan sebelum kampanye, sedangkan pemberian *pos-test* dilakukan setelah kampanye GEMARIKAN. Hasil *pre-test* dan *pos-test* dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil *pre-test* dan hasil *pos-test*

Tingkat pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Pots-test</i>	
	N	%	N	%
Kurang	7	50	0	0
Baik	7	50	14	100
Jumlah	14	100	14	100

Sebelum dilakukannya kampanye diketahui tingkat pengetahuan anak yang baik sebanyak 50% yang baik dan 50% yang kurang. Sedangkan setelah dilakukannya kampanye terjadi perubahan tingkat pengetahuan anak meningkat 100% yang baik dan 0% yang kurang. Dari hasil tersebut diketahui bahwa pemberian kampanye pendidikan gizi gemar makan ikan pada usia 12-15 tahun sangat bermanfaat terhadap pengetahuan anak dalam pencegahan stunting melalui mengonsumsi ikan. Kegiatan *pre-test* dan *pos-test* dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Pemberian *pre-test* dan *pos-test*

KESIMPULAN

Pelaksanaan kampanye pendidikan gizi gemar makan ikan di desa Alue Ambang pada anak usia 12-15 tahun dalam pencegahan stunting diketahui memberikan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan anak, kegiatan ini sangat baik dilakukan pada anak usia sekolah, sehingga menjadi upaya dalam pencegahan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

Effendi I, 2016, 'Pengaruh pemberian *pre-test* dan *post-test* terhadap hasil belajar mata diklat HDW. DEV. 100. 2. A pada siswa smk negeri Lubuk Basung', *jurnal ilmiah pendidikan teknik elektro*, vol. 1, no. 2, hh. 81-88.

- Kementerian kelautan dan perikanan 2018, 'Gemarikan (gemar makan ikan): upaya peningkatan gizi sejak dini', Retrieved from: <https://kkp.go.id/djpt/ppnsungailiat/artikel/6676gemarikangemar-makan-ikan-upaya-peningkatan-gizi-sejak-dini>.
- Mahrus, zulkifli L, Rasmi D, AR S, Raksun A 2020, 'Peningkatan gizi keluarga melalui program gerakan memasyarakatkan makan ikan (gemarikan) di dusun bale kuwu desa gunungsari', *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat*, Vol. 3 No. 1.
- Muhsin, S. W., Fadhilah, R., Rinawati, R., Burhanis, B., & Zulfadhli, Z. (2021). Edukasi Gemari (Gemar Makan Ikan) Melalui Metode Role Play Serta Pengolahan Ikan Sebagai Upaya Peningkatan Gizi Pada Siswa Pesantren Modern Yayasan Babul Fikri Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat. *Jurnal Marine Kreatif*, 5(2).
- Nailis A, Pratiwi R 2017, 'Hubungan konsumsi ikan terhadap kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun' , *Jurnal kedokteran diponegoro*, vol. 6, no. 1 , hh. 36-45.
- Prameswari G,N 2018, 'Promosi gizi terhadap sikap gemar makan ikan pada anak usia sekolah', *journal of health education* vol. 3, no. 1, issn. 2527 - 4252
- Purwandini K, Kartasurya M, 'Pengaruh pemberian mikronutrient sprinkle terhadap perkembangan motorik anak *stunting* usia 12-36 bulan', *Journal of Nutrition College* 2013 vol. 2, no. 1, hh. 147-163.
- Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan 2017, '100 8 Kabupaten/Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdin (*Stunting*)', Jakarta: TNP2K