

---

## Diversifikasi Pangan Lokal dalam Meningkatkan Taraf Ekonomi dan Kesehatan pada Masyarakat Nelayan di Kabupaten Sinjai Sulawesi Selatan

Emmi Bujawati<sup>1</sup>, A. Syamsiah Adha<sup>2</sup>, Nildawati<sup>3</sup>, Syahrul Basri<sup>4</sup>

<sup>1,3,4</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Alauddin, Makassar

<sup>2</sup> Bagian Gizi Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Alauddin, Makassar

### ABSTRAK

---

Ikan merupakan hasil terpenting dari sektor kelautan kabupaten Sinjai. Hingga saat ini, hasil ikan di kabupaten diusahakan secara tradisional yakni ikan asin atau ikan asap, adapun dalam skala industri masih sangat terbatas dan skala rumah tangga, sehingga nilai yang dihasilkan relatif sedikit. Dalam rangka diversifikasi pangan lokal, maka pada program ini dilakukan penyuluhan dan pelatihan diversifikasi hasil laut pada nelayan menjadi makanan ringan yang tidak hanya memiliki nilai gizi yang tinggi tapi juga bernilai ekonomi.

Kegiatan yang dilakukan pada program pendampingan ini adalah baseline data, pelatihan kader, pendampingan pembuatan produk, advokasi, dan intervensi produk. Kegiatan ini dilakukan di wilayah pesisir Lappa kecamatan Sinjai Utara, kabupaten Sinjai Propinsi Sulawesi Selatan.

Program ini memberikan hasil berupa database karakteristik balita di pesisir Lappa, melatihnya para kader posyandu dalam penilaian status gizi, menambah pengetahuan masyarakat dalam melakukan pemasaran online produk yang dihasilkan, bertambahnya produk hasil diversifikasi ikan, dan perubahan status gizi pada balita intervensi.

Kegiatan ini diharapkan menjadi pembuka gerakan pendampingan selanjutnya dalam meningkatkan taraf ekonomi dan kesehatan pada masyarakat nelayan dengan cakupan intervensi yang lebih luas.

*Kata Kunci : Ikan, Nelayan, Ekonomi, Status Gizi, Balita*

---

### Pendahuluan

**K**ekurangan gizi pada masa balita akan dapat menyebabkan gangguan serius bagi perkembangan otak yang mengakibatkan tingkat kecerdasan anak terhambat karena 80% pertumbuhan otak terjadi pada masa itu. Gangguan kesehatan pada masa ini baik fisik maupun sistem keke-

balan tubuh yang tidak sempurna menyebabkan negara kehilangan sumber daya manusia yang berkualitas.

Berdasarkan data Rikesda 2013, prevalensi *underweight* pada tahun 2013 adalah 19.6% yang terdiri dari 5.7% gizi buruk dan 13.9% gizi kurang. Angka ini meningkat jika dibandingkan dengan data

prevalensi nasional tahun 2007 (18,4 %) dan tahun 2010 (17,9 %). Provinsi Sulawesi Selatan masuk dalam 10 besar daerah yang memiliki prevalensi *underweight* di atas angka prevalensi nasional pada tahun 2013. Prevalensi anak dengan *underweight* di Sulawesi Selatan terus mengalami peningkatan dari tahun 2007 sebesar 18% menjadi 24% pada tahun 2010 dan meningkat lagi di tahun 2013 menjadi sebesar 25%. Firman Allah menyatakan pula bahwa memperhatikan kesejateraan anak merupakan hal yang wajib di lakukan Sebagaimana dalam QS an Nisaa’/4: 9 yaitu:

Terjemahnya :

*“Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka.oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan Perkataan yang benar” (Departemen Agama RI, 2012).*

Pada ayat tersebut mengandung larangan untuk menelantarkan anak-anak yang lemah. Menelantarkan dalam hal ini bukan hanya berkaitan dengan pendidikannya tetapi juga tentang makanannya. Untuk mengatasi masalah tersebut diperlukan usaha yang cepat untuk memperbaiki makanan anak agar bisa mendapatkan sumber protein yang baik dengan harga yang murah dan mudah diperoleh. Sebagai bahan pangan, ikan merupakan sumber asupan nutrisi yang esensial yang dapat membentuk kecer-

dasan karena adanya kandungan Omega-3, Omega-6 dan DHA

Sebagian besar produk perikanan kelautan di Kabupaten Sinjai didominasi jenis ikan laut yang sebagian dijual dalam bentuk ikan. Hanya sebagian kecil ikan laut tersebut diolah menjadi jenis produk industri makanan seperti ikan asin, pindang, ikan panggang, dan terasi, bahkan jenis produk makanan ringan belum dapat kita ditemui. Industri pengolahan makanan dari bahan baku ikan laut ini menjadi salah satu sektor yang diharapkan dapat meningkatkan pertumbuhan ekonomi melalui peningkatan peluang bekerja, dan meningkatkan pendapatan. Hasil perikanan dan makanan olahan berbahan baku ikan merupakan komoditas yang memiliki pasar domestik dan ekspor cukup besar nilainya. Potensi laut yang besar tersebut saat ini hanya dimanfaatkan secara eksploitatif, ikan yang ditangkap kemudian langsung dijual tanpa pengolahan lebih lanjut sehingga nilai jualnya relatif kecil.

Ikan sebagai sumber protein yang cukup tinggi merupakan bahan makanan yang sangat potensial untuk diolah menjadi makanan ringan yang enak tapi tetap mempertahankan nilai gizinya secara optimal. Aneka olahan makanan ini dapat dipakai sebagai produk intervensi untuk membantu mengatasi beberapa masalah kesehatan seperti masalah anemia, *Under-*

*nutrition, Stunting*. Dll. Meskipun manfaatnya cukup besar, ikan juga memiliki masalah yang berkaitan dengan daya simpannya yang relatif pendek (mudah membusuk) sehingga diperlukan suatu perlakuan/penanganan dan pengolahan yang di harapkan dapat mempertahankan mutunya sebagai bahan makanan yang bergizi. Dalam upaya memaksimalkan hasil perikanan dan memberikan nilai ekonomis yang lebih tinggi maka diperlukan pengolahan hasil perikanan untuk memperoleh produk berkualitas sehingga memberikan kemudahan dalam pemasaran hasil produk perikanan. Untuk itu, pada pengabdian ini akan dilakukan pelatihan pembuatan *fish stick* dan *snack* ikan.

Secara geografis, wilayah pesisir merupakan kawasan yang mempunyai karakteristik, problem yang unik dan kompleks. Lingkungan permukiman nelayan di kawasan pesisir pada umumnya merupakan kawasan kumuh dengan tingkat pelayanan akan pemenuhan kebutuhan prasarana dan sarana dasar lingkungan yang sangat terbatas, khususnya keterbatasan untuk memperoleh pelayanan sarana air bersih, drainase dan sanitasi, serta prasarana dan sarana untuk mendukung kesehatan (Mahmud, 2007). Tidak dapat disangkal, bahwa penghasilan keluarga akan turut menentukan hidangan yang disajikan untuk keluarga sehari-hari, baik kualitas maupun

jumlah makan (Sirajuddin, 2010 dalam Hadju, 2013). Sejauh ini pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak pada keluarga nelayan masih kurang mendapat perhatian, mengingat kurangnya pengetahuan pada masyarakat dalam hal ini adalah keluarga dalam memantau sejak dini masalah pertumbuhan dan perkembangan.

Kabupaten Sinjai dikenal sebagai daerah dengan garis pantai sepanjang 37 KM yang terdiri atas wilayah pantai daratan sepanjang 17 KM dan wilayah Pulau Sembilan dengan panjang garis pantai 20 KM. Sesuai data tahun 2007, dari jumlah penduduk Kabupaten Sinjai sebanyak 222.220 jiwa, jumlah nelayan laut sebanyak 7.697 orang, petani tambak 928 orang, pembudidaya laut 1.530 orang, petani kolam dan sawah pola minapadi sebanyak 117 orang. Sementara itu peningkatan produksi perikanan juga mengalami kenaikan dari tahun ke tahun, yakni pada tahun 2006 produksi perikanan sebanyak 32.039,9 ton, pada tahun 2007 naik sebesar 2.61 % menjadi 32.875,9 ton.

Sebagai salah satu komoditas unggulan daerah ini, potensi perikanan di Kabupaten Sinjai terus digalakkan dan ditingkatkan produksinya dari tahun ke tahun namun hingga saat ini belum optimal pengelolaannya. Berdasarkan data unit usaha pengolahan ikan kabupaten sinjai tahun 2015

belum ada pengolahan hasil laut menjadi makanan ringan. Unit yang ada masih berupa pembekuan, pengeringan, pemindangan, pengasapan, pelumatan daging, pengumpul, pedagang besar, pengecer, rumah makan, dan kios ikan hias.

Mata pencaharian sebagian besar penduduk di kabupaten sinjai sebagai nelayan tradisional tangkap dan pancing sangat potensial sebagai daerah penghasil ikan dengan kondisi geografis daerah yang strategis merupakan faktor penunjang untuk meningkatkan pertumbuhan ekonomi dan status kesehatan di kabupaten sinjai.

Melihat potensi pangan lokal di kabupaten Sinjai khususnya Lappa, maka direncanakan akan membuat pelatihan diversifikasi pangan lokal berbahan dasar ikan menjadi aneka makanan ringan seperti kerupuk, nugget, dan abon yang mengandung zat gizi makro dan mikro yang baik sehingga dapat menjadi alternatif makanan bergizi tinggi bagi balita yang tidak terlalu menyukai makan ikan. Pada akhirnya program ini akan menghasilkan produk yang diharapkan mampu menjadi bagian dari solusi peningkatan ekonomi dan mengatasi masalah kesehatan masyarakat Sinjai pada umumnya dan nelayan Lappa pada khususnya, secara mandiri. Selain itu, di wilayah pesisir ini akan terbentuk kelompok nelayan peduli gizi.

## Metode

Untuk tercapainya program pendampingan ini, maka ada beberapa strategi yang dilakukan :

1. Baseline data. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk Memperoleh data tentang sasaran atau kelompok masyarakat dampingan termasuk informasi produk olahan ikan yang telah ada dan status gizi balita di wilayah pesisir. Metode yang digunakan melalui survey dan FGD
2. Pelatihan kader. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memastikan Adanya SDM yang siap mengontrol dan memberi arahan kepada kelompok dampingan termasuk sebagai fasilitator program dan menjaga keberlanjutan program.
3. Pendampingan pembuatan produk. Tujuan kegiatan ini adalah menghasilkan masyarakat yang mandiri, kreatif dan memiliki motivasi untuk menghasilkan produk yang bernilai jual.
4. Advokasi. Tujuan kegiatan ini adalah memfasilitasi subjek dampingan untuk membatu proses pemasaran produk yang dibuat.
5. Intervensi produk. Tujuan kegiatan ini adalah untuk melihat manfaat produk olahan bagi kesehatan orang yang mengkonsumsinya.

6. Monitoring evaluasi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai *success history*.
7. Pembentukan Komunitas NEPAZI (Nelayan Peduli Gizi). Tujuan kegiatan ini adalah untuk membangun simpul-simpul positif di komunitasdampingan untuk menggiatkan kegiatan yang bermanfaat bagi kesehatan masyarakat disekitarnya
8. Penyusunan Laporan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mendapatkan gambaran secara utuh tentang kegiatan pengabdian yang telah dilakukan
9. Publikasi Ilmiah. Kegiatan ini merupakan bentuk dedikasi ilmiah dan kontribusi referensi bagi pengembangan produk khususnya daerah pesisir.

**Tabel 1. Pihak yang Terlibat dan Bentuk Keterlibatan**

No	Pihak yang terlibat	Bentuk Keterlibatan
1	Pemkab Kabupaten Sinjai/ Dinas Kelautan dan Perikanan Kab.Sinjai	Memberikan layanan dan informasi terkait sektor perikanan dan kelautan Memberikan informasi mengenai sistem pengolahan dan pemasaran hasil laut. Membantu pemasaran dan promosi hasil produk laut yang dihasilkan
2	Dinas Kesehatan Kab. Sinjai/ Binkesmas bagian Gizi	Memberikan informasi mengenai konsep kebijakan dan strategi pelaksanaan kegiatan peningkatan gizi. Memberikan pengarahan dan konsep mengenai teknis pembinaan dan kegiatan peningkatn gizi.
3	Dinas perindustrian dan perdagangan	Memfasitasi pemasaran produk
4	Kader	Sebagai fasilitator, komunikator dan dinamisator.

## Hasil

### ***Pendekatan dan identifikasi subjek dampingan***

Sebelum melakukan pendampingan terlebih dahulu dilakukan pendekatan ke

tokoh masyarakat lappa yang meliputi pihak kecamatan, kelurahan, kader dan perwakilan masyarakat, Kegiatan ini dilakukan dengan metode FGD (*Focus Grup Discussion*) dan disimpulkan bahwa komunitas dampingan akan diberikan ma-

teri tambahan selain pelatihan pembuatan produk berupa workshop marketing online dan pelatihan Penilaian Status Gizi Balita (PSG). Setelah memperoleh masukan Peser-

ta FGD, selanjutnya dilakukan identifikasi warga yang akan dilibatkan dalam pelatihan pengolahan ikan dan workshop.



**Gambar 1. Proses FGD**

### ***Baseline Data***

Jenis kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah melakukan identifikasi balita yang mengalami undernutrisi dan jenis pelatihan pengolahan ikan yang telah diterima oleh masyarakat lappa. Hasil dari survei produk adalah bahwa dilappa pernah dilatih untuk membuat nugget ikan, bakso, dan otak-otak. Hanya saja pelatihan yang telah diterima tidak diikuti dengan informasi pemasaran produk oleh pihak terkait. Sedangkan untuk hasil survei balita, disajikan pada tabel 2.

### ***Pelatihan PSG (Penilaian Status Gizi)***

Pada tahap ini, ada 10 orang yang kami latih terdiri dari 5 orang Kader, 3 orang guru PAUD dan 2 orang perwakilan ibu balita. Tujuan dari kegiatan ini adalah se-

bagai langkah awal untuk membentuk komunitas yang secara mandiri memiliki kemampuan untuk memantau kondisi/status gizi keluarga mereka secara khusus dan lingkungan mereka secara umum. Selain sebagai fasilitator, peserta ini juga diharapkan bisa menjaga keberlanjutan program ini.

Pada kegiatan ini, peserta mendapatkan materi cara memantau kondisi kesehatan balita melalui data balita yang mereka miliki seperti Berat Badan, Umur dan Tinggi badan balita serta materi umum seputar teknik pengolahan makanan sehari-hari secara benar. Pemateri kegiatan ini adalah bapak Samsul alam, SKM, M.Kes yang merupakan ahli Gizi dan Praktisi kesehatan di Puskesmas.

**Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan Karakteristik balita di pesisir Lappa Kab. Sinjai tahun 2016**

Karakteristik	N (17)	Persentase (%)
Umur balita (tahun)		
a. 2	4	23.5
b. 3	6	35.3
c. 4	7	41.2
Berat Badan (kg)		
a. 9.0-11.0	7	41.2
b. 11.1-13.0	6	35.2
c. 13.1-15.0	2	11.8
d. >15	2	11.8
Tinggi Badan (cm)		
a. <80	1	5.8
b. 80-90	8	47.1
c. >90	8	47.1
Status Gizi		
a. Normal	6	35.3
b. Kurang	11	64.7

*Sumber : Data Primer, 2016*



**Gambar 2. Penyuluhan dan Simulasi PSG**

### **Pelatihan Pemasaran Online**

Pada tahap ini, ada 4 orang yang dilatih. Peserta yang dikutkan adalah mereka yang dapat mengoperasikan media sosial dan komputer. Tujuan dari kegiatan ini

adalah melatih peserta agar dapat memasarkan produk olahan yang telah ada secara lebih luas untuk meningkatkan penjualan sehingga berdampak pada perbaikan ekonomi masyarakat. Bapak Abdul

Aziz.SPd yang merupakan pemateri dalam kegiatan ini memberikan materi tentang target pemasaran dan Sosial Media

(Facebook, instagram, Path, dll) Marketing. Selain berupa ceramah, peserta juga diberikan simulasi seputar materi workshop



**Gambar 3. Pemberian Materi Pemasaran Online**

### **Pelatihan diversifikasi ikan**

Pada Kegiatan ini peserta terdiri atas 10 orang yang kemudian dibagi menjadi 2 kelompok. Masing-masing kelompok terdiri atas 5 orang yang mendapatkan pelatihan masing-masing 1 resep snack ikan yaitu kerupuk kembang goyang fortifikasi ikan dan *fish Garlic Stik*. Materi dalam pelatihan ini adalah bahan-bahan dan cara pembuatan

produk dengan metode pelatihan ceramah, diskusi dan simulasi. Dalam kegiatan ini, bahan disediakan oleh pelaksana (TIM pengabdian Masyarakat) sedangkan alat pengolahannya disediakan oleh masyarakat Lappa. Alat yang dipakai adalah alat yang sifatnya umum dan sederhana sehingga diasumsikan dimiliki oleh semua keluarga

**Tabel 3. Alat yang digunakan dalam pembuatan produk**

No.	Nama Alat	Kegunaan
1	Kompor Gas	Memasak
2	Wajan	Menggoreng
3	Cetakan kembang goyang	Membentuk Kerupuk
4	Sendok	Mengaduk
5	Pisau	Memotong
6	Talenan	Alas motong
7	Mixer	Mencampur adonan
8	Blender	Mengkaluskan adonan



Adapun bahan dan cara pembuatannya akan dijelaskan sebagai berikut :

Bahan : 250 gr ikan tenggiri, 500 gr tepung tapioca, 200 gr tepung terigu, 200 gr gula pasir, 3 butir telur, 250 ml santan, Garam secukupnya.

Cara Membuat : Mixer gula dan telur sampai mengembang lalu masukkan ikan yang telah diblender bersama santan. Tambahkan tepung sedikit demi sedikit sampai tercampur rata. Selanjutnya goreng adonan dengan menggunakan cetakan khusus kembang goyang.



**Gambar 4. Proses Simulasi dan Hasil Produk Diversifikasi Ikan**

### ***Intervensi Produk***

Kegiatan pada tahap ini berupa pemberian produk olahan ikan dalam hal ini adalah nugget ikan fortifikasi wortel kepada 5 sampel balita dengan status gizi buruk sebesar 108 gr/hr yang dibagi menjadi 9 nugget/hr selama 30 hari. Kegiatan ini dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

1. Diawali dengan identifikasi balita yang akan dijadikan sampel dengan menghitung status gizi seluruh balita yang ada di daerah lappa melalui data sekunder (data BB, TB dan Umur balita) yang dimiliki oleh PAUD di Lappa.
2. Mengumpulkan ibu balita terpilih untuk diberikan arahan tentang manfaat

- kegiatan dan mekanisme pemberian-nugget (jumlah dan teknik pemberian)
3. Pemberian lembar kontrol kepada ibu balita untuk memantau proses pemberian nugget pada balitanya
  4. Melakukan pemantauan lembar kontrol secara berkala yaitu 1x seminggu dan mencatat kondisi khusus sampel seperti sakit, dll.



**Gambar 5. Pengukuran Berat Badan Balita dan Sosialisasi manfaat program ke Orang Tua balita**

### ***Monitoring dan Evaluasi***

Kegiatan monitoring ini bertujuan untuk memastikan seluruh kegiatan terlaksana sesuai tahapan proses dan tidak ada kegiatan yang tidak terlaksana. Sedangkan evaluasi dilakukan untuk mengukur perubahan yang diharapkan tercipta pada komunitas dampingan. Kegiatan monitoring ini dilakukan dalam 2 tahap yaitu *progress report* dan monitoring berat badan balita. Tujuan dari kegiatan progress report adalah untuk memberikan informasi kepada tim monitoring dalam hal ini adalah tim dari Diktis Kemenag

Tentang sejauh mana pelaksanaan dari kegiatan pengabdian yang telah kami lakukan dan selanjutnya melakukan perbai-

kan atas saran yang diberikan oleh tim monitoring sebelum dilakukan penyusunan laporan akhir. Sedangkan monitoring berat badan balita dilakukan 1x seminggu untuk memantau kondisi umum dan khusus sampel terpilih.

Proses evaluasi dilakukan diakhir kegiatan, tepatnya 1 bulan setelah proses produk olahan ikan (Nugget Ikan) diintervensikan pada 5 orang sampel balita yang mengalami masalah kurang gizi. Proses ini dilakukan dengan membandingkan berat badan balita sebelum dan setelah intervensi dan hasilnya adalah sebagai berikut :

### **Pembahasan**

Status kesehatan masyarakat khu-

**Tabel 3. Perubahan Berat Badan Sampel Balita Sebelum dan Setelah Intervensi Wilayah Pesisir Lappa Kabupaten Sinjai Tahun 2016**

No	Inisial anak	Umur	Sebelum Intervensi			Setelah Intervensi			Ket
			TB	BB	Status Gizi	TB	BB	Status Gizi	
1	AM	3 tahun 6 bulan	86	10	Kurang	89	11,5	Baik	Naik
2	KAP	2 tahun 9 bulan	82	9	Kurang	82	10,5	Baik	Naik
3	APR	2 tahun 6 bulan	79	10	Kurang	80	10	Kurang	Tetap
4	KR	4 tahun 6 bulan	92	12	Kurang	93	11,5	Kurang	Turun
5	ASY	3 tahun 10 bulan	84	9	Kurang	84	10	Kurang	Naik

Sumber : Data Primer, 2016

susnya kesehatan balita hingga saat ini masih menjadi salah satu isu penting dan belum dapat terselesaikankarena berkaitan dengan indeks pembangunan manusia (IPM). Masa balita sering dinyatakan sebagai masa kritis dalam rangka mendapatkan sumber daya manusia yang berkualitas dan merupakan masa *growth spurth* dimana terjadi pertumbuhan dan perkembangan otak yang optimal. Jika masalah gangguan gizi pada balita dibiarkan akan berakibat fatal, Indonesia akan kehilangan generasi penerus bangsa yang berkualitas (*loss generation*).

Salah satu penyebab masalah kesehatan pada balita adalah tidak cukup mendapat makanan bergizi seimbang yang disebabkan rendahnya pengetahuan keluarga tentang gizi dan cara pengolahan makanan. Perbaikan gizi pada balita, tidak cukup hanya dengan memberikan PMT saja, tetapi juga dengan peningkatan penge-

tahuan gizi keluarga. Meningkatnya pengetahuan dan metode pengolahan makanan sebagai intervensi boleh jadi akan diikuti dengan perubahan perilaku. Penyuluhan gizi dengan metode ceramah disertai media poster dan leaflet dan cara pembuatan variasi pengolahan merupakan salah satu pendekatan pembelajaran dengan memberi seperangkat pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan pada sasaran agar mampu menentukan pilihan perilaku yang tepat untuk meningkatkan status kesehatan balitanya

Dalam upaya peningkatan status gizi, Ibu mempunyai peran yang sangat penting dalam pertumbuhan balita terutama pemberian makanan sehingga perlu diberikan proses pendampingan dan penyuluhan secara berkelanjutan dalam hal pengetahuan gizi dan diversifikasi pangan melalui pengolahan pangan dengan berbagai variasi sehingga dapat

meningkatkan status kesehatan anak balitanya serta bisa memberikan nilai ekonomi dalam keluarganya. Salah satu jenis pangan yang memiliki potensi besar untuk dikelola menjadi produk bernilai gizi tinggi di kabupaten sinjai adalah hasil laut terutama ikan. Hasil olahan ini akan menjadi produk intervensi untuk mengatasi masalah *undernutrition* pada balita.

Ikan merupakan hasil terpenting dari sektor kelautan kabupaten Sinjai namun hingga saat ini masih diusahakan secara tradisional, tanpa proses pengolahan dalam skala industri, sehingga nilai yang dihasilkan relatif sedikit. Kekayaan laut yang besar, diantaranya adalah berbagai jenis ikan, udang-udangan, kerang-kerangan, dan alga dapat dimanfaatkan sebagai sumber pangan dan energi yang berlimpah. Meskipun begitu, ikan dan hasil laut lainnya merupakan bahan pangan yang sangat mudah rusak (*highly perishable*) apabila tidak ditangani dengan baik. Sehingga untuk menghindari kerusakan yang terjadi maka ikan perlu pengolahan yang cepat dan tepat baik dengan cara dimasak, dilakukan pendinginan atau pembekuan, dikalengkan, diasinkan, dikeringkan atau diasap sehingga hasil tangkapan laut tersebut dapat disimpan dalam jangka waktu yang lama.

Program ini sangat penting dilaksanakan karena menunjang program pemerintah SDGs (Sustainable Develop-

ment Goals) yang merupakan penyempurnaan dari program sebelumnya yaitu Millenium Development Goals (MDGs). Pada program ini dilakukan penyuluhan dan pelatihan diversifikasi hasil laut pada nelayan menjadi makanan ringan yang tidak hanya memiliki nilai gizi yang tinggi tapi juga bernilai ekonomi karena dapat di jadikan sebagai oleh-oleh khas daerah bagi para wisatawan domestik dan internasional yang berkunjung ke kabupaten Sinjai, dengan demikian hasil tangkapan laut tidak hanya dijadikan ikan asin atau ikan asap.

Hasil akhir dari program ini akan menunjang terlaksananya beberapa poin SDGs yaitu poin 1 (mengatasi kemiskinan) karena hasil produk olahan dapat dipasarkan lebih luas dan menunjang ekonomi nelayan, poin 2 (mengatasi kelaparan) karena hasil program berupa produk pangan yang berbahan dasar ikan sehingga dapat menjadi alternatif pangan untuk meningkatkan status gizi masyarakat serta poin 8 (pertumbuhan ekonomi dan pekerjaan yang layak) karena dapat menjadi lapangan pekerjaan baru bagi istri-istri nelayan.

Mata pencaharian sebagian besar penduduk di kabupaten sinjai sebagai nelayan tradisional tangkap dan pancing sangat potensial sebagai daerah penghasil ikan dengan kondisi geografis daerah yang strategis merupakan faktor penunjang untuk meningkatkan pertumbuhan ekonomi dan

status kesehatan di kabupaten sinjai.

Melihat potensi pangan lokal di kabupaten Sinjai khususnya Lappa, maka direncanakan akan membuat pelatihan diversifikasi pangan lokal berbahan dasar ikan menjadi aneka makanan ringan seperti kerupuk, nugget, dan abon yang mengandung zat gizi makro dan mikro yang baik sehingga dapat menjadi alternatif makanan bergizi tinggi bagi balita yang tidak terlalu menyukai makan ikan. Pada akhirnya program ini akan menghasilkan produk yang diharapkan mampu menjadi bagian dari solusi peningkatan ekonomi dan mengatasi masalah kesehatan masyarakat Sinjai pada umumnya dan nelayan Lappa pada khususnya, secara mandiri. Selain itu, di wilayah pesisir ini akan terbentuk kelompok nelayan peduli gizi.

#### ***Baseline Data***

Jenis kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah melakukan identifikasi balita yang mengalami undernutrisi dan jenis pelatihan pengolahan ikan yang telah diterima oleh masyarakat lappa. Berdasarkan survei kesehatan yang dilakukan pada 30 responden (Tabel 2), terlihat bahwa sebagian besar responden berusia 4 tahun (41.2%), Berat Badan terbanyak adalah 9-11 kg (41.2%) dan tinggi badan terbanyak antara 89-90 cm dan >90 cm dengan nilai masing-masing adalah 47.1%. Sebagian

besar balita Lappa (64.7%) mengalami Gizi Kurang.

#### ***Pelatihan PSG (Penilaian Status Gizi)***

Pada tahap ini, 10 orang yang kami latih terdiri dari 5 orang Kader, 3 orang guru PAUD dan 2 orang perwakilan ibu balita. Setiap profesi ini diharapkan dapat turut bertanggung jawab dalam melakukan monitoring terhadap status gizi balita yang terdapat di wilayah pesisir lappa sehingga dapat memudahkan pemerintah daerah khususnya instansi terkait dalam memerangi gizi kurang pada balita. Selain itu, pelatihan ini memberikan sumbangsih dalam masa pertumbuhan anak yang akan menjadi generasi penerus bangsa.

#### ***Workshop Pemasaran Online***

Sebagai salah satu penghasil ikan segar yang melimpah di Sulawesi Selatan, wilayah pesisir Lappa kabupaten Sinjai tentunya memerlukan upaya agar potensi ini dapat tersebar di seluruh Indonesia. Begitupun pula hasil produk olahan ikannya. Karenanya, kegiatan workshop pemasaran online ini tidak hanya dapat memperkenalkan wilayah Lappa dengan segala potensi yang dimilikinya, tetapi juga dapat meningkatkan taraf ekonomi masyarakat di sekitarnya.

#### ***Pelatihan Diversifikasi Ikan***

Tujuan utama dari kegiatan ini adalah upaya pemberdayaan masyarakat. Kegiatan ini merupakan suatu upaya da-

lam peningkatan kemampuan masyarakat untuk ekonomi dan kesehatan mandiri..Peningkatan keberdayaan berarti peningkatan kemampuan dan kemandirian masyarakat agar dapat mengembangkan diri dan memperkuat sumber daya yang dimiliki untuk mencapai kemajuan.Gerakan pemberdayaan masyarakat juga merupakan cara untuk menumbuhkan dan mengembangkan norma yang membuat masyarakat mampu untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Strategi ini tepatnya ditujukan pada sasaran primer agar dapat berperan serta secara aktif (Supardan,2013).

Dalam kegiatan ini pemberdayaan masyarakat dilakukan dalam bentuk memberikan pelatihan diversifikasi pangan olahan ikan kepada ibu balita selama 2 hari, Kegiatan ini bertujuan agar ibu balita dapat membuat variasi pengolahan makanan secara mandiri dan mengaplikasikan produk ini pada balita sehari-hari sehingga bisa memperbaiki keadaan gizi pada balitanya.lebih jauh, keterampilan ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh peserta dampingan untuk dikembangkan menjadi produk jual untuk meningkatkan status ekonomi mereka.

### ***Monitoring dan Evaluasi***

Terlihat bahwa dari 5 orang responden balita yang diintervensi dengan 102 gr nugget ikan per hari terdapat 3 orang (60%)

secara statistik mengalami kenaikan kondisi status gizi berdasarkan indikator BB/U meskipun satu diantaranya masih berada pada kategori status gizi kurang baik sebelum maupun setelah intervensi. Sedangkan 2 orang sampel balita tidak mengalami perbaikan status gizi. Satu orang mengalami penurunan kondisi dan satu orang berada pada kondisi yang tetap. Berdasarkan kartu kontrol monitoringnya, kedua balita ini mengalami kondisi khusus (sakit) pada saat proses intervensi berlangsung sehingga mempengaruhi nafsu makan responden. Secara umum dapat disimpulkan bahwa produk nugget ikan cukup baik untuk dipakai sebagai alternative lauk atau cemilan bagi balita untuk memperbaiki status gizi mereka. Hal ini karena nugget ini mengandung zat gizi yang baik seperti karbohidrat, protein, lemak serat dan zat gizi mikro lainnya yang baik untuk tubuh balita. Sehingga kepada ibu balita agar meneruskan pemberian produk olahan ikan dalam menu harian anak mereka.

### **Kesimpulan dan Saran**

Kegiatan yang dilakukan pada program pendampingan ini adalah baseline data, pelatihan kader, pendampingan pembuatan produk, advokasi, dan intervensi produk. Kegiatan ini dilakukan di wilayah pesisir Lappa kecamatan Sinjai Utara, kabupaten Sinjai Propinsi Sulawesi Selatan.

Program ini memberikan hasil berupa database karakteristik balita di pesisir Lap- pa, terlatihnya para kader posyandu dalam penilaian status gizi, menambah penge- tahuan masyarakat dalam melakukan pemasaran online produk yang dihasilkan, bertambahnya produk hasil diversifikasi ikan, dan perubahan status gizi pada balita intervensi.

Kegiatan ini diharapkan menjadi pem- buka gerakan pendampingan selanjutnya dalam meningkatkan taraf ekonomi dan kesehatan pada masyarakat nelayan dengan cakupan intervensi yang lebih luas.

#### Daftar Pustaka

- Ali Khomsan. 2003. *Pangan dan Gizi Un- tuk Kesehatan*. Jakarta : Ra- jagrafindo Persada
- Adriani dan Wirjatmadi. 2012. Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan, Pen- erbit Kencana Prenada Media Group Jakarta
- Badui.2010. *Analisis Kadar Gizi Buah Lamun (Enhalus acoroides) dan Hubungan antara Pengetahuan, Persepsi dengan Pemanfaatan Buah Lamun sebagai Sumber Ma- kanaan Alternatif Masyarakat Desa Waai Kec. Salahutu Kab. Maluku Tengah*.
- Departemen Agama RI. *Mushaf Al-Qur'an Terjemah*. Jakarta: CV Darus Sun- nah. 2002.
- Kemenkes. 2011. *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Ten- tang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta: Menkes RI
- Kemenkes. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013*. Jakarta: Ke- menkes
- Hadju, Veni. *Hubungan Pola Asuh Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 6-23 Bulan Di Wilayah Pesisir Kecama- tan Tallo Kota Makassar*. Makas- sar: Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar dan Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar, 2013
- Hadju, Veny. *Hubungan Pola Konsumsi Dengan Status Hemoglobin Anak Sekolah Dasar Di Wilayah Pesisir Kota Makassar Tahun 2013*. Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat : Universitas Hasanuddin, 2013
- Mahmud, Amir. *Model Komunikasi Pem- bangunan Dalam Penyediaan Prasarana Perdesaan Di Kawasan Pesisir Utara Jawa Tengah (Studi Kasus Desa Morodemak dan Pur- wosari Kabupaten Demak)*. Tesis : Universitas Diponegoro. 2007.
- Pellokila M.R dan Picauly I. 2004. *Pola Konsumsi Ikan pada Anak Balita DiDesa Nelayan, Kecamatan Nusa- niwe Kota Ambon*, Jurnal Media Gizi dan Keluarga, Desember Vol- ume 28 No. 2 : 17 – 23, IPB, Bo- gor.