



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig802>

TINGKAT KONSUMSI IKAN DAN PRESTASI BELAJAR ANAK DI SDN 8 PADANG SAMBIAN KAJA DENPASAR

Anggita Paulina Ina Munde¹, I Made Suarjana², I Putu Suiraoaka³

¹Alumni Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

²Dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

³Dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

Email Penulis Korespondensi (^K): anggipaulina26@gmail.com

ABSTRACT

Fish is a food source of animal protein. Fish contain unsaturated fatty acids in the form of omega-3, EPA, and DHA which can improve children's intelligence and improve academic abilities. Learning achievement is the mastery of knowledge and skills that are developed in subjects, usually indicated by the value of the test given by the teacher. The purpose of this study was to find out the relationship between the level of consumption of fish and learning achievement at SDN 8 Padang Sambian Kaja, Denpasar. This study uses observational methods with a cross sectional design. The independent variable in this study was the level of fish consumption and the dependent variable learning achievement. The instrument used was sample identity, the SQ-FFQ fish consumption questionnaire. The sample in this study were grade IV and V students of SDN 8 Padang Sambian Kaja with a total of 70 samples. The data obtained were analyzed using Chi-square test. Based on the results of the Chi-square test the relationship between fish consumption and learning achievement obtained significant results, namely $p = 0.37$ or ($p > 0.05$), the meaning proved to be no relationship between fish consumption and learning achievement.

Keywords: fish consumption, learning achievement

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Indonesia adalah negara dengan konsumsi ikan sebesar 34 kilogram per kapita per tahun. Angka tersebut masih sangat jauh jika dibandingkan dengan konsumsi ikan di negara Jepang sebesar 120 kilogram per kapita per tahun¹. Beberapa faktor dipengaruhi sebagai penyebab rendahnya konsumsi ikan di Indonesia, antara lain karena kurangnya pemahaman masyarakat tentang gizi dan manfaat protein ikan bagi kesehatan dan kecerdasan, rendahnya suplai ikan khususnya ke daerah-daerah pedalaman akibat kurang lancarnya distribusi pemasaran ikan, belum berkembangnya teknologi pengolahan/pengawetan ikan sebagai bentuk keanekaragaman dalam memenuhi tuntutan selera konsumen dan sarana pemasaran serta distribusi masih terbatas baik dari segi kualitas maupun kuantitas¹. Menurut data Departemen Kelautan dan Perikanan, setidaknya 7% dari total potensi ikan laut dunia berada di wilayah Indonesia. Dengan kondisi ini seharusnya konsumsi ikan di negara cukup tinggi, namun yang terjadi malah sebaliknya. Indonesia justru terendah di antara negara ASEAN².

Daerah Bali terdiri dari beberapa pulau yaitu pulau Bali, pulau Nusa Penida, pulau Ceningan, pulau Nusa Lembongan, pulau Serangan dan pulau Menjangan dengan luas wilayah 5.636,66 km² atau 0,29% dari luas kepulauan Indonesia. Potensi lestari sumberdaya ikan diperkirakan 24.606,0 ton/tahun. Jenis potensi sumber terutama terdiri dari jenis ikan bambang, kakap, terbang, teri, layang, tongkol dan jenis ikan krang lainnya. Potensi lestari sumber daya ikan diperkirakan sebesar 19.455,6

ton/tahun. Jenis potensi tersebut terutama terdiri dari ikan tongkol, cakalang, cucut, tembang, dan jenis ikan karang lainnya. Potensi lestari sumberdaya ikan diperkirakan sebesar 97.326,0ton/tahun. Jenis potensi sumber terutama terdiri dari ikan dasar serta ikan karang³.

Kualitas manusia dapat ditinjau dari berbagai segi, yaitu segi sosial, ekonomi, pendidikan, lingkungan, kesehatan dan lain-lain. Dari aspek gizi, kualitas manusia diartikan dalam dua hal pokok, yaitu: kecerdasan otak atau kemampuan intelektual dan kemampuan fisik atau produktivitas kerja⁴.

Dinas Kelautan dan Perikanan (DKP) Bali mencatat, tingkat konsumsi ikan masyarakat Bali pada 2016 lalu hanya mencapai 32,28 kg per kapita per tahun. Produksi perikanan Bali dalam dua tahun terakhir juga meningkat. Tahun 2015 volume produksi perikanan, baik tangkap dan budidaya mencapai 228.873,44 ton dengan nilai Rp 2.267.964.521. Pada tahun 2016 volume produksi naik menjadi 229.403,59 ton dengan nilai Rp 2.541.049.841. Perbandingan produksi dan jumlah penduduk yang mencapai 4,1 juta itulah tingkat konsumsi ikan Bali masih rendah. Dalam arti masih dibawah rata-rata konsumsi tingkat nasional⁶.

Ikan merupakan salah satu sumber asam lemak tak jenuh dan protein hewani terbaik. Asam lemak yang paling banyak pada ikan terutama dibagian perutnya adalah asam lemak omega-3, terutama asam eikosapentaenoat (EPA) dan asam dokosaheksaenoat (DHA) yang baik untuk kekebalan tubuh, menghambat pertumbuhan kanker, menurunkan kolesterol jahat (LDL) dan meningkatkan kolesterol baik (HDL), menyehatkan jantung dan baik untuk perkembangan otak terutama pada balita. Kandungan asam lemak ini bervariasi, tergantung jenis ikannya.

Mengonsumsi ikan antara 0,5 -1,0 g DHA perhari atau paling tidak 3 kali dalam seminggu atau lebih dari 5 kali seminggu yang ideal, maka anak akan memiliki otak yang baik (cerdas), daya ingat dan kemampuan belajar yang tinggi⁶. Pertumbuhan masa kanak-kanak (*growth spurt I, umur 1-9 tahun*) berlangsung dengan kecepatan lebih lambat dari pada bayi, tetapi kegiatan fisiknya meningkat. Oleh karena itu, dengan penimbangan terhadap besarnya tubuh, kebutuhan zat gizi tetap tinggi. Menyediakan pangan yang mengandung protein, kapur dan fosfor sangat penting⁵.

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat konsumsi ikan dengan prestasi belajar. Sedangkan secara khusus bertujuan untuk menghitung tingkat konsumsi protein ikan terhadap protein total dan mengukur prestasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri 8 Padang Sambian Kaja Denpasar serta menganalisis hubungan tingkat konsumsi ikan dengan prestasi belajar anak Sekolah Dasar Negeri 8 Padang Sambian Kaja Denpasar.

METODE

Penelitian ini dilakukana di Sekolah Dasar Negeri 8 Padang Sambian Kaja, Denpasar pada bulan Desember 2018 sampai bulan Mei 2019. Jenis penelitian ini adalah *obeservasional* dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah kelas IV dan V dengan sampel berjumlah 70 orang yang diambil secara *Simple random sampling*. Data diperoleh dari hasil pencatatan dilakukan dengan metode wawancara menggunakan kuisisioner. Data yang telah dikumpulkan diolah dengan menggunakan perangkat lunak komputer dengan program komputer melalui beberapa tahapan yaitu editing, koding dan cleaning. Kemudian data dianalisis menggunakan uji chi-square.

HASIL

Karakteristik sampel

Dari hasil pengamatan terhadap 70 sampel, yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 36 sampel (48.6%) dan perempuan sebanyak 34 sampel (51.4%). Berdasarkan umur sampel yang berusia 10 – 12

tahun sebanyak 57 sampel (81.4%), sampel berusia 7 – 9 tahun sebanyak 11 sampel (15.7%) dan sampel yang berusia 13 – 15 tahun sebanyak 2 sampel (2.9%).

Tabel 1
Sebaran Sampel Menurut Umur

| Umur (Tahun) | f | % |
|---------------|-----------|--------------|
| 7 – 9 | 11 | 15.7 |
| 10 – 12 | 57 | 81.4 |
| 13 – 15 | 2 | 2.9 |
| Jumlah | 70 | 100.0 |

Dilihat dari tingkat pengetahuan, sampel dominan memiliki pengetahuan cukup yaitu 33 sampel (47.1%). Sedangkan yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 1 sampel (1.4%). Nilai rata-rata pengetahuan sampel 73.71.

Tabel 2
Sebaran Sampel Berdasarkan Pengetahuan

| Tingkat Pengetahuan | f | % |
|---------------------|-----------|--------------|
| Amat Baik | 13 | 18.6 |
| Baik | 23 | 32.9 |
| Cukup | 33 | 47.1 |
| Kurang | 1 | 1.4 |
| Jumlah | 70 | 100.0 |

Hasil pengamatan terhadap variabel yang diteliti

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa tingkat konsumsi ikan pada sampel kebanyakan dalam katagori baik sebanyak 39 sampel (55.7%) dan terendah pada katagori kurang sebanyak 31 sampel (44.3%) dan rata-rata tingkat konsumsi ikan 66.3

Tabel 3
Sebaran Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Ikan

| Jumlah Konsumsi Protein Ikan | f | % |
|------------------------------|-----------|--------------|
| Baik | 39 | 55.7 |
| Kurang | 31 | 44.3 |
| Jumlah | 70 | 100.0 |

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa tingkat prestasi sampel dengan katagori prestasi baik sebanyak 63 sampel (90%) dan tingkat prestasi dengan katagori amat baik sebanyak 7 sampel (10%). Nilai rata-rata prestasi sampel yakni 78.5.

Tabel 4
Sebaran Tingkat Prestasi Sampel

| Tingkat Prestasi | f | % |
|------------------|-----------|--------------|
| Amat Baik | 7 | 10.0 |
| Baik | 63 | 90.0 |
| Jumlah | 70 | 100.0 |

Berdasarkan tabel 5, sebanyak 34 sampel (87.2%) yang mengkonsumsi jumlah protein ikan dengan katagori baik memiliki prestasi belajar yang baik dan 29 sampel (93.5%) mengkonsumsi jumlah protein ikan dengan katagori kurang memiliki prestasi belajar yang baik, untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi ikan dengan prestasi belajar siswa SD Negeri 8 Padang Sambian Kaja telah dilakukan dengan uji Chi-square dengan hasil signifikan $P = 0.37$ atau ($p > 0.05$) maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara konsumsi ikan dengan prestasi belajar.

Tabel 5
Hubungan Tingkat Konsumsi Ikan Dengan Prestasi Belajar

| Jumlah Konsumsi Ikan | Prestasi Belajar | | | | Total | | P |
|----------------------|------------------|------|-----------|------|-------|-------|------|
| | Baik | | Amat Baik | | f | % | |
| | f | % | f | % | | | |
| Baik | 34 | 87.2 | 5 | 12.8 | 39 | 100.0 | 0.37 |
| Kurang | 29 | 93.5 | 2 | 6.5 | 31 | 100.0 | |
| TOTAL | 63 | 90.0 | 7 | 10.0 | 70 | 100.0 | |

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di Sekolah Dasar Negeri 8 Padang Sambian Kaja Denpasar sampel berjenis kelamin laki-laki sebanyak 36 sampel (48.6%) dan sampel berjenis kelamin perempuan sebanyak 34 sampel (51.4%). Berdasarkan tingkat konsumsi protein ikan sampel tertinggi pada tingkat konsumsi baik sebanyak 39 sampel (55.7%) dan tingkat konsumsi ikan terendah sebanyak 23.8% dengan jumlah konsumsi ikan terendah sebesar 13 gram, serta tingkat konsumsi ikan tertinggi sebanyak 25.2% dengan jumlah konsumsi ikan tertinggi sebesar 89 gram dan rata-rata konsumsi sebesar 54.2 gr. Berdasarkan tingkat konsumsi protein total tertinggi sebesar 130 gr dan tingkat konsumsi protein terendah sebesar 57 gr dengan rata-rata konsumsi protein total 91 gr.

Hasil penelitian Hubungan Tingkat Konsumsi Ikan Dengan Prestasi Belajar, di dapatkan sebagian besar sampel dengan jumlah konsumsi protein ikan tergolong katagori baik memiliki prestasi belajar yang baik sebanyak 34 sampel (87.2%). Berdasarkan hasil uji Chi-square hubungan tingkat konsumsi ikan dengan prestasi belajar diperoleh hasil yang signifikan yaitu $p = 0.37$ atau ($p > 0.05$), maka artinya terbukti tidak ada hubungan antara konsumsi ikan dengan prestasi belajar. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian⁷ yang mengatakan ada hubungan yang signifikan anantara tingkat konsumsi ikan dengan prestasi belajar dengan nilai ($p = 0.04$).

Hal ini bisa saja terjadi karena prestasi belajar anak SD dipengaruhi oleh faktor lain selain dari mengkonsumsi ikan. Adapun faktor yang mempengaruhi dalam prestasi belajar ialah antara lain faktor internal yaitu keadaan jasmani peserta didik saat menerima pelajaran di kelas yang dapat juga dipengaruhi dengan minat dan bakat siswa saat menerima pelajaran maupun saat belajar secara individu dirumah. Adapun juga faktor eksternal dapat mempengaruhi prestasi belajar seperti keadaan lingkungan sekolah dalam hal ini keadaan kelas yang belum memadai berdasarkan penelitian yang dilakukan keadaan kelas saat itu masih belum mencapai standar kelas yang nyaman untuk terjadinya proses belajar mengajar seperti kurangnya alat bantu pendingin ruangan seperti kipas mengingat jumlah siswa yang banyak dalam satu kelas. Selain itu pula faktor lainnya yaitu pembelajaran yang terselenggara disiang hari sehingga menyebabkan murid kurang dalam berkonsentrasi saat menerima pelajaran. Faktor-faktor ini dipandang turut menentukan tingkat keberhasilan belajar peserta didik di sekolah. Sehingga dalam penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat konsumsi ikan maka untuk bisa mendapatkan nilai tinggi dalam hal prestasi belajar tidak dapat dipastikan, begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat konsumsi ikan maka tidak dapat dipastikan mendapat nilai

rendah. Artinya, konsumsi ikan tidak menjadi faktor penentu dalam keberhasilan peserta didik dalam mendapatkan hasil prestasi belajar yang baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah tingkat konsumsi protein ikan terhadap protein total pada anak Sekolah Dasar Negeri 8 Padang Sambian Kaja Denpasar tergolong tingkat konsumsi ikan tergolong baik sebanyak 39 atau (55.7%). Sementara itu, tingkat prestasi belajar anak di Sekolah Dasar Negeri 8 Padang Sambian Kaja sebesar 90.0% atau 63 siswa tergolong baik dan Tidak ada hubungan antara tingkat konsumsi ikan dengan prestasi belajar anak SD di SD Negeri 8 Padang Sambian Kaja Denpasar. Berdasarkan hal tersebut diharapkan guru dapat memberikan edukasi terhadap siswa tentang pentingnya konsumsi ikan sehingga anak Sekolah Dasar Negeri 8 dapat 100% mengkonsumsi ikan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rony (2014) *Pemprov Sumbar Dorong Masyarakat Tingkatkan Konsumsi Ikan (Jurnal Asih Monica putri,2015)*.
2. Andriani, M. (2012) *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Preneda Media Group.
3. Profil Dinas Kelautan dan Perikanan' (2016). Available at: Provinsi Bali.
4. Supariasa, I. D. N., Bakri, B. and Fajar, I. (2001) *Penilaian Status Gizi*. Edited by EGC. Jakarta.
5. Baliawati, Khomsan and Dwiriani (2004) *Pengantar Pangan dan Gizi*. Penebar Sw. Jakarta.
6. Bali, N. (2016) 'Tingkat Konsumsi Ikan di Bali Rendah', *Nusa Bali*.
7. Mentari, R. (2014) 'hubungan konsumsi ikan dengan prestasi belajar anak di sekolah dasar swasta brigjend katamso II kecamatan medan marelana kota medan', *Gizi kesehatan masyarakat*, p. 8. Available at: Gizi Kesehatan Masyarakat, FKM USU.