

ANALISIS MINAT KONSUMSI IKAN PADA SISWA MADRASAH IBTIDAIYAH DITINJAU DARI PREFERENSI, PENGETAHUAN, DAN KETERSEDIAAN: STUDI KASUS DI PLOSOREJO, PUCAKWANGI, PATI

Dafiq Rohman^{1*}, Rizky Lutfi Suprabowo²

¹Mahasiswa Program Studi Agribisnis, Universitas Terbuka, Pati, Indonesia

²Dosen Program Studi Agribisnis, Universitas Terbuka, Tangerang, Indonesia

**Email: dafiq.rohman@gmail.com*

ABSTRAK

Ikan merupakan sumber protein hewani kaya omega-3 yang penting bagi perkembangan otak dan kesehatan anak. Namun, konsumsi ikan pada anak masih dipengaruhi berbagai faktor. Penelitian ini bertujuan menganalisis minat konsumsi ikan pada 83 siswa Madrasah Ibtidaiyah Tarbiyatul Banin, Plosorejo, Pati, menggunakan metode survei kuantitatif. Hasil menunjukkan 84,3% siswa menyukai ikan, tetapi hanya 16,9% mengonsumsinya setiap hari. Faktor yang memengaruhi minat makan ikan antara lain kebiasaan keluarga, metode pengolahan, dan pengetahuan gizi. Sebanyak 53,5% orang tua rutin memasak ikan, namun hanya 40% yang memberi edukasi gizi kepada anak. Hambatan konsumsi termasuk banyaknya duri dan rasa yang kurang disukai. Penelitian ini merekomendasikan edukasi gizi serta inovasi menu ikan di sekolah sebagai upaya meningkatkan konsumsi ikan di kalangan anak-anak.

Kata kunci: Minat, konsumsi, ikan, siswa, keluarga,

1 PENDAHULUAN

Ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang sangat penting bagi pertumbuhan anak-anak. Kandungan gizi seperti omega-3, protein, vitamin A, B dan D dalam ikan sangat bermanfaat untuk perkembangan otak dan daya tahan tubuh. Nutrisi ini berkontribusi pada peningkatan kecerdasan serta menjaga kesehatan secara menyeluruh. Tingkat konsumsi ikan di beberapa daerah masih tergolong rendah. Sumber protein lain seperti ayam atau daging sapi lebih sering menjadi pilihan utama masyarakat.

Madrasah Ibtidaiyah (MI) Tarbiyatul Banin adalah lembaga pendidikan dasar berbasis Islam yang terletak di Desa Plosorejo, Kecamatan Pucakwangi, Kabupaten Pati, Jawa Tengah. Madrasah ini berdiri sejak 1 Januari 1978 dan berkomitmen memberikan pendidikan yang mengintegrasikan ilmu pengetahuan umum dan nilai-nilai keislaman. MI Tarbiyatul Banin telah mendapatkan akreditasi B dari Badan Akreditasi Nasional Sekolah/Madrasah (BAN-S/M). Kualitas pendidikan yang baik tercermin dari akreditasi tersebut. Alamat lengkapnya adalah Jl. Sokopuluhan Winong Km 03, Plosorejo, Pucakwangi, Pati, Jawa Tengah.

Madrasah Ibtidaiyah Tarbiyatul Banin sebagai penyelenggara pendidikan setara dengan sekolah dasar. Kurikulum yang digunakan memadukan mata pelajaran umum dan pendidikan agama Islam. Tujuannya adalah membentuk siswa yang berakhlak mulia, berpengetahuan luas, dan berkompeten dalam berbagai bidang. Data mengenai minat konsumsi ikan di kalangan siswa

masih belum tersedia. Penelitian ini dilakukan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menganalisis faktor yang memengaruhi pola konsumsi ikan mereka.

Minat makan ikan mengacu pada ketertarikan seseorang untuk menjadikan ikan sebagai bagian dari pola makan sehari-hari. Preferensi rasa dan tekstur merupakan faktor intrinsik yang memengaruhi minat. Kebiasaan keluarga dan edukasi gizi termasuk dalam faktor ekstrinsik (Setyaningsih et al., 2020). Kebiasaan mengonsumsi ikan sejak usia dini dapat membentuk preferensi jangka panjang (Nurjanah, 2019). Pengalaman pribadi anak terhadap konsumsi ikan juga berperan penting.

Ketersediaan ikan, harga, metode pengolahan, serta faktor sosial dan budaya memengaruhi tingkat konsumsi ikan (Huda et al., 2021). Kebiasaan keluarga dalam memasak ikan turut membentuk selera anak (Wahyuni & Prasetyo, 2022). Anak yang terbiasa melihat atau membantu memasak ikan cenderung lebih menyukainya. Olahan ikan seperti nugget atau bakso dapat menjadi alternatif untuk anak yang enggan makan ikan utuh. Strategi penyajian tersebut efektif meningkatkan konsumsi.

Ikan dikenal sebagai sumber protein berkualitas tinggi dan kaya akan omega-3. Zat gizi ini penting bagi perkembangan otak serta menjaga kesehatan tubuh (Sulistiono et al., 2018). Konsumsi ikan secara teratur membantu meningkatkan kecerdasan dan mendukung pertumbuhan anak. Risiko penyakit degeneratif seperti jantung dan hipertensi juga dapat ditekan melalui konsumsi ikan (Sari et al., 2021). Edukasi dan kampanye gizi menjadi upaya penting dalam meningkatkan kesadaran manfaat ikan sejak usia dini.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya konsumsi ikan di kalangan anak-anak meskipun ikan memiliki kandungan gizi yang tinggi. Permasalahan yang muncul adalah bagaimana tingkat minat makan ikan pada siswa MI Tarbiyatul Banin Plosorejo. Penelitian ini juga mempertanyakan faktor-faktor yang memengaruhi minat makan ikan siswa, baik dari aspek internal maupun eksternal. Selain itu, perlu dikaji strategi yang tepat untuk meningkatkan konsumsi ikan pada siswa. Rumusan masalah ini menjadi dasar dalam menentukan arah dan fokus penelitian.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat minat makan ikan pada siswa MI Tarbiyatul Banin Plosorejo. Tujuan lainnya adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi minat konsumsi ikan siswa. Penelitian ini juga bertujuan untuk merumuskan strategi yang dapat digunakan dalam meningkatkan konsumsi ikan pada siswa madrasah. Tujuan-tujuan tersebut diharapkan dapat memberikan dasar ilmiah untuk intervensi gizi. Hasil yang diperoleh akan digunakan untuk menyusun rekomendasi yang aplikatif dan tepat sasaran.

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah menambah literatur mengenai perilaku konsumsi ikan pada anak sekolah dasar. Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi akademisi dalam pengembangan studi tentang gizi anak dan preferensi makan. Manfaat praktisnya adalah memberikan masukan bagi pihak sekolah dan orang tua dalam membentuk pola makan sehat bagi anak. Penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi instansi terkait dalam merancang program edukasi konsumsi ikan. Dengan demikian, hasil penelitian dapat berkontribusi pada peningkatan status gizi anak melalui konsumsi ikan.

2 METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode penelitian kuantitatif deskriptif bertujuan untuk menggambarkan atau menjelaskan suatu fenomena secara sistematis dan objektif berdasarkan data kuantitatif berupa angka atau statistik (Suhardjo, 2021). Pendekatan ini digunakan untuk memahami karakteristik populasi, hubungan

antar variabel, serta pola-pola tertentu dalam data yang diperoleh dari responden (Sokip et al., 2021). Dalam penelitian tentang minat makan ikan pada anak sekolah dasar, pendekatan ini digunakan untuk mengetahui frekuensi konsumsi ikan, preferensi jenis ikan, serta faktor-faktor yang memengaruhi minat anak terhadap ikan (Setyaningsih et al., 2020). Data dikumpulkan melalui kuesioner yang diberikan kepada siswa, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif seperti persentase dan rata-rata guna menggambarkan kecenderungan pola konsumsi secara jelas.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa MI Tarbiyatul Banin Plosorejo yang berjumlah 83 siswa. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang dilakukan pada tanggal 12 – 13 Februari 2025 dan memuat pertanyaan terkait frekuensi konsumsi ikan, faktor-faktor yang memengaruhi minat makan ikan, serta kebiasaan konsumsi ikan di rumah dan di lingkungan sekolah. Teknik analisis data dilakukan secara kuantitatif menggunakan statistik deskriptif untuk mengetahui tingkat minat makan ikan serta faktor-faktor dominan yang memengaruhinya (Huda et al., 2021). Penggunaan pendekatan ini dianggap tepat karena mampu memberikan gambaran umum yang valid dan reliabel tentang pola konsumsi ikan siswa, yang nantinya dapat menjadi dasar pengambilan kebijakan berbasis data (Widodo, 2021). Metode ini juga memberikan kontribusi terhadap perumusan strategi peningkatan konsumsi ikan di kalangan anak-anak sekolah dasar.

3 HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Tingkat Kesukaan dan Kebiasaan Konsumsi Ikan



Gambar 1. Diagram Persentase Siswa



Gambar 2. Diagram Tingkat Konsumsi Siswa

Dari hasil survei, sebanyak 70 siswa (84,34%) menyatakan suka makan ikan, sedangkan 13 siswa (15,66%) tidak suka sesuai Gambar 1. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki ketertarikan terhadap ikan sebagai bagian dari pola makan mereka. Gambar 2 menunjukkan frekuensi konsumsi ikan menunjukkan bahwa 14 siswa (16,87%) mengonsumsi ikan setiap hari, sedangkan 22 siswa (26,51%) makan ikan 3-5 kali seminggu. Sebanyak 20 siswa (24,10%) hanya makan ikan 1-2 kali seminggu, sementara 14 siswa (16,87%) jarang sekali makan ikan, dan 13 siswa (15,66%) tidak pernah makan ikan sama sekali. Data tersebut menunjukkan adanya diskrepansi antara minat dan frekuensi konsumsi, yang berarti bahwa meskipun siswa memiliki ketertarikan terhadap ikan, penerapan dalam pola makan sehari-hari masih rendah.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Setyaningsih et al., (2020) yang menyatakan bahwa minat makan ikan pada anak tidak selalu sejalan dengan tingkat konsumsi aktual, karena dipengaruhi oleh faktor lain seperti ketersediaan ikan, cara pengolahan, dan dukungan keluarga. Hasil ini juga diperkuat oleh penelitian Wahyuni & Prasetyo (2022) yang menekankan bahwa kebiasaan keluarga dalam menyajikan ikan berperan besar dalam meningkatkan minat konsumsi anak. Jika di rumah orang tua jarang menyajikan ikan, anak-anak cenderung tidak terbiasa mengonsumsinya meskipun mereka menyukai rasa ikan.

3.2 Jenis dan Pola Konsumsi Ikan



Gambar 3. Diagram Pola Konsumsi Ikan Siswa (data primer diolah, 2025)

Gambar 3 menunjukkan hasil penelitian bahwa mayoritas siswa lebih sering mengonsumsi ikan laut (38,55%), diikuti oleh ikan air tawar (36,14%). Ini mengindikasikan bahwa ketersediaan dan kebiasaan keluarga memainkan peran penting dalam pilihan jenis ikan, sejalan dengan temuan Huda et al., (2021) yang menyatakan bahwa akses terhadap sumber ikan lokal sangat memengaruhi jenis ikan yang dikonsumsi Masyarakat. Dalam hal metode pengolahan, ikan goreng menjadi pilihan utama siswa (38,55%), yang juga diperkuat oleh Busairi et al., (2022) yang menemukan bahwa anak usia sekolah cenderung menyukai olahan ikan yang digoreng karena rasa gurih dan teksturnya yang renyah. Pengolahan yang sederhana dan familier lebih disukai dibandingkan masakan berkuah atau bakar.

Mayoritas siswa mendapatkan ikan dari masakan ibu di rumah (60,24%), yang menegaskan kembali peran dominan ibu dalam menentukan pola konsumsi anak. Penelitian Wahyuni & Prasetyo (2022) juga menyebutkan bahwa kebiasaan orang tua dalam menyajikan ikan di rumah berkontribusi besar terhadap minat dan pola konsumsi anak-anak. Dukungan keluarga sangat diperlukan dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat sejak dini.

3.3 Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Ikan



Gambar 4. Diagram Persentase Siswa

Gambar 4 menunjukkan hasil penelitian bahwa kebiasaan keluarga, khususnya peran orang tua dalam memasak dan mengajak anak makan ikan, sangat berpengaruh terhadap minat konsumsi ikan pada anak-anak. Sebanyak 40 siswa (48,19%) menyatakan bahwa orang tua mereka sering memasak ikan di rumah, sementara 30 siswa (36,14%) mengatakan hanya kadang-kadang, dan 13 siswa (15,66%) menyatakan bahwa orang tua mereka tidak pernah memasak ikan. Selain itu, 53 siswa (63,86%) menyebutkan bahwa orang tua adalah pihak yang paling sering mengajak mereka makan ikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wahyuni & Prasetyo (2022) yang menyatakan bahwa pola konsumsi ikan anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, terutama keterlibatan orang tua dalam menyediakan ikan sebagai menu harian. Hal ini menegaskan bahwa keluarga memiliki peran kunci dalam menumbuhkan kebiasaan makan ikan sejak dini.

Dari sisi edukasi, sebanyak 53 siswa (63,86%) menyatakan pernah mendapatkan informasi dari orang tua atau guru mengenai manfaat makan ikan, sedangkan 30 siswa (36,14%) belum pernah memperoleh informasi tersebut. Temuan ini memperkuat hasil penelitian Wulandari (2020) yang menyoroti belum meratanya edukasi gizi pada anak-anak, baik melalui pendidikan formal di sekolah maupun dari keluarga. Maka dari itu, peningkatan program edukasi yang lebih menyeluruh perlu dilakukan untuk mendorong peningkatan kesadaran akan pentingnya konsumsi ikan bagi kesehatan dan perkembangan anak.

Dalam hal preferensi, alasan utama siswa menyukai ikan adalah karena rasanya yang enak (36 siswa atau 43,37%) dan manfaat kesehatannya (27 siswa atau 32,53%). Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian Fakhrezi (2024) yang menunjukkan bahwa rasa dan kesadaran akan kandungan gizi merupakan faktor dominan dalam membentuk preferensi makanan anak. Namun, terdapat pula hambatan yang menyebabkan sebagian siswa tidak menyukai ikan, yaitu karena tidak suka rasanya (9 siswa atau 10,84%) dan terlalu banyak duri (4 siswa atau 4,82%). Hal ini sejalan dengan temuan Rahman et al., (2020) yang menyebutkan bahwa tekstur ikan dan keberadaan duri menjadi hambatan umum dalam konsumsi ikan oleh anak-anak. Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam pengolahan dan penyajian ikan, seperti produk olahan bebas duri atau bentuk penyajian yang lebih menarik.

3.4 Pengetahuan tentang Manfaat Ikan

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Siswa Terhadap Manfaat Ikan

Jawaban	Tingkat Pengetahuan				
	Baik untuk Kesehatan	Membantu Pertumbuhan	Mengandung Protein	Ikan Lebih Sehat dari Daging Lain	Melihat Kampanye Makan Ikan
Ya	53 (63,86%)	66 (79,52%)	53 (63,86%)	44 (53,01%)	20 (24,10%)
Tidak	30 (36,14%)	17 (20,48%)	30 (36,14%)	39 (46,99%)	63 (75,90%)

Sumber : (data primer diolah, 2025)

Berdasarkan Tabel 1 dapat terlihat jika sebanyak 53 siswa (63,86%) mengetahui bahwa ikan baik untuk kesehatan, sementara 30 siswa (36,14%) tidak mengetahuinya. Meskipun sebagian besar siswa telah memahami manfaat kesehatan dari ikan, data ini masih mengindikasikan adanya kebutuhan edukasi yang lebih luas dan menyeluruh. Temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian Wahyuni & Prasetyo (2022) yang menyatakan bahwa masih banyak anak usia sekolah dasar yang belum mendapatkan informasi memadai mengenai manfaat gizi ikan, baik melalui sekolah maupun lingkungan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi gizi tentang ikan di kalangan anak-anak masih menjadi tantangan yang perlu ditangani secara serius.

Ketika ditanyakan mengenai jenis manfaat yang diketahui, 66 siswa (79,52%) menyebutkan bahwa ikan membantu pertumbuhan, dan 17 siswa (20,48%) menjawab tidak tau. Ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa sudah mengenal fungsi penting ikan dalam tumbuh kembang, yang juga didukung oleh Sulistyoningsih (2020), yang menekankan pentingnya kandungan protein, omega-3, dan vitamin dalam ikan untuk perkembangan fisik dan mental anak. Namun, rendahnya jumlah siswa yang menyebutkan manfaat lainnya menunjukkan masih terbatasnya pemahaman tentang keragaman kandungan gizi dalam ikan. Oleh karena itu, perlu adanya materi edukasi tambahan yang menjelaskan manfaat ikan secara lebih menyeluruh, termasuk untuk sistem imun dan kesehatan mata.

Selanjutnya, ketika ditanya apakah ikan mengandung banyak protein, hasilnya serupa, yakni 53 siswa (63,86%) menjawab "ya", dan 30 siswa (36,14%) tidak tahu. Hal ini menunjukkan bahwa walaupun sebagian besar anak menyadari ikan sebagai sumber protein, masih ada bagian yang belum memahami hal tersebut. Ini sejalan dengan temuan Sari et al., (2021) yang menyatakan bahwa anak-anak di usia sekolah dasar umumnya hanya mengenali satu atau dua fungsi gizi utama dari ikan, dan belum memahami kandungan nutrisinya secara menyeluruh. Edukasi yang menekankan pada kandungan protein tinggi dalam ikan serta fungsinya bagi tubuh perlu diperkuat agar informasi gizi menjadi lebih lengkap dan membentuk perilaku konsumsi yang lebih sadar.

Terkait persepsi siswa terhadap perbandingan gizi ikan dengan sumber protein lain seperti ayam atau sapi, 44 siswa (53,01%) setuju bahwa ikan lebih sehat, sedangkan 39 siswa (46,99%) tidak setuju. Perbedaan pandangan ini mencerminkan kurangnya informasi yang terstruktur mengenai keunggulan gizi ikan dibandingkan sumber hewani lainnya. Menurut Sulistyoningsih (2020), pemahaman tentang keunggulan ikan sebagai sumber protein rendah lemak, tinggi omega-3, dan baik untuk kesehatan tubuh masih belum merata di kalangan anak-anak maupun orang tua. Maka, integrasi materi perbandingan gizi antara ikan dan sumber protein lain dalam pelajaran atau penyuluhan dapat membantu mengurangi kesalahpahaman tersebut.

Lebih lanjut, hanya 20 siswa (24,10%) yang pernah melihat iklan atau kampanye makan ikan, sedangkan 63 siswa (75,90%) belum pernah melihatnya. Hal ini menjadi indikator lemahnya

promosi makan ikan di lingkungan siswa, baik melalui media massa, poster edukatif, maupun kampanye sekolah. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Sari et al., (2021), yang menyatakan bahwa rendahnya eksposur terhadap media promosi konsumsi ikan berdampak pada rendahnya kesadaran anak untuk menjadikan ikan sebagai pilihan utama dalam pola makan mereka. Oleh karena itu, peningkatan kampanye atau media edukatif mengenai makan ikan, baik melalui sekolah maupun media sosial yang ramah anak, sangat diperlukan untuk memperkuat pesan gizi secara visual dan menyenangkan.

3.5 Sikap dan Preferensi terhadap Konsumsi Ikan

Tabel 2. Tingkat Preferensi Konsumsi Ikan pada Siswa

Tingkat Preferensi Konsumsi Ikan			
Ikan Sebagai Lauk	Lauk Selain Ikan	Tertarik Menu Olahan Ikan	Tidak Tertarik Olahan Ikan
47 (56,63%)	36 (43,37%)	48 (57,83%)	35 (42,17%)

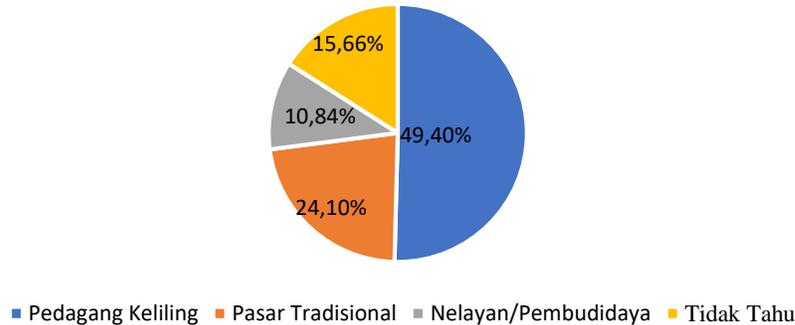
Sumber : (data primer diolah, 2025)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 47 siswa (56,63%) lebih memilih ikan jika diberikan pilihan lauk di rumah, sedangkan 36 siswa (43,37%) memilih lauk lain dapat dilihat pada Tabel 2. Angka ini mengindikasikan bahwa lebih dari separuh siswa sudah memiliki kecenderungan positif terhadap konsumsi ikan dalam konteks rumah tangga. Temuan ini menguatkan hasil penelitian Busairi et al., (2022) yang menyatakan bahwa meskipun kesadaran terhadap manfaat ikan cukup tinggi, daya tarik makanan cepat saji masih menjadi kompetitor utama dalam preferensi makanan anak. Faktor rasa, kemasan, dan pengaruh iklan makanan cepat saji menjadi alasan dominan yang seringkali membuat anak-anak lebih tertarik pada makanan instan daripada ikan.

Namun demikian, data menarik muncul ketika siswa ditanya mengenai preferensi terhadap olahan ikan. Sebanyak 48 siswa (57,83%) menyatakan lebih suka ikan jika diolah menjadi nugget atau bentuk menarik lainnya, sementara 35 siswa (42,17%) tidak tertarik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rahman et al., (2020), yang menekankan bahwa inovasi penyajian seperti nugget ikan, bakso ikan, atau stik ikan dapat meningkatkan minat konsumsi ikan pada anak-anak. Bentuk olahan yang praktis dan menarik tidak hanya mengatasi kendala seperti duri atau bau amis, tetapi juga bersaing secara visual dan rasa dengan makanan cepat saji yang digemari anak-anak. Oleh karena itu, strategi pengembangan produk olahan ikan yang lebih variatif, modern, dan disesuaikan dengan selera anak menjadi penting untuk diterapkan, baik di lingkungan rumah tangga maupun sekolah.

3.6 Ketersediaan dan Hambatan Konsumsi Ikan

Tempat Pembelian Ikan



Gambar 5. Prefensi Keluarga dalam Tempat Membeli Ikan (data primer diolah, 2025)

Hasil penelitian disajikan pada Gambar 5 menunjukkan bahwa dalam hal sumber ikan, mayoritas orang tua siswa membeli ikan dari pedagang keliling (41 siswa atau 49,40%), diikuti oleh pasar tradisional (20 siswa atau 24,10%), nelayan atau pembudidaya langsung (9 siswa atau 10,84%) sedangkan sisanya (13 siswa atau 15,66%) menjawab tidak tahu.. Temuan ini selaras dengan penelitian Sokip et al., (2021) yang menemukan bahwa distribusi ikan di pedesaan cenderung mengandalkan pedagang keliling, karena lebih praktis dan menjangkau langsung rumah tangga. Temuan ini mengindikasikan bahwa secara umum, ketersediaan ikan di wilayah penelitian cukup baik. Namun, ketidaktahuan sebagian kecil siswa terhadap aksesibilitas ini dapat menunjukkan rendahnya keterlibatan mereka dalam aktivitas pembelian atau perencanaan makanan di rumah.

Meskipun ikan tersedia, hanya 35 siswa (42,17%) yang menyatakan bahwa ikan sering menjadi bagian dari menu makanan di rumah mereka, sedangkan 48 siswa (57,83%) menyatakan sebaliknya. Ini menunjukkan adanya kesenjangan antara ketersediaan dan konsumsi aktual di rumah tangga. Salah satu faktor yang mungkin memengaruhi hal tersebut adalah persepsi terhadap harga ikan. Hanya 20 siswa (24,10%) yang merasa harga ikan terjangkau, sedangkan 63 siswa (75,90%) tidak tahu. Kurangnya pengetahuan mengenai harga ini menunjukkan bahwa anak-anak tidak banyak terlibat dalam keputusan ekonomi keluarga, sebagaimana juga dikemukakan dalam penelitian Wahyuni & Prasetyo (2022), yang menyebutkan bahwa pemahaman anak-anak terhadap akses ekonomi pangan masih sangat terbatas dan bergantung pada informasi yang diberikan oleh orang tua.

Walaupun begitu, semangat untuk belajar tentang ikan cukup tinggi. Sebanyak 70 siswa (84,34%) menyatakan ingin mendapatkan lebih banyak informasi tentang ikan dan manfaatnya. Ini menjadi peluang penting bagi upaya edukasi gizi, terutama di tingkat sekolah dasar. Namun, ketika ditanya tentang ketertarikan belajar memasak ikan, hanya 42 siswa (50,60%) yang berminat, sementara 41 siswa (49,40%) tidak tertarik. Ketidaktertarikan ini dapat disebabkan oleh faktor usia, peran gender dalam rumah tangga, atau belum adanya pengalaman yang menyenangkan dalam memasak. Hal ini serupa dengan yang disampaikan oleh Bachrens (2018), yang menggarisbawahi pentingnya pengalaman langsung dan pembelajaran kontekstual dalam meningkatkan keterampilan hidup anak, termasuk keterampilan memasak.

Terkait hambatan konsumsi, hanya 13 siswa (15,66%) yang merasa makan ikan itu merepotkan, sedangkan mayoritas (70 siswa atau 84,34%) tidak merasa demikian. Ini menunjukkan bahwa secara umum, anak-anak tidak melihat konsumsi ikan sebagai suatu aktivitas yang menyulitkan. Temuan ini memperkuat hasil penelitian Sari et al., (2021), yang menunjukkan bahwa persepsi negatif terhadap ikan umumnya berasal dari orang tua atau pengalaman pertama yang tidak menyenangkan, bukan dari anak-anak itu sendiri. Oleh karena itu, intervensi edukatif yang menyenangkan dan berbasis pengalaman langsung sangat direkomendasikan untuk mendorong keterlibatan anak dalam konsumsi dan pengolahan ikan.

4 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, minat makan ikan pada siswa MI Tarbiyatul Banin Plosorejo tergolong cukup baik, dengan mayoritas siswa menyatakan menyukai ikan. Namun, masih terdapat kendala seperti bau amis, duri, dan penyajian yang kurang menarik yang menyebabkan sebagian anak enggan mengonsumsi ikan. Anak-anak lebih menyukai ikan dalam bentuk olahan seperti nugget atau bakso dibandingkan ikan utuh. Sebagian besar keluarga memiliki kebiasaan mengonsumsi ikan secara rutin, dengan frekuensi 3–5 kali per minggu. Jenis ikan yang dikonsumsi lebih banyak berasal dari air tawar oleh orang tua, sementara anak-anak lebih sering mengonsumsi ikan laut. Faktor utama yang memengaruhi konsumsi ikan adalah ketersediaan, kebiasaan memasak, dan preferensi rasa dalam keluarga.

Peran orang tua sangat penting dalam membentuk kebiasaan makan ikan anak, baik melalui penyediaan makanan di rumah maupun edukasi tentang manfaat ikan. Meski sebagian anak telah mendapat informasi gizi dari sekolah atau media, hanya sedikit orang tua yang secara aktif menyampaikan manfaat ikan. Hambatan lain adalah preferensi anak terhadap makanan cepat saji yang dianggap lebih menarik. Sebagian besar orang tua dan siswa sepakat bahwa edukasi dan inovasi penyajian ikan perlu ditingkatkan. Oleh karena itu, program edukasi gizi, pelatihan memasak, serta penyediaan menu ikan yang bervariasi di sekolah menjadi strategi yang relevan. Kesimpulannya, pendekatan terpadu antara keluarga, sekolah, dan masyarakat diperlukan untuk meningkatkan konsumsi ikan sejak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrianto, N. M., & Prasetiyowati, S. H. (2020). Pengaruh Program Gemar Makan Ikan “Germarikan” Terhadap Minat Konsumsi Ikan Masyarakat. *Jurnal Riset Daerah Kabupaten Bantul*, 20(2), 77–84.
- Azrimaidaliza, & Apriliani, A. D. (2022). *Pola Makan dan Gizi Balita*. Universitas Andalas Press.
- Bachrens, I. T. (2018). *Panduan Mendidik Anak Makan Sehat Hidup Sehat*. Kawan Pustaka.
- Busairi, M., Mahreda, E. S., & Sofia, L. A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Preferensi Konsumsi Ikan Anak Usia Sekolah. *EnviroScienteeae*, 18(2), 98–106.
- Departemen Kelautan dan Perikanan. (2023). *Laporan Konsumsi Ikan Nasional*. Jakarta: DKP.
- Dewi, P. F. A., Widarti, I. G. A. A., & Sukraniti, D. P. (2021). Pengetahuan Ibu tentang Ikan dan Pola Konsumsi Ikan pada Balita di Desa Kedongan Kabupaten Badung. *Jurnal Ilmu Gizi*, 7(1), 55–63.
- Fakhrezi, M. A., et al. (2024). Sosialisasi Gemar Makan Ikan kepada Anak-Anak SDN Sungai Kusi di Desa Gunung Manau. *Jurnal Pengabdian Sosial*, 1(7), 44–50.
- Hanindita, M. (2022). *Mommyclopedia: 89 Resep Makanan Anak 2–5 Tahun*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.

- Huda, M., Rahayu, S., & Prasetyo, D. (2021). Faktor yang Memengaruhi Konsumsi Ikan di Masyarakat Perkotaan dan Pedesaan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 16(2), 112-125.
- Nurjanah, S. (2019). Persepsi dan Minat Konsumsi Ikan di Kalangan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pangan*, 5(1), 45-56.
- Rahman, A., Fadilah, R., & Sari, N. (2020). Pengaruh Inovasi Produk Olahan terhadap Konsumsi Ikan pada Anak-Anak. *Jurnal Teknologi Pangan*, 12(3), 78-90.
- Rizakiyah, H., & Anggraeni, A. A. (2021). *Perilaku Konsumsi Ikan Ibu Rumah Tangga Desa Joho 07, Sleman, Yogyakarta*. Fakultas Pertanian, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rotua, M. (2023). *Edukasi Pola Asuh Makan, Asupan Zat Gizi Makro dan Berat Badan pada Balita Wasting*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sari, R. P., Widodo, S., & Hidayat, T. (2021). Manfaat Konsumsi Ikan bagi Kesehatan dan Kecerdasan Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(4), 201-215.
- Setyaningsih, D., Lestari, P., & Hadi, W. (2020). Analisis Minat Konsumsi Ikan pada Anak Sekolah Dasar di Daerah Pedesaan. *Jurnal Agribisnis Perikanan*, 14(1), 33-47.
- Sokip, N., Palupi, N. S., & Suharjo, B. (2021). *Strategi Peningkatan Konsumsi Ikan di Kota Depok, Jawa Barat*. IPB Press.
- Suhardjo. (2021). *Perencanaan Pangan dan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sulistiono, R., Andriani, P., & Nurdin, S. (2018). Asupan Gizi dari Konsumsi Ikan dan Dampaknya terhadap Kesehatan. *Jurnal Gizi Sehat*, 7(2), 98-110.
- Sulistyoningsih, H. (2020). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Graha Ilmu.
- Wahyuni, A., & Prasetyo, B. (2022). Peran Keluarga dalam Meningkatkan Konsumsi Ikan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Gizi*, 10(1), 55-69.
- Wulandari, R. C., & Muniroh, L. (2020). Hubungan tingkat kecukupan gizi, tingkat pengetahuan ibu, dan tinggi badan orangtua dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Tambak Wedi Surabaya. *Amerta Nutr*, 95-100
- Widodo, A. (2021). Pola Konsumsi Ikan di Kalangan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*, 10(2), 145-156.