

Perbedaan Konsumsi Ikan Sebelum dan Sesudah Diberikan Kampanye Gemar Makan Ikan (Gemar Ikan) pada Remaja Putri

Baiq Rani Mayani Pragina^{1*}, Abdul Salam², Irianto³, dan Lalu Khairul Abdi⁴

¹⁻⁴ Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Mataram

Jl. Praburangkasari Dasan Cermen, Sandubaya, Mataram Nusa Tenggara Barat, Indonesia

¹Email : Mayanipragine29@gmail.com

Article Info

Article history:

Received Okt 25th, 2022

Revised Okt 25th, 2022

Accepted Okt 25th, 2022

Keyword:

Kampanye Gemar Ikan;
Konsumsi Ikan; Remaja;

ABSTRACT

Background: Nutritional problems in Indonesia and developing countries in general are still dominated by Protein Energy Deficiency (KEP). Indonesia is the largest archipelagic country in the world, most of which is in the form of water. The abundance of marine wealth has not been used optimally. This is caused by various factors including the low consumption of fish in the community. Based on BPS data in 2017, North Lombok Regency is a Regency that has a low level of fish consumption, one of the villages with a low level of fish consumption is Jambianom Tanjung. Given this problem, it is necessary to make efforts, one of these efforts is to conduct a fish-eating campaign to find out the difference in the frequency of fish consumption for young women in the fishing village of Jambianom Tanjung. Enjoyment is an effort made to motivate people to consume fish regularly in good amounts for health in order to form healthy, intelligent and strong humans.

Objective: The purpose of this study was to determine the difference in fish consumption before and after being given a fish-eating campaign (GEMARIKAN) to young women in the Jambianom fishing village, Tanjung Lombok Utara.

Methods: The method in this research is pre-experiment with one group pretest and posttest design. This research was conducted in March 2022. The population of this study were young women who rarely consumed fish in the fishing village of Jambianom Tanjung who met the inclusion and exclusion criteria. The sampling method uses non-probability technical methods. The sample size in this study was 20 people who were included in the saturated sample. Data analysis used statistical test in the form of Wilcoxon test.

Results: In the variable of differences in fish consumption, the campaign for eating fish with media in the form of Recipe E-Books has proven to be effective, this is indicated by differences in fish consumption in adolescent girls from <1x a week to 3-5x a week with an increase in consumption points/increases the mean intake was 13.8 points (from 8.2±2.4 to 22.0±4.7).

Conclusion: In the variable level of fish consumption, the campaign for eating fish with media in the form of Recipe E-Books has proven to be effective, this is indicated by the difference in the frequency of fish consumption in adolescent girls from <1x a week to 3-5x a week with an increase in consumption points/increases the mean intake was 13.8 points (from 8.2±2.4 to 22.0±4.7)

ABSTRAK

Latar Belakang: Indonesia adalah negara kepulauan terbesar di dunia yang sebagian besar wilayahnya berupa perairan. Melimpahnya kekayaan laut tersebut nyatanya belum dimanfaatkan secara optimal. Hal itu disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya masih rendahnya konsumsi ikan masyarakat. Berdasarkan data BPS tahun 2017, Kabupaten Lombok Utara merupakan Kabupaten yang memiliki tingkat konsumsi ikan rendah, salah satu desa yang tingkat konsumsi ikannya rendah adalah Jambianom Tanjung. Dengan adanya permasalahan ini maka perlu adanya upaya yang dilakukan salah satu upaya tersebut adalah dengan melakukan kampanye gemar makan ikan untuk mengetahui perbedaan frekuensi konsumsi ikan remaja putri di kampung nelayan Jambianom Tanjung. Gemarikan adalah upaya yang dilakukan untuk memotivasi masyarakat agar mengkonsumsi ikan secara teratur dalam jumlah yang baik bagi kesehatan agar terbentuk manusia yang sehat, cerdas dan kuat.

Tujuan: Untuk mengetahui perbedaan konsumsi ikan sebelum dan sesudah diberikan kampanye gemar makan ikan (GEMARIKAN) pada remaja putri di kampung nelayan jambianom Tanjung Lombok Utara

Metode: Metode dalam penelitian ini yaitu pra-exsperimen dengan rancangan one group pretest and posttest design. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2022. Populasi penelitian ini adalah remaja putri yang jarang mengkonsumsi ikan di kampung nelayan Jambianom Tanjung yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Cara pengambilan sampel menggunakan metode teknik non probability. Besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 orang yang termasuk dalam sampel jenuh. Analisis data menggunakan uji statistic berupa uji Wilcoxon.

Hasil : Hasil penelitian pada variabel perbedaan konsumsi ikan, menunjukkan kampanye gemar makan ikan dengan media berupa E-Book Resep terbukti efektif hal ini ditandai dengan adanya perbedaan konsumsi ikan pada remaja putri dari yang semula <1x seminggu menjadi 3-5x seminggu dengan peningkatan point konsumsi/ peningkatan rata-rata asupan sebesar 13.8 point (dari $8.2 \pm 2,4$ menjadi 22.0 ± 4.7).

Simpulan: Pada variabel tingkat konsumsi ikan, kampanye gemar makan ikan dengan media berupa E-Book Resep terbukti efektif hal ini ditandai dengan adanya perbedaan frekuensi konsumsi ikan pada remaja putri dari yang semula <1x seminggu menjadi 3-5x seminggu dengan peningkatan point konsumsi/ peningkatan rata-rata asupan sebesar 13.8 point (dari $8.2 \pm 2,4$ menjadi 22.0 ± 4.7).

Kata Kunci : Kampanye Gemarikan, Konsumsi Ikan, Remaja

PENDAHULUAN

Masalah gizi di Indonesia dan negara berkembang pada umumnya masih di dominasi oleh Kurang Energi Protein (KEP), masalah anemia besi, Gangguan Akibat Kurang Iodium (GAKI), dan masalah Kurang Vitamin A (KVA). Secara umum masalah gizi di Indonesia terutama KEP masih lebih tinggi di banding negara ASEAN lainnya.

Perikanan sebagai salah satu sub sektor pertanian mempunyai kedudukan yang unik dan spesifik dalam Pola Dasar Pembangunan Nasional, yang perlu mendapat perhatian khusus dan dominannya faktor-faktor geografis, hidrografis, serta jenis flora dan fauna perikanan yang sangat beragam. Melimpahnya kekayaan laut tersebut nyatanya belum dimanfaatkan secara optimal. Hal itu disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah belum optimalnya manajemen pemberdayaan potensi kelautan dan perikanan, terbatasnya

teknologi penangkapan dan pengolahan, ketergantungan pada musim, serta relatif masih rendahnya konsumsi ikan masyarakat.

Menurut World Health Organization (WHO), Ikan menyediakan berbagai protein, lemak (asam lemak omega 3), vitamin (vitamin A, vitamin D, vitamin B6, vitamin B12), dan mineral (zat besi, yodium, selenium, seng, dan fluor) yang dibutuhkan oleh tubuh.

Banyaknya manfaat konsumsi ikan ini seharusnya sudah disadari oleh setiap lapisan masyarakat terlebih khusus remaja putri. Perhatian khusus perlu diberikan kepada remaja putri, kebutuhan energi dan zat gizi usia remaja ditunjukkan untuk deposisi jaringan tubuhnya. Total kebutuhan protein dan zat gizi remaja juga lebih tinggi dibandingkan dengan rentan usia sebelum dan sesudahnya. Oleh sebab itu, masa remaja merupakan masa transisi penting pertumbuhan dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja adalah saat terjadinya perubahan-perubahan cepat, sehingga asupan zat gizi remaja harus diperhatikan benar agar dapat tumbuh dengan optimal.

Berdasarkan data BPS tahun 2017, Kabupaten Lombok Utara merupakan Kabupaten yang memiliki tingkat konsumsi ikan rendah, yaitu hanya sebesar 19,23 kg/kapita/tahun (BPS Kabupaten Lombok Utara, 2017).

Berdasarkan survei langsung yang sudah peneliti lakukan di salah satu kampung nelayan yaitu Jambianom Tanjung, ditemukan dari hasil wawancara remaja putri mengatakan bahwa meskipun daerah tempat tinggalnya sebagai penghasil ikan, namun konsumsi ikan remaja maupun masyarakat disana sangat minim, hal ini dikarenakan masyarakat disana mengaku jarang mengkonsumsi ikan karena bosan dan tidak adanya olahan baru dari ikan yang mereka temui, sehingga hal ini juga menjadi alasan dasar dalam mengetahui penyebab minimnya konsumsi ikan masyarakat di kampung nelayan Jambianom Tanjung.

Maka berkaitan dengan hal tersebut, diperlukan metode khusus sebagai pendukung didalam meningkatkan konsumsi ikan remaja putri di antaranya dengan menggunakan metode "Kampanye Gemar Makan Ikan".

Sehingga berdasarkan hasil survei langsung yang sudah di lakukan terkait minimnya konsumsi ikan masyarakat atau remaja putri di kampung nelayan Jambianom Tanjung, menjadi alasan utama bagi peneliti untuk menggunakan metode ini, dengan harapan agar remaja putri di Lombok Utara mengalami perubahan dalam mengkonsumsi ikan. Sehingga dengan adanya kesadaran akan pentingnya konsumsi ikan sebagai sumber protein hewani diharapkan dapat merubah konsumsi dan menambah keterampilan dalam mengolah ikan menjadi variasi makanan yang digemari dikalangan remaja maupun masyarakat luas.

Berdasarkan hal ini, sebagai bentuk aplikasi ilmu yang didapat di bangku kuliah pendidikan program Sarjana Terapan Gizi Politeknik Kesehatan Mataram. Maka peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul Skripsi yaitu "Perbedaan Konsumsi Ikan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Kampanye Gemar Makan Ikan (GEMARIKAN) Pada Remaja Putri Di Kampung Nelayan Jambianom Tanjung Lombok Utara".

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang di gunakan adalah desain *pre experimental* (tidak ada variabel kontrol) dengan rancangan *one group pretest-posttest*, sedangkan menurut waktu penelitian, penelitian ini termasuk penelitian *cross sectional* dengan rancangan *one group pretest-posttest* terdiri dari tiga langkah, yaitu memberikan sebuah *pretest* yang mengukur variabel dependent, melakukan perlakuan eksperimen X pada subjek dan memberikan sebuah *posttest* kembali untuk mengukur variabel dependen. Pada tahap awal peneliti melakukan (*pretest*), kemudian setelah diberikan perlakuan dilakukan pengukuran kembali (*posttest*) untuk mengetahui akibat dari perlakuan itu, sehingga besar efek dari eksperimen yang peneliti lakukan dapat diketahui dengan pasti (Notoatmodjo, 2012).

Penelitian ini telah dilaksanakan di Jambianom Tanjung Kabupaten Lombok utara. karena berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kabupaten Lombok Utara di temukan masyarakat yang bermata pencaharian sebagai nelayan paling tinggi berada di Jambianom Tanjung dan dengan tingkat konsumsi ikan masyarakatnya yang tergolong rendah. sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *sampel jenuh* dengan melibatkan seluruh remaja putri yang termasuk kedalam kriteria dengan jumlah 20 orang, di kampung nelayan Jambianom Tanjung.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Karakteristik Subjek Penelitian

Jenis Kelamin

Remaja putri menurut jenis kelamin dalam penelitian ini sejumlah 100% berjenis kelamin perempuan yakni sebanyak 20 orang.

Umur

Pada karakteristik umur remaja putri, terdapat jumlah yang sama antara usia remaja putri dalam kategori remaja tengah (*middle adolescence*) yaitu mulai dari 14-16 tahun sebanyak 10 orang (50%) dan remaja akhir mulai dari usia 17-20 tahun sebanyak 10 orang (50%).

Frekuensi Asupan Konsumsi Ikan Remaja Putri

Frekuensi konsumsi ikan remaja putri sebelum dilakukan intervensi berupa tutorial gemar makan ikan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Konsumsi Ikan Remaja Putri Sebelum Diberikan Intervensi

No	Kategori	n	%
1	Jarang	7	35
2	Kadang-kadang	13	65
	Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel di atas, diketahui frekuensi konsumsi ikan remaja putri sebelum dilakukan intervensi berada dalam 2 kategori yaitu jarang dan kadang-kadang sehingga diketahui bahwa kategori jarang dimiliki oleh 7 orang responden dengan presentase (35%) dan kategori kadang-kadang 13 orang responden dengan presentase (65%), sehingga dari kedua kategori tersebut maka didapatkan bahwa remaja putri di kampung nelayan Jambianom memang terbukti jarang mengkonsumsi ikan jika dilihat dari nilai presentase dan kategori konsumsi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Konsumsi Ikan Remaja Putri Sesudah Diberikan Intervensi

No	Kategori	n	%
1	Biasa	6	30
2	Sering	14	70
	Jumlah	20	100

Berdasarkan kedua kategori ini ditemukan adanya perbedaan konsumsi ikan remaja paling banyak pada kategori sering dengan jumlah 14 orang atau dengan persentase 70%, dan yang kedua berada pada kategori biasa dengan jumlah remaja putri yang biasa mengkonsumsi ikan yaitu 6 orang atau dengan persentase 30%.

Tabel 3. Hasil Analisis Statistik Perbedaan Konsumsi Ikan Pada Remaja Putri Dengan Kampanye Gemar Makan Ikan Sebelum Dan Sesudah Intervensi

Asupan Konsumsi Ikan	Pretest	Posttest	Selisih
Rata-rata	8.2	22.0	13.8
Minimum	5.0	15.0	10
Maksimum	10.0	25.0	15
St. Deviasi	2.4	4.7	2.3

Pada tabel di atas terlihat bahwa hasil pretest dan posttest kampanye gemar makan ikan terhadap perbedaan frekuensi konsumsi ikan remaja putri terjadi peningkatan rata-rata asupan sebesar 13.8 point (dari 8.2 ± 2.4 menjadi 22.0 ± 4.7). Sehingga dapat diketahui bahwa penggunaan metode kampanye gemar makan ikan terbukti mengalami perbedaan frekuensi konsumsi pada remaja putri.

Tabel 4. Uji Wilcoxon Signed Rank Test Pada Pengaruh Kampanye Gemar Makan Ikan Terhadap Frekuensi Konsumsi Ikan Remaja Putri

Tingkat Konsumsi Ikan	n	Mean Ranks	Asymp Sig (2 tailed)
Posttest Negative Ranks	0	.00	-3.973
Tes Positive Ranks	20	10.50	.000

Berdasarkan hasil Wilcoxon Signed Rank Test, maka nilai Z yang diperoleh sebesar -3.973 dengan p value (Asymp sig 2 tailed) yaitu 0.00 atau $p < 0.05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga ada perbedaan yang signifikan antara frekuensi konsumsi ikan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan

kampanye gemar makan ikan. Sehingga berdasarkan hasil Uji Wilcoxon ini, disimpulkan ada pengaruh kampanye gemar makan ikan terhadap perbedaan frekuensi konsumsi ikan pada remaja putri di Jambianom Tanjung.

Tingkat Pengetahuan Remaja Putri

Tabel 5. Distribusi Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Diberikan Kampanye Gemar Makan Ikan

No	Kategori	n	%
1.	Baik	3	15
2.	Sedang	13	65
3.	Kurang	4	20
	Jumlah	20	100

Berdasarkan table diatas, diketahui presentase pengetahuan remaja putri sebelum diberikan intervensi paling tinggi berada dalam kategori sedang dengan jumlah 13 orang yaitu 65%, kemudian yang kedua berada dalam kategori kurang berjumlah 4 orang dengan presentase 20%.

Tabel 6. Distribusi Pengetahuan Remaja Putri Sesudah Diberikan Tutorial Gemar Makan Ikan

No	Kategori	n	%
1	Baik	20	100
	Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel 13. diatas diketahui bahwa setelah diberikan intervensi, secara keseluruhan pengetahuan remaja putri mengalami peningkatan, dari yang semula terdapat 13 orang yang memiliki pengetahuan sedang dan 4 orang yang memiliki pengetahuan kurang, kini keseluruhan 20 orang sampel memiliki pengetahuan pada kategori baik.

Tabel 7. Distribusi Wilcoxon Signed Rank Test Pada Pengaruh Kampanye Gemar Makan Ikan Terhadap peningkatan Pengetahuan Remaja Putri

Tingkat Pengetahuan Remati	n	Mean Ranks	Asymp Sig (2 tailed)
Posttest Negative Ranks	0	.00	-3.944
Tes Positive Ranks	20	10.50	.000

Berdasarkan hasil Wilcoxon Signed Rank Test, maka nilai Z yang diperoleh sebesar -3.944 dengan p value (Asymp sig 2 tailed) yaitu 0.00 atau $p < 0.05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, jadi ada perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan tutorial gemar makan ikan. Sehingga berdasarkan hasil Uji Wilcoxon ini, ditemukan ada pengaruh kampanye gemar makan ikan terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja putri di Jambianom Tanjung.

PEMBAHASAN

Pada dasarnya perubahan perilaku atau kebiasaan setiap individu merupakan bagian yang sangat sulit. Kampanye gemar makan ikan yang dilakukan dengan cara mengkreasikan pengolahan ikan, bertujuan untuk memberikan jalan keluar bagi permasalahan remaja tentang rendahnya konsumsi ikan remaja putri di kampung nelayan Jambianom Tanjung. Seperti yang sudah diketahui bahwa masa remaja merupakan masa dimana kebutuhan gizinya amat penting diperhatikan karena merupakan masa transisi antara anak-anak dan dewasa. Gizi Seimbang pada masa ini akan sangat menentukan kematangan mereka dimasa depan. Perhatian khusus perlu diberikan kepada remaja perempuan agar status gizi dan kesehatan yang optimal dapat dicapai. Alasannya adalah remaja perempuan akan menjadi seorang ibu yang akan melahirkan generasi penerus yang lebih baik. Kebutuhan energi dan zat gizi usia remaja ditunjukkan untuk deposisi jaringan tubuhnya. Total kebutuhan protein dan zat gizi remaja juga lebih tinggi dibandingkan dengan rentan usia sebelum dan sesudahnya. oleh sebab itu, masa remaja merupakan masa transisi penting pertumbuhan dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja adalah saat terjadinya perubahan-perubahan cepat, sehingga asupan zat gizi remaja harus diperhatikan benar agar dapat tumbuh optimal.

Ikan merupakan sumber protein hewani dan menjadi salah satu alternatif makanan yang sangat sehat dan berkualitas bagi tubuh manusia yang memakannya. Sebagai bahan pangan, kedudukan ikan menjadi sangat penting karena ikan merupakan sumber protein hewani yang potensial dan nilai biologisnya mencapai 90%, dengan jaringan pengikatnya sedikit sehingga mudah dicerna. Peneliti memilih untuk melakukan penelitian ini dikarenakan Daerah tempat tinggal peneliti dekat dengan Desa Jambianom, Sehingga melihat adanya permasalahan yang dialami remaja putri di sana membuat peneliti ingin mencari tau dan memberikan hal yang bisa berguna untuk mengatasi permasalahan tersebut khususnya peningkatan konsumsi remaja putri karena bagaimanapun juga, pembangunan Daerah ditentukan oleh kualitas masyarakatnya, terlebih lagi putra putri Lombok Utara. Peneliti melaksanakan penelitian pada tanggal 20-30 maret 2022. Langkah awal yang peneliti lakukan adalah melakukan kampanye gemar makan ikan, alasan peneliti melakukan kampanye gemar makan ikan adalah untuk memberikan pemahaman sekaligus mengajak remaja putri untuk mengetahui manfaat yang ditimbulkan bila mengkonsumsi ikan, kampanye ini peneliti lakukan selama 3 hari. Pada hari pertama peneliti memberikan penjelasan tentang kandungan gizi ikan, kemudian pada hari kedua dan ketiga peneliti memberikan kampanye tentang olahan ikan.

Frekuensi konsumsi ikan remaja putri sebelum diberikan intervensi kampanye gemar makan ikan didapatkan berdasarkan hasil pretest pengukuran dengan FFQ yang dimana kategori penilaian food frequency ini diberikan apabila waktu konsumsi ikan remaja putri 1x sehari maka kategori yang diberikan adalah (sering sekali dikonsumsi, dan diberikan nilai 50). Apabila waktu konsumsi ikan remaja putri 4-6x seminggu, maka kategori yang diberikan adalah (sering dikonsumsi, dengan diberikan nilai 25). Apabila waktu konsumsi ikan remaja putri 3x seminggu, maka kategori yang diberikan adalah (biasa dikonsumsi, dengan nilai 15). Apabila waktu konsumsi ikan remaja putri <3x seminggu maka kategori yang diberikan adalah (kadang-kadang dikonsumsi dengan diberikan nilai 10). Apabila waktu konsumsi ikan remaja putri <1x seminggu, maka kategori yang diberikan adalah (jarang dikonsumsi dengan diberikan nilai 5). Sehingga berdasarkan nilai frekuensi konsumsi ikan remaja putri sebelum diberikan intervensi (pretets), berada dalam 2 kategori yaitu kategori jarang dan kategori kadang-kadang. Kategori jarang dimiliki oleh 7 orang responden dengan tingkat konsumsi ikan <1x seminggu, sehingga persentase tingkat konsumsi ikan sebelum diberikan intervensi yaitu 35 dari total 20 orang sampel. Kategori kedua dalam frekuensi konsumsi ikan remaja putri berada dalam kategori kadang-kadang, dimana kategori ini diberikan apabila tingkat konsumsi ikan remaja putri <3x seminggu, sehingga berdasarkan hasil pretest jumlah remaja putri yang berada dalam kategori ini sebanyak 13 orang dengan persentase 65 dari total 20 orang sampel.

Dari kedua kategori tersebut, didapatkan bahwa remaja putri di kampung nelayan jambianom paling banyak/tinggi berada dalam kategori kadang-kadang, kemudian kategori jarang. Sehingga dengan adanya data ini dapat membuktikan remaja putri memang jarang mengkonsumsi ikan jika dilihat dari nilai persentase dan kategori konsumsi. Jarangnya remaja putri mengkonsumsi ikan sangat berbanding terbalik dengan keadaan tempatnya tinggal yang berperan sebagai sumber penghasil ikan. Sehingga dengan adanya permasalahan ini, maka peneliti melakukan metode berupa kampanye gemar makan ikan dengan cara mengolah ikan menjadi beberapa makanan yang berbeda dan di gemari oleh remaja. Adapun beberapa olahan yang peneliti tutorialkan di antaranya bakso ikan, nugget ikan, basreng daun jeruk, dan dimsum ikan. Pada saat peneliti membuat olahan ikan ini, terlihat bahwa remaja putri menyukai hasil olahan ikan yang dibuat, hal ini dibuktikan dengan antusiasnya remaja putri ikut terlibat dalam pembuatannya dan keinginannya untuk memakan hasil olahan tersebut. Adapun media yang peneliti gunakan berupa E-book resep, tujuan diberikannya E-book resep pada masing-masing individu remaja adalah untuk memudahkan dalam mencoba resep yang sudah diberikan jika hendak akan dicoba dirumah. Sehingga pada saat penelitian berlangsung remaja putri melakukan pengolahan ikan dengan melihat resep yang sudah tertera dalam E-book resep tersebut. E-book resep adalah publikasi buku yang tersedia dengan wujud digital, yang dimana di dalamnya terdiri dari gambar, teks, atau bahkan keduanya. Kelebihan dan hal yang menarik dari media ini adalah bisa di buka/akses melalui smartphone. Hal ini tentunya sangat sesuai dengan perkembangan zaman yang dimana ketertarikan setiap orang lebih dominan pada barang elektronik berupa hp. Mudahnya mengakses suatu informasi melalui handphone menjadi peluang besar bagi peneliti dalam menentukan keberhasilan penelitian ini. Sehingga dengan adanya E-book resep peneliti bertujuan untuk memudahkan remaja putri dalam mencari resep kreasi makanan dari ikan yang mungkin saja ingin mereka olah dan berikan kepada keluarganya.

Setelah melakukan intervensi kegiatan didapatkan hasil yang menarik setelah dilakukan intervensi (posttest) kepada remaja mengenai frekuensi konsumsi remati tersebut. Karena berdasarkan hasil tabel silang frekuensi konsumsi ikan remaja putri setelah dilaksanakan kampanye gemar makan ikan, dapat diketahui bahwa frekuensi konsumsi ikan remaja putri berada dalam 2 kategori yaitu kategori biasa dan kategori sering dimana berdasarkan kedua kategori ini ditemukan adanya peningkatan konsumsi ikan remaja paling banyak pada kategori sering dengan jumlah 14 orang atau dengan persentase 70, dan yang kedua berada pada kategori biasa dengan jumlah remaja putri yang biasa mengkonsumsi ikan yaitu 6 orang atau dengan

persentase 30 . Sehingga dari kedua kategori tersebut maka didapatkan bahwa remaja putri di kampung nelayan Jambianom mengalami perubahan kategori konsumsi dari semula jarang dan kadang-kadang, beralih menjadi sering dan biasa. Perubahan ini didapatkan dari hasil kampanye gemar mnakan ikan, karena pada saat kegiatan berjalan peneliti dapat melihat secara langsung antusias dan banyaknya remaja putri yang mengatakan bahwa hasil olahan ikan yang di makan enak dan memberikan rasa ketagihan saat mengkonsumsinya. Maka dapat disimpulkan kampanye gemar makan ikan memang terbukti memiliki pengaruh untuk mengetahui perbedaan frekuensi konsumsi ikan remaja putri di kampung nelayan tersebut jika dilihat dari nilai presentase dan kategori konsumsi.

Guna mengetahui lebih jelas frekuensi konsumsi ikan remaja putri sebelum maupun setelah diberikan kampanye gemar makan ikan dapat dilihat dari hasil analisis statistik yang sudah peneliti lakukan yaitu dari hasil analisis tersebut, terlihat bahwa hasil pretest dan posttest tutorial gemar makan ikan terhadap frekuensi kosumsi ikan remaja putri terjadi peningkatan rata-rata asupan sebesar 13.8 point (dari 8.2 ± 2.4 menjadi 22.0 ± 4.7). Meningkatnya rata-rata asupan ini dikarenakan pada saat penelitian berlangsung remaja putri sudah mulai terlihat menyukai hasil olahan ikan yang peneliti berikan, sehingga tentunya ini mempengaruhi frekuensi konsumsi ikan remaja putri tersebut. Jika di hitung, selama minggu penelitian berlangsung diketahui bahwa remaja putri sudah 4x mengkonsumsi hasil olahan ikan yang peneliti berikan dan apabila konsumsi ikan individu 4-6x seminggu maka itu tergolong sering dikonsumsi. Sehingga dengan adanya hasil ini, dapat diketahui bahwa penggunaan metode kampanye gemar makan ikan terbukti mengalami perbedaan frekuensi konsumsi pada remaja putri. Selain itu, berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test, ditemukan nilai Z yang diperoleh sebesar -3.973 dengan p value (Asymp sig 2 tailed) yaitu 0.00 atau $p < 0.05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga ada perbedaan yang signifikan antara tingkat konsumsi ikan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan kampanye gemar makan ikan. Sehingga berdasarkan hasil Uji Wilcoxon ini, ditemukan ada pengaruh kampanye gemar makan ikan terhadap perbedaan frekuensi konsumsi ikan pada remaja putri di kampung nelayan Jambianom Tanjung. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gunawan (2020), tentang penggunaan metode Kampanye Gemar Makan Ikan sebagai pendukung konsumsi ikan pada remaja putri dinilai efektif. Selain itu juga, dengan adanya kampanye tersebut membuktikan bahwa pemahaman remaja putri baik itu mengenai materi seputaran ikan maupun dalam mengolah ikan menjadi berbagai macam produk baru yang menarik lebih cepat diterima, sehingga dengan adanya bentuk baru akan variasi pengolahan ikan menimbulkan pola konsumsi yang lebih sering dari biasanya (Gunawan et al., 2020).

Pada saat penelitian ini berjalan, peneliti menemukan masalah yang juga dapat menjadi alasan rendahnya konsumsi ikan remaja putri di kampung ini, yaitu bersamaan dengan kurangnya pengetahuan dan keterampilan remaja dalam mengkreasikan ikan. Remaja di kampung tersebut cenderung bosan dengan olahan ikan yang hanya dijadikan lauk saja karena mengingat masa remaja adalah masa berkreasi, masa meniru, dan masa yang cenderung menyukai hal baru, maka inovasi akan olahan ikan ini menjadi hal yang mampu unggul dan populer di kalangan remaja. Pengetahuan ini merupakan keadaan yang di alami atau diperoleh seseorang melalui pengalaman atau pembelajaran yang dapat memberikan manfaat untuk orang tersebut. Pengetahuan kognitif sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang karena perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Notoadmojo, 2012).

Sehingga dalam penelitian ini juga, peneliti mencoba mencari tau hubungan tingkat pengetahuan dan minimnya konsumsi ikan remaja disana. Maka oleh sebab itu, peneliti memberikan kuesioner pengetahuan untuk mengukur sejauh mana pengetahuan remaja tentang ikan. Dari hasil yang diperoleh dalam penelitian pengaruh tutorial gemar makan ikan, menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi (pretest) paling banyak berada dalam kategori kurang yaitu sebanyak 13 orang dari total 20 responden artinya presentase responden yang berpengatahuan kurang yaitu sebanyak 65% dengan rata-rata skor jawaban pengetahuan hanya 35-40 point yang artinya hanya 7-8 pertanyaan yang bisa dijawab dari total 15 pertanyaan yang diberikan. Berdasarkan persentase angket pretets yang telah diisi oleh remaja putri, kesalahan yang paling banyak berada pada pertanyaan nomer 2 dan nomer 6 yaitu tentang kenapa daging ikan lebih cepat mengalami pembusukan dibandingkan daging yang lainnya, dan sumber vitamin yang terdapat dalam ikan, dimana menurut peneliti banyaknya kesalahan pada jawaban ini terjadi karena setiap responden memiliki persepsi dan pemahaman yang berbeda, ketidak tahuan juga menjadi alasan utama banyaknya remaja putri yang salah dalam menjawab kuesioner pretest penelitian yang diberikan. Setelah diberikan intervensi, hasil (posttest) pengetahuan remaja putri mengalami peningkatan hal ini dibuktikan dengan berubahnya kategori pengetahuan yang semula kurang dan sedang menjadi baik dengan total jumlah responden 20 orang yang artinya 100% jawaban yang diberikan berhasil masuk kedalam kategori baik. Terjadi peningkatan pengetahuan ini tentu menjadi hal yang menarik, dimana yang semula pengetahuan kurang rospenden berada pada persentase 65% berubah menjadi baik dengan persentase 100% pada responden yang diberikan penyuluhan dengan metode kampanye. Sehingga dapat dikatakan dengan rata-rata

peningkatan point sebanyak 35 yang artinya terdapat peningkatan point sebanyak 40 point yang bilamana digabungkan antara keduanya maka perolehan point nya berkisar antara 70-75 point dari total keseluruhan pertanyaan sebanyak 15 soal. Dari hasil ini dapat dijelaskan bahwa penelitian terhadap pengetahuan remaja putri dengan memberikan intervensi berupa penyuluhan dengan metode kampanye yang dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan dalam kurun waktu penelitian 2 minggu mampu memberikan peningkatan pengetahuan sebesar 35%. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dodik Briawan dkk mengenai efektifitas penggunaan metode kampanye terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap terbukti efektif untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai materi yang diajarkan (Dodik Briawan, 2020).

Peningkatan rata-rata pengetahuan remaja putri dari hasil analisis uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, ditemukan bahwa nilai Z yang diperoleh sebesar -3.944 dengan p value (Asymp sig 2 tailed) yang merupakan pengujian nilai probability 0.00 atau $p < 0.05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga ada perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan tutorial gemar makan ikan. Sehingga berdasarkan hasil Uji Wilcoxon ini, ditemukan ada pengaruh pengetahuan terhadap tingkat konsumsi ikan remaja putri dengan menggunakan metode tutorial gemar makan ikan berupa kampanye GEMARIKAN.

KESIMPULAN

Pada variabel tingkat konsumsi ikan, kampanye gemar makan ikan dengan media berupa E-Book Resep terbukti efektif hal ini ditandai dengan adanya perbedaan frekuensi konsumsi ikan pada remaja putri dari yang semula <1x seminggu menjadi 3-5x seminggu dengan peningkatan point konsumsi/ peningkatan rata-rata asupan sebesar 13.8 point (dari $8.2 \pm 2,4$ menjadi 22.0 ± 4.7).

Pada variabel pengetahuan, terjadi peningkatan pengetahuan sebanyak 35% yang apabila di gabungkan antara keduanya maka perolehan point nya berkisar antara 70-75 point dari total keseluruhan pertanyaan sebanyak 15 soal. Artinya penggunaan metode kampanye dengan media poster efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri di kampung nelayan Jambianom.

SARAN

Penelitian lebih lanjut masih diperlukan untuk mengetahui pengaruh kampanye gemar makan ikan terhadap perbedaan frekuensi konsumsi ikan dengan jumlah sampel yang lebih banyak atau dilakukan dengan pusat penelitian yang lebih luas dengan desain yang berbeda dan teknik pengambilan sampel yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik Kabupaten Lombok Utara. (2015). *Jumlah Laporan Nelayan Di Kabupaten Lombok Utara 2015*.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005:849). Pengertian Pengaruh Secara Umum.

Angka Kecukupan Gizi (2019).

Basuki, K. (2019). 濟無 No Title No Title. ISSN 2502-3632 (Online) ISSN 2356-0304 (Paper) *Jurnal Online Internasional & Nasional Vol. 7 No.1, Januari – Juni 2019 Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta*, 53(9), 1689–1699.

Djunaidah, I. S. (2020). Tingkat Konsumsi Ikan di Indonesia: Ironi di Negeri Bahari. *Jurnal Penyuluhan Perikanan Dan Kelautan*, 11(1), 12–24. <https://doi.org/10.33378/jppik.v11i1.82>

Elviana, S., Sunarni, S., Ekowati, N. Y., & Saiya, H. V. (2021). Pengolahan Produk Ikan Dan Pemberdayaan Kelompok Masyarakat. *Jurnal Marine Kreatif*, 4(1), 33–38. <https://doi.org/10.35308/jmk.v4i1.2455>

Gunawan, M., Kuntjara, A. P., Sutanto, R. P., & Timur, J. (2020). Perancangan Board Game Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (Gemarikan) untuk Anak Usia 6–10 Tahun. *Jurnal DKV Adiwarna*, 1, 1–10.

HARTINI, I. S. S., & Dra.Ec.INDRARINI, DG, M. (2020). *Laporan akhir pengabdian pada masyarakat olahan ikan tongkol dalam bentuk abon ikan di kecamatan candi kabupaten sidoarjo*. 0025035901.

Hatta, U. B. (2018). *Analisis Faktor - Faktor yang mempengaruhi Konsumsi Ikan di Kecamatan Padang Utara, Kota Padang*. 1.

- Lumbessy, S. Y., Cokrowati, N., Diniarti, N., Setyowati, D. N., & Waspodo, S. (2021). Peningkatan Kesadaran Mengkonsumsi Ikan Di Desa Batu Nampar, Kecamatan Jerowaru, Lombok Timur. *Indonesian Journal of Fisheries Community Empowerment*, 1(2), 165–170. <https://doi.org/10.29303/jppi.v1i2.186>
- Mokoginta, F. S., Budiarmo, F., & Manampiring, A. E. (2021). Gambaran pola asupan makanan pada remaja di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *Jurnal E-Biomedik*, 4(2). <https://doi.org/10.35790/ebm.4.2.2016.14618>
- Nurul, N., Qariati, I., Jalpi, A., Masyarakat, K., Masyarakat, F. K., Kalimantan, U. I., Arsyad, M., Banjari, A., Masyarakat, K., Masyarakat, F. K., Kalimantan, U. I., Arsyad, M., Banjari, A., Masyarakat, K., Masyarakat, F. K., Kalimantan, U. I., Arsyad, M., & Banjari, A. (2020). *HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MAN 1 BANJARMASIN TAHUN 2020 Nurhayati1. 2.*
- Pratisti, C. (2020). Model konsumsi ikan pada konsumen muda (studi di Yogyakarta). *Jurnal Riset Ekonomi Manajemen (REKOMEN)*, 1(1), 2.
- Rizakiyah, H. (2020). *Program Studi Pendidikan Teknik Boga.*
- SAFITRI, D., R. W. Y., IRMAWATY, I., & HAMBALI, H. (2020). Pendampingan Dan Pelatihan Diversifikasi Pengolahan Ikan Bagi Ibu-Ibu Nelayan Di Pulau Sembilan Kabupaten Sinjai. *Biosel: Biology Science and Education*, 8(2), 122. <https://doi.org/10.33477/bs.v8i2.1140>
- Tauhidarahmi, D. (2019). Pengaruh Penyuluhan dengan Pemberian Booklet Terhadap Asupan Zat Besi, Vitamin C, dan Protein dengan Kejadian Anemia Padam Remaja Putri Di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam. In *Duke Law Journal* (Vol. 1, Issue 1).
- Tambunan, R. Y. (2021). *Program Studi SI Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat.*
- Puspita Sari. (2020). Indonesia Sebagai Negara Maritim, Kenapa Masih Ada Nelayan Yang Mengalami Kemiskinan? 2.
- Makdis, N. (2020). Penggunaan e-book pad era digital. *Al-Maktabah*, 19, 77–84. <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/al-maktabah/article/download/21058/8876>