JOURNAL OF MARITIME EMPOWERMENT
VOLUME 7 NO 3 EDISI KHUSUS
TAHUN 2025
ISSN 2656-9981 (online)
https://ojs.umrah.ac.id/index.php/jme

SOSIALISASI POTENSI SUMBER DAYA PESISIR DAN LAUT SEBAGAI MAKANAN SEHAT PADA SISWA SD NEGERI 005 TELUK SEBONG DESA PENGUDANG KABUPATEN BINTAN

Socialization of the Potential of Coastal and Marine Resources as Healthy Food for Students of SDN 005 Teluk Sebong, Pengudang Village, Bintan Regency

Rika Anggraini[1], Sri Novalina Amrizal[1*], Haidawati[1], Sallu Ardiyanti[1], Silvia Mona[2], Cevy Amelia[2], Ratna Dewi Silalahi[2], Stefanny Angelica Aritonang[2]

[1)] Universitas Maritim Raja Ali Haji, Kota Tanjungpinang, Provinsi Kepulauan Riau
[2)] Universitas Batam, Kota Batam, Provinsi Kepulauan Riau

*Korespondensi : srinovalinaa@umrah.ac.id

ABSTRAK

Wilayah pesisir Desa Pengudang memiliki kekayaan hayati laut yang melimpah, seperti ikan, kerang, rumput laut, dan hasil laut lainnya yang memiliki nilai gizi tinggi dan berperan penting dalam mendukung pola makan sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa SD Negeri 005 Teluk Sebong, Desa Pengudang, Kabupaten Bintan terhadap potensi sumber daya pesisir dan laut sebagai makanan sehat. Melalui metode sosialisasi interaktif, presentasi visual, dan permainan edukatif, kegiatan ini memberikan pemahaman kepada siswa mengenai jenis-jenis sumber daya laut, manfaat gizinya, serta pentingnya menjaga kelestarian lingkungan laut. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap pentingnya konsumsi makanan laut serta kesadaran menjaga ekosistem pesisir. Pengabdian ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membentuk pola pikir dan perilaku generasi muda yang peduli terhadap pemanfaatan sumber daya lokal secara bijak dan berkelanjutan.

Kata Kunci: Sosialisasi, Desa Pengudang, Makanan Sehat, Sumberdaya Laut

ABSTRACT

This community service activity aims to increase the knowledge and awareness of students at SD Negeri 005 Teluk Sebong, Pengudang Village, Bintan Regency, regarding the potential of coastal and marine resources as healthy food. The coastal area of Pengudang Village is rich in marine biodiversity, such as fish, shellfish, seaweed, and other marine products that have high nutritional value and play an important role in supporting a healthy diet. Through interactive socialization, visual presentations, and educational games, this activity provides students with an understanding of various types of marine resources, their nutritional benefits, as well as the importance of preserving the marine environment. The results of the activity showed an increase in students' understanding of the importance of consuming seafood and their awareness of maintaining coastal ecosystems. This community service is expected to be an initial step in shaping the mindset and behavior of the younger generation to care about the wise and sustainable use of local resources.

Keywords: Socialization, Pengudang Village, Healthy Food, Marine Resources

PENDAHULUAN

Indonesia sebagai negara maritim memiliki potensi sumber daya pesisir dan laut yang sangat melimpah sebagai sumber makanan bergizi (Ardilla *et al.*, 2024). Sumber daya laut, khususnya ikan merupakan salahsatu sumber protein hewani berkualitas tinggi yang mudah diperoleh di wilayah pesisir (Muchtar *et al.*, 2023). Ikan mengandung nutrisi berkualitas, baik makronutrien maupun mikronutrien, tremasuk protein, asam lemak omega-3, vitamin, dan mineral yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak (Pemungkas *et al.*, 2024). Selian ikan, sumber daya laut lainnya seperti kekerangan udang dan kepiting emiliki kandungan protein yang tinggi. Bahkan tumbuhan laut seperti anggur laut, rumput laut dan mangrove apat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi untuk serat.

Ekosistem pesisir menunjukkan kontribusi signifikan terhadap mata pencaharian masyraakat dan ekonimi daerah, dengan indeks kesehtaan laut sebagai sumber makanan yang tinggi (Joesidawati & Suwarsih, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa sumber daya pesisir dan laut memiliki peran penting dalam mendukung ketahanan pangan dan kesejahteraan masyrakat pesisir. Meskipun memilki potensi sumber daya laut yang melimpah, masyarakat pesisir Indonesia mash menghadapi berbagai tantangan dalam pemanfaatannya. Malnutrisi di wilayah pesisir merupakan masalah sosial dan kesehatan yang tersebar luar dengan dampak negatif potensial terrhadap pertumbuhan, termasuk perkembangan otak dan kecerdasan (Ratnawati *et al.,* 2019).

Masyarakat pesisir banyak yang tidak menyadari manfaat nutrisi dari bahan-bahan lokal yang tersedia (Ardilla *et al.*, 2024). Kondisi ibu rumah tangga pesisir yang kurang informasi tentang kandungan nutrisi ikan, hasil laut serta manfaatnya bagi tubuh. Hal ini yang menjadi latar belakang perlunya kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM). Konsumsi ikan dan hasil laut di Indonesia masih sangat rendah, disebabkan oleh kurangnya kesadaran masyarakat tentang nutrisi dan manfaatnya, terutama untuk anak-anak (Pemungkas *et al.*, 2024).

Penelitian menunjukkan bahwa program pendidikan gizi yang intensif dapat memberikan hasil yang signifikan. Kegiatan PKM menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta sebesar 50% setelah mengikuti program edukasi tentang kandungan nutrisi dan manfaat ikan (Muchtar *et al.*, 2023). Program edukasi gizi juga terbukti efektif meningkatkan konsumsi ikan dan hasil laut lainnya pada anak sekolah di Indonesia melalui pendekatan berbasis prilaku (Mahmudiano *et al.*, 2020). Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang sangat penting untuk mendapatkan pendiidkan gisi karena dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat (Effendy *et al.*, 2023). Implementasi program pendidikan gizi disekolah dasar terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan prilaku makan sehat siswa (Siddik *et al.*, 2024).

Kabupaten Bintan sebgai bagian dari Provinsi kepulauan Riau memiliki potensi sumber daya pesisir dan laut yang sangat besar. Wilayah kepulauan ini kaya alam berbagai jenis ikan, kerang, udang, dan hasil laut lainnya yang dapat dimanfaatkan sebagai sumber makanan bergizi bagimasyarakat lokal. Desa pengudang, kecmatan Teluk Sebong, merupakan salah satu desa pesisir di Kabupaten Bintan yang sebagian besar masyarakat nelayan. Meskipun memiliki akses langsung terhadap sumber daya laut, kesadaran masyarakat tentang pemanfaatan optimal sumber daya tersebut untuk pemenuhan gizi keluarga masih perlu ditingkatkan.

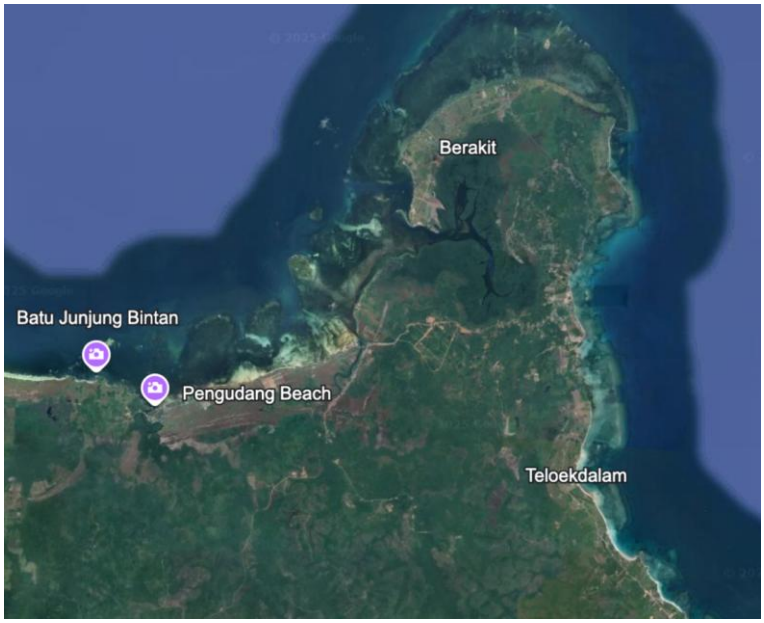
SD Negeri 005 Teluk Sebong sebagai lembaga pendidikan di wilayah pesisir memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi kepada siswa, tetapi juga pada kelurga dan masyarakat sekitar. Berdasarkan kondisi dan potensi yang ada, Program sosialisasi sumber daya pesisir dan

laut sebagai makanan sehat di SD Negeri 05 Teluk Sebong menjadi sangat relevan dan strategis untuk dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan kesadaran gizi dan kesehatan masyarakat pesisir. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa SDN 005 Teluk Sebong, Desa Pengudang, Kabupaten Bintan terhadap potensi sumber daya pesisir dan laut sebagai makanan sehat.

METODE

Waktu dan Tempat

Kegiatan dilaksanakan selama 1 bulan, dimulai pada tanggal 27 Mei hingga 27 Juni 2025 di Desa Pengudang, Kecamatan Teluk Sebong, Kabupaten Bintan, Provinsi Kepulauan Riau (Gambar 1).



Gambar 1. Posisi Desa Pengudang (Google Earth, 2025)

Prosedur Pelaksanaan dan Analisis Data

Pelaksanaan kegiatan PKM menggunakan metode ceramah dan dilanjutkan dengan diskusi. Pemaparan materi sosialisasi diberikan dalam bentuk ceramah dengan bantuan media power Point. Siswa SD Negeri 005 Teluk Sebong sebanyak 30 siswa diberikan kuesioner sebelum dan sesudah pemaparan, yang terdiri dari 10 pertanyaan yang berkaitan pengetahuan dan perilaku/ sikap. Selanjutnya kuesioner tersebut akan dianalisis menggunakan *software* Microsoft Excel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi Potensi Sumber Daya Peisir Dan Laut Sebagai Makanan Sehat Pada Siswa SD Negeri 005 Teluk Sebong Desa Pengudang Kabupaten Bintan pada tanggal 27 Mei 2025 yang berkolaborasi antar Universitas Maritim Raja Ali Haji (UMRAH) dengan Universitas Batam (UNIBA). Kegiatan diawali dengan pembukaan dan dilanjutkan dengan kegiatan inti yaitu sosialisasi pada tema bersama yaitu "Optimalisasi Potensi Sumber Daya Wilayah Pesisir" dengan judul PKM yaitu Sosialisasi Potensi Sumber Daya Pesisir Dan Laut Sebagai Makanan Sehat. Sebelum pemaparan materi, siswa diberikan *pre test*. Materi yang disampaikan diawali dengan pengenalan potensi sumber daya pesisir dan laut Desa Pengudang. Kemudian acara dilanjutkan dengan pemberian materi oleh pemateri yakni menjelaskan kandungan nutrisi ikan yang baik untuk pertumbuhan dan kecerdasan, dan juga pemateri

menjelaskan makanan dan olahan sehat dari laut. Penyampaian materi bertujuan untuk peningkatan pengetahuan tentang potensi makanan dan olahan sehat dari laut yang dapat dikonsumsi oleh siswa. Setelah pemaparan materi dan diskusi siswa diberikan *post test*.

Kondisi Pesisir Desa Pengudang

Desa Pengudang merupakan salah–satu desa yang berada di Kecamatan Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau. Desa Pengudang memiliki tiga ekosistem pesisir yang memiliki peran ekologi dan ekonomi di Desa Pengudang yaitu ekosistem mangrove, lamun dan terumbu karang. Masyarakat Desa Pengudang mayoritas suku melayu dengan mata pencarian nelayan pada umumnya.

Latar Belakang Keluarga Siswa SD Negeri 005 Teluk Sebong

Hasil analisis yang didapat latar belakang kelurga siswa sebagian besar orang tua bekerja sebagai nelayan (16 orang dari 30 responden), diikuti oleh berbagai profesi seperti petani, PNS, pedagang, swasta dan buruh. Selain itu latar belakang orang tua umumnya rendah yaitu beberapa hanya tamatan SD).

Perubahan Pengetahuan Siswa SD Negeri 005 Setelah Kegiatan Sosialisasi

Hasil analisis tingkat pengetahuan SDN 005 Teluk Sebong secara keseluruhan terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah dilakukan pemaparan materi (Tabel 1). Pada pertanyaan 1 tentang definisi makanan sehat bergizi terjadi penurunan kecil yang tidak terduga, hal ini dimungkinkan karena ada distraksi atau pertanyaan yang kurang dipahami saat *post test* ada pertanyaan kedua terkait mengidentifikasi makanan olahan sehat dari laut dimana terjadi peningkatan sebesar 13,4%. konsep olahan makanan sehat dari laut mungkin masih abstrak bagi beberapa siswa. Pertanyaan ke 3 tentang kandungan gizi pada ikan, terjadi peningkatan pengetahuan siswa sebanyak 30,0%, hal ini dapat dikatakan edukasi terkait dengan manfaat spesifik omega-3, EPA, DHA, dan protein pada ikan dapat dipahami oleh siswa. Pengetahuan siswa mengenai sumber makanan sehat dari laut terjadi peningkatan pengetahuan setelah sosialisasi sebanyak 73,3%. sebelum pemaparan, hampir semua siswa salah, namun setelah pemaparan materi mayoritas sudah bisa mengidentifikasi sumber makanan sehat dari laut.

Perubahan Prilaku dan Sikap Siswa SD Negeri 005 Setelah Kegiatan Sosialisasi

Hasil *pre test* terkait an persepsi manfaat makanan dari laut, mayoritas siswa suka (16) atau sangat suka (10) makanan dari laut. Hanya 2 siswa kadang-kadang menyukai makanan dari laut. Namun hampir semua siswa percaya manfaat makanan dari laut untuk menjadi sehat dan cerdas, dan hasil analisis *post test* dak terjadi perubahan signifikan dalam kesukaan yang sudah positif dari awal,

Tabel 1. Perubahan Pengetahuan Siswa SD Negeri 005 Setelah Kegiatan Sosialisasi

No	Topik pengetahuan	Rata-rata Jawaban Benar (Sebelum)	Rata-rata Jawaban Benar (Sesudah)	Perubahan
1.	Definisi makanan sehat bergizi	86,7%	76,7%	-10%
2.	Mengidentifikasi olahan makanan dari laut	23,3%	36,7%	+13,4%
3.	Kandungan gizi pada ikan	63,3%	93,3%	+30,0%
4.	Mengidentifikasi sumber makanan dari laut	10,0%	83,3%	+73,3%

sehingga dapat jelaskan bahwa kegiatan sosialisasi tidak mengubah selera makan yang positif, tetapi mampu menguatkan keyakinan siswa akan manfaat–makanan laut karena tidak ada perubahan negatif. Kebiasaan makanan yang dikonsumsi oleh siswa dirumah pada frekuensi sudah cukup tinggi yaitu sebanyak 20 siswa menyebutkan sering atau sangat sering memakan olahan dari laut, hal ini dapat dikatakan bahwa pola makan siswa memang sudah berbasis sumber daya laut (sesuai dengan profesi orang tua). Kegiatan sosialisasi berhasil memperkaya wawasan siswa tentang keanekaragaman pangan dari hasil laut yang tidak hanya ikan.

KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi mengenai potensi sumber daya peisir dan laut sebagai makanan sehat pada siswa SD Negeri 005

Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi Potensi Sumber Daya Pesisir dan Laut sebagai Makanan Sehat

Teluk Sebong mampu meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan, khususnya dalam mengidentifikasi sumber makanan laut dan memahami kandungan gizinya. Selain itu memperkuat sikap positif yang sudah ada terkait menyukai makanan dari hasil laut.

DAFTAR PUSTAKA

Ardilla, A., Harkensia, L.S., Khana, F.H., Fauziah, F., & Zulkarnaini, Z (2024). Pemberdayaan MP-ASI Lokal sebagai uapaya pencehagan stunting pada masyarakat pesisir di Gampong Pusong Lama Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Wahana Usaha, 6*(2), 162-175. https://doi.org/10.47859/wuj.v6i2.539

Effendy, D. S., Tosepu, R., Bahar, H., Kohali, R. E. S. O., Rosmini, R., & Suci, W (2023). Implementation of Pinggan Adintaku Nutrition Education for Elementary School Students. *Abdi Masyarakat, 5*(2), 286-290. https://doi.org/10.58258/abdi.v5i2.6086

Joesidawati, M. I., & Suwarsih, S (2022). Measurement of Indonesian Marine Health Indeks to Assess The Health of The Coastal Ecosystem of Tuban, East Java. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science, 1036*, 012046. https://doi.org/10.1088/1755-1315/1036/1/012046

Mahmudiono, T., Nindya, T. S., Rachmah, Q., Segalita, C., & Wiradnyani, L. A. A (2020). Nutrition Education Intervention Increases Fish Consumption among School Children in Indonesia: Results from Behavioral Based Randomized Control Trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(19), 6970. https://doi.org/10.3390/IJERPH17196970

Muchtar, F., Lisnawaty, L., Suhadi, S., Zaiunuddin, A., & Salsabila, S (2023). Education on the potential of fish nutrients to Coastal Housewives in leppe village. *Abdi Masyarakat, 5*(2), 246–250. https://doi.org/10.58258/abdi.v5i2.6060

Pamungkas, I. W., Untari, D. S., Wibowo, T. A., & Puspitaningrum, C (2024). Pengenalan Produk Olahan Ikan Kepada Siswa Siswi SD Negeri 03 Metro Pusat Sebagai Upaya Peningkatan Konsumsi Ikan. *SAFARI : Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, *4*(1), 210–219. https://doi.org/10.56910/safari.v4i1.1187

Ratnawati, Nessa, N., Jompa, J., & Rappe, R. A (2019). Fruits of Enhalus acorpides as asource of nutrition for coastal communities. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science, 235*, 012073. https://doi.org/10.1088/1755-1315/235/1/012073

Siddik, F., Parista, I., Harahap, W. S., Azzahra, M. F., & Aprilia, I. S (2024). Upaya Meningkatkan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan Sehat serta Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar melalui Program Edukasi PJOK. *Jurnal Pendidikan, Sains dan Teknologi, 3*(2), 393–396. https://doi.org/10.47233/jpst.v3i2.1765