

Analisis Tingkat Konsumsi Ikan Pada Masyarakat Desa Balun Ijuk Kecamatan Merawang

Analysis of Fish Consumption Levels in the Balun Ijuk Village communiy, Merawang Sub-District

Heluuna Alifia Malsum¹, Sudirman Adibrata¹, dan M. Rizza Muftiadi¹

¹Program Studi Manajemen Sumberdaya Perairan FPPK-UBB, Balunijuk

Email korespondensi: *aheluuna@gmail.com*

Abstract

This study aims to analyze the types of fish consumed, factors influencing fish consumption, and the level of fish consumption in the community of Balunijuk Village, Merawang District, Bangka Regency. The study used a survey method with a quantitative approach to 30 respondents, who were selected purposively. Data were analyzed using multiple linear regression. The results showed that the most consumed types of fish were dencis fish and yellow scad (16.7% each). Age factor had a significant effect on fish consumption ($p = 0.001$), while income had a nearly significant effect ($p = 0.053$). The variables of number of family members and education level did not show a significant effect. In terms of consumption forms, 86.7% of the community consumed fish in the form of processed food (KIMJ), 60% consumed preserved fish (KIDA), and only 46.7% consumed fresh fish (KIDS). This indicates that although fish consumption is quite high quantitatively, it is still low in optimal nutritional quality.

Keywords : *Fish consumption, Balun Ijuk Village, Type of fish*

PENDAHULUAN

Ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang penting dalam menunjang kebutuhan gizi masyarakat. Masyarakat Indonesia umumnya mengonsumsi ikan dalam kehidupan sehari-hari karena selain bergizi tinggi, ikan juga mudah diperoleh, khususnya di daerah pesisir. Pemerintah Indonesia terus mendorong peningkatan konsumsi ikan melalui program *Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan* (GEMARIKAN) untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya mengonsumsi ikan secara rutin (KKP, 2020).

Data dari Kementerian Kelautan dan Perikanan menunjukkan bahwa tingkat konsumsi ikan nasional Indonesia pada tahun 2022 mencapai 56,48 kg per kapita per tahun (KKP, 2023). Meskipun angka ini meningkat dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, distribusi konsumsi ikan antar wilayah masih menunjukkan ketimpangan yang signifikan. Beberapa daerah dengan akses laut dan hasil perikanan yang melimpah justru mencatatkan angka konsumsi ikan yang tidak setinggi yang diharapkan. Hal ini menunjukkan bahwa ketersediaan sumber daya ikan tidak selalu berbanding lurus dengan tingkat konsumsi, karena masih banyak faktor lain yang turut memengaruhi seperti tingkat pendapatan, harga ikan, pengetahuan gizi, kebiasaan konsumsi, dan ketersediaan fasilitas pengolahan makanan.

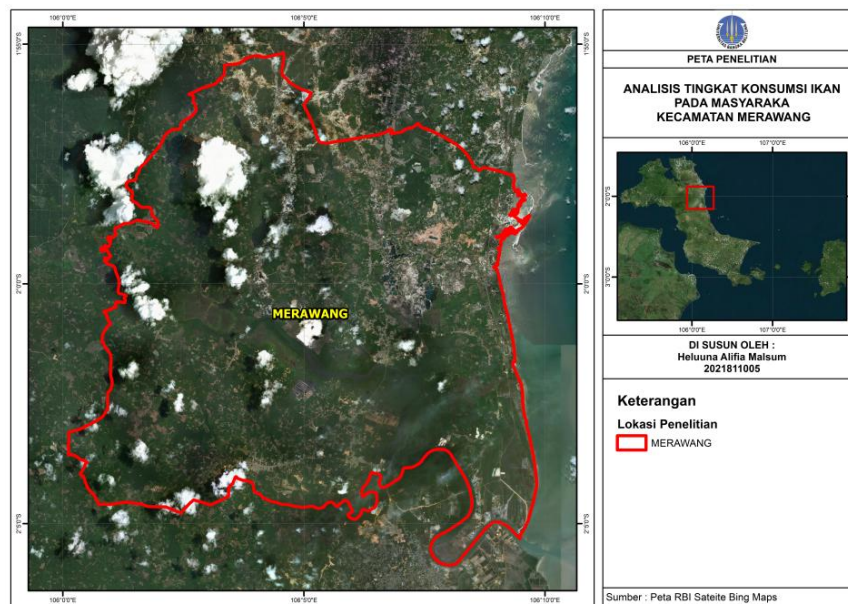
Kabupaten Bangka merupakan salah satu wilayah di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung yang memiliki potensi perikanan laut dan darat yang besar. Hasil perikanan seperti ikan laut segar, ikan air tawar budidaya,

dan produk olahan ikan cukup banyak dijumpai di daerah ini. Kecamatan Merawang, sebagai bagian dari Kabupaten Bangka, juga memiliki akses geografis yang dekat dengan wilayah pesisir, pasar tradisional, dan pelabuhan perikanan. Desa Balunijuk merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Merawang dan berada tidak jauh dari Pantai Air Anyir serta jalur transportasi utama menuju Kota Pangkalpinang.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Kabupaten Bangka (2023), Desa Balunijuk memiliki jumlah penduduk sebanyak 3.178 jiwa dengan struktur sosial ekonomi masyarakat yang beragam, mulai dari petani, pedagang, nelayan, hingga pekerja jasa. Lokasi Desa Balunijuk dekat dengan sentra perikanan dan pasar ikan, belum ada data yang menunjukkan secara spesifik berapa besar tingkat konsumsi ikan di desa ini dan apa saja faktor yang memengaruhinya. Dalam praktiknya, tidak semua masyarakat yang tinggal dekat laut memiliki kebiasaan mengonsumsi ikan secara rutin. Beberapa keluarga justru lebih memilih jenis lauk lain seperti daging ayam atau tahu-tempe karena alasan harga, kebiasaan, atau cara pengolahan yang lebih praktis. Hal ini menarik untuk diteliti lebih lanjut agar diketahui sejauh mana masyarakat Desa Balunijuk memanfaatkan potensi sumber daya ikan yang tersedia di sekitarnya sebagai bagian dari pola makan sehari-hari.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2025 hingga selesai yang berlokasi di Desa Balun Ijuk Kecamatan Merawang, Kabupaten Bangka. Peta lokasi penelitian dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Peta Lokasi Penelitian

1. Metode Pengambilan Data

Metode pengambilan yang digunakan ini adalah metode purposive sampling. Sampel yang diperoleh dalam penelitian ini tidak mewakili populasi keseluruhan dikarenakan tidak secara random, namun ditentukan langsung sesuai dengan syarat dan tujuan penelitian. Hal ini bertujuan agar sampel yang diambil dapat mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan (Arikunto, 2014). Metode pengambilan data yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan metode kuesioner yang akan disebar pada masyarakat kecamatan merawang yang menjadi sampel ini, penyebaran kuesioner dilakukan secara langsung.

Perhitungan jumlah sampel dengan menggunakan rumus slovin didapatkan sebanyak 30 orang responden. Jumlah ini dianggap cukup representatif untuk memberikan gambaran tentang kebiasaan konsumsi ikan masyarakat desa sesuai dengan batas minimal 10% dari populasi jika populasinya lebih dari 100 (Sugiyono, 2019).

2. Metode Pengumpulan Data

Dalam metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode kuesioner, metode dokumentasi dan metode wawancara. Metode kuesioner merupakan metode pengumpulan data dengan responden diberikan pertanyaan ataupun pernyataan dalam bentuk tertulis yang akan dijawab oleh responden (Sugiyono, 2011). Metode wawancara dengan cara melakukan kegiatan tanya jawab antara peneliti dengan responden dan yang dilakukan secara langsung atau dengan tatap muka bertujuan untuk mendapatkan informasi lebih mendalam mengenai suatu permasalahan yang terdapat dalam penelitian (Juliandi dkk, 2014). Metode dokumentasi merupakan pelengkap dalam penggunaan teknik observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif (Sugiyono, 2011). Dokumentasi dapat berupa gambar, teks atau karya monumental oleh manusia.

3. Analisis Data

a. Jenis-Jenis Ikan yang Dikonsumsi Masyarakat

Untuk mengidentifikasi jenis-jenis ikan yang dikonsumsi masyarakat Kecamatan Merawang penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kualitatif analisis deskriptif kualitatif adalah suatu metode analisa yang bertujuan untuk memberikan deskripsi atau gambaran mengenai subjek penelitian berdasarkan data variabel yang diperoleh dari kelompok subjek tertentu. Dalam penelitian ini analisis deskriptif kuantitatif digunakan untuk mengetahui jenis-jenis ikan yang banyak dikonsumsi masyarakat di Kecamatan Merawang. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur yang memuat daftar jenis ikan yang umum tersedia di Kecamatan Merawang seperti ikan laut (tenggiri, tongkol, kembung, dan teri), ikan air tawar (lele, gurame, nila) serta ikan olahan (pempek, ikan asin, dan ikan kaleng). Responden diminta menyebutkan jenis ikan yang sering dikonsumsi dalam kurun waktu seminggu terakhir. Data dari kuesioner dianalisis secara deskriptif untuk menghitung persentase konsumsi masing-masing jenis ikan.

b. Tingkat Konsumsi Ikan

Pada dasarnya perhitungan konsumsi ikan adalah penjumlahan data konsumsi ikan segar dengan ikan/awetan serta ikan olahan. Namun penjumlahan tersebut tidak bisa langsung dilakukan karena perlu ada konservasi untuk menyesuaikan satuannya. Oleh karena itu, metode perhitungan sebagai berikut:

$$TKI = \sum_{i=1}^n KIDS + \sum_{i=1}^n KIDA + \sum_{i=1}^n KIMJ$$

Keterangan:

TKI = Tingkat Konsumsi Ikan

KIDS = Konsumsi Ikan dan Udang Segar

KIDA = Konsumsi Ikan dan Udang Asin/ Awetan

KIMJ = Konsumsi Ikan yang Dibeli dalam Bentuk Olahan

c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Konsumsi Ikan

Metode analisis yang digunakan adalah untuk mencapai yakni mengetahui faktor apa yang mempengaruhi konsumsi ikan di Desa Balun Ijuk Kecamatan Merawang. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan regresi linier berganda. Selain itu juga menggunakan uji asumsi klasik dan uji statistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Jenis-Jenis Ikan yang Dikonsumsi

Hasil identifikasi jenis-jenis ikan yang dikonsumsi masyarakat Balun Ijuk Kecamatan Merawang disajikan pada **Tabel 1** sebagai berikut:

Tabel 1. Jenis-Jenis Ikan yang Dikonsumsi

No	Nama Ikan	Nama Ilmiah	Persentase (%)
1	Dencis	<i>Amblygaster sirm</i>	16.7
2	Selar Kuning	<i>Selaroides Leptolepis</i>	16.7
3	Tenggiri	<i>Scomberomorus commerson</i>	13.3
4	Lele	<i>Clarias batrachus</i>	10.0
5	Tongkol	<i>Euthynnus affinis</i>	10.0
6	Nila	<i>Oreochromis niloticus</i>	10.0
7	Bandeng	<i>Chanos chanos</i>	6.7
8	Gurame	<i>Osphronemus gouramy</i>	6.7
9	Patin	<i>Pangasius hypophthalmus</i>	3.3
10	Kakap	<i>Lutjanus spp.</i>	3.3
11	Tuna	<i>Thunnus spp.</i>	3.3

Sumber : Olah data primer, 2025

Data tingkat konsumsi ikan di Kecamatan Riau Silip menunjukkan hasil dalam kategori rendah. Jenis ikan yang sering dikonsumsi oleh masyarakat Kecamatan Riau Silip adalah jenis ikan segar dengan rata-rata tingkat konsumsi sebesar 28 Kg/Kap/Tahun pada lokasi Desa Banyuasin. Jenis ikan yang paling sedikit dikonsumsi adalah jenis ikan awetan dengan rata-rata sebesar 1 Kg/Kap/Tahun pada semua desa yang dilakukan penelitian.

Berdasarkan data yang ditampilkan dalam tabel (**Tabel 1.**), dapat diketahui bahwa masyarakat Desa Balunujuk mengonsumsi berbagai jenis ikan, baik ikan laut maupun ikan air tawar. Jenis ikan yang paling banyak dikonsumsi adalah Dencis (*Amblygaster sirm*) dan Selar Kuning (*Selaroides leptolepis*), masing-masing dengan persentase sebesar 16,7% dari total responden. Kedua jenis ikan ini merupakan ikan laut yang umumnya tersedia di pasar tradisional dengan harga yang relatif terjangkau serta mudah diolah dalam berbagai bentuk masakan sehari-hari. Dominasi konsumsi terhadap kedua jenis ikan ini menunjukkan preferensi masyarakat terhadap ikan laut yang ekonomis dan praktis. Tenggiri (*Scomberomorus commerson*) menempati posisi ketiga dengan persentase konsumsi sebesar 13,3%. Tenggiri dikenal sebagai ikan laut bernilai ekonomi tinggi dan sering digunakan dalam olahan khas seperti pempek, kerupuk ikan, dan abon. Konsumsi terhadap ikan tenggiri yang cukup tinggi menunjukkan adanya kebutuhan masyarakat terhadap jenis ikan yang tidak hanya enak dan bergizi, tetapi juga

dapat diolah menjadi produk olahan yang lebih awet. Tiga jenis ikan lain yang memiliki persentase konsumsi sama yaitu Lele (*Clarias batrachus*), Tongkol (*Euthynnus affinis*), dan Nila (*Oreochromis niloticus*), masing-masing sebesar 10%. Lele dan nila merupakan ikan air tawar yang mudah dibudidayakan dan cukup umum dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia, terutama di daerah pedesaan. Sedangkan tongkol merupakan ikan laut yang sering dijadikan bahan utama dalam menu rumahan maupun usaha kuliner kecil. Konsumsi terhadap ketiga jenis ikan ini menandakan adanya keberagaman preferensi masyarakat terhadap sumber protein hewani, baik dari laut maupun dari air tawar.

Adapun jenis ikan seperti Bandeng (*Chanos chanos*) dan Gurame (*Osphronemus gouramy*) dikonsumsi oleh 6,7% responden. Kedua jenis ikan ini memiliki harga yang sedikit lebih tinggi dan memerlukan pengolahan yang lebih cermat, terutama bandeng yang memiliki banyak duri halus. Hal ini kemungkinan menjadi alasan mengapa persentase konsumsi terhadap kedua ikan ini lebih rendah dibandingkan jenis lainnya.

Terakhir, jenis ikan yang paling sedikit dikonsumsi oleh masyarakat adalah Patin (*Pangasius hypophthalmus*), Kakap (*Lutjanus spp.*), dan Tuna (*Thunnus spp.*), masing-masing dengan persentase konsumsi sebesar 3,3%. Rendahnya angka konsumsi terhadap jenis-jenis ikan ini kemungkinan besar dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti harga yang relatif mahal, keterbatasan ketersediaan di pasar

lokal, atau kurangnya preferensi masyarakat terhadap rasa dan bentuk olahannya.

Secara umum, data ini menunjukkan bahwa masyarakat Desa Balunujuk memiliki preferensi konsumsi yang lebih tinggi terhadap ikan laut yang mudah diperoleh dan ekonomis, meskipun juga tetap mengonsumsi beberapa jenis ikan air tawar. Variasi jenis ikan yang dikonsumsi mencerminkan adanya potensi untuk meningkatkan diversifikasi konsumsi ikan

di masyarakat, baik dari segi jenis, cara pengolahan, maupun nilai gizinya.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Konsumsi Ikan

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat konsumsi ikan disajikan dalam bentuk tabel (**Tabel 2.**) berikut:

Tabel 2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Konsumsi Ikan

Variabel	Keterangan	Kategori
Y	Frekuensi Konsumsi Ikan	1. 1-2 Kali 2. 3-4 Kali 3. > 4 Kali
X1	Jumlah Anggota Keluarga	-
X2	Usia	-
X3	Pendidikan	1. SD 2. SMP 3. SMA 4. Perguruan Tinggi
X4	Pendapatan	1. 1 Juta s/d 2 Juta 2. 2 Juta s/d 3 Juta 3. > 3 Juta

Sumber : Olah data primer, 2025

Dalam penelitian ini, variabel frekuensi konsumsi ikan (Y) dikategorikan menjadi tiga tingkat: 1–2 kali, 3–4 kali, dan lebih dari 4 kali per minggu untuk memetakan pola konsumsi masyarakat. Variabel independen seperti pendidikan dan pendapatan juga diklasifikasikan agar memudahkan analisis hubungan terhadap konsumsi ikan, dengan hasil menunjukkan

kecenderungan konsumsi lebih tinggi pada kelompok berpendidikan dan berpendapatan lebih tinggi. Klasifikasi ini memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai karakteristik sosial ekonomi responden dalam kaitannya dengan kebiasaan konsumsi ikan.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi

Variabel	Koefisien	p-value	Keterangan
Umur	0.0320	0.001	Signifikan
Keluarga	-0.0068	0.938	Tidak signifikan
Pendapatan	0.3012	0.053	Hampir signifikan
Pendidikan	0.0593	0.580	Tidak signifikan
Intercept	0.1755	0.794	-

Sumber : Olah Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel hasil regresi, diperoleh bahwa variabel Umur berpengaruh signifikan terhadap tingkat konsumsi ikan, ditunjukkan oleh nilai p-value sebesar 0,001 ($p < 0,05$) dan koefisien positif sebesar 0,0320. Artinya, semakin bertambah usia responden, maka konsumsi ikan cenderung meningkat. Variabel Pendapatan memiliki p-value sebesar 0,053 yang mendekati batas signifikansi ($p \approx 0,05$), sehingga

dikategorikan sebagai "hampir signifikan". Koefisien sebesar 0,3012 menunjukkan bahwa peningkatan pendapatan cenderung diikuti oleh peningkatan konsumsi ikan, meskipun hubungan ini belum cukup kuat secara statistik. Sementara itu, variabel Jumlah Anggota Keluarga dan Pendidikan tidak berpengaruh signifikan terhadap konsumsi ikan, masing-masing dengan p-value 0,938 dan 0,580.

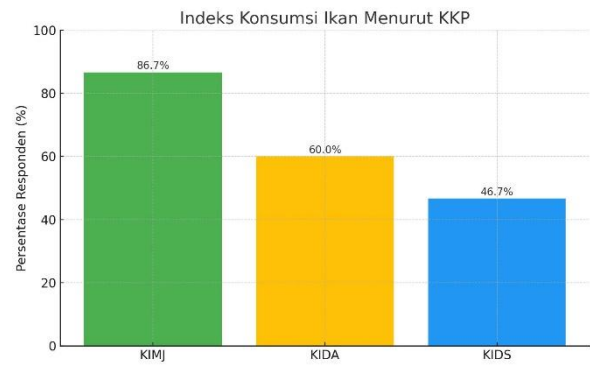
Koefisien negatif pada variabel keluarga (-0,0068) menunjukkan arah hubungan yang berlawanan, namun tidak cukup kuat untuk disimpulkan secara statistik. Secara keseluruhan, hanya variabel Umur yang berpengaruh nyata terhadap tingkat konsumsi ikan masyarakat Desa Balunujuk dalam model ini, sedangkan variabel lainnya belum menunjukkan pengaruh yang signifikan.

Dalam penelitian ini, variabel dependen (Y) yang dianalisis adalah frekuensi konsumsi ikan oleh masyarakat Desa Balunujuk. Frekuensi tersebut dikategorikan ke dalam tiga kelompok, yaitu: 1–2 kali, 3–4 kali, dan lebih dari 4 kali dalam satu minggu. Variabel independen yang dianalisis meliputi jumlah anggota keluarga (X1), usia (X2), pendidikan (X3), dan pendapatan (X4).

1. Usia (X2) memiliki pengaruh signifikan terhadap frekuensi konsumsi ikan, dengan nilai koefisien sebesar 0,0320 dan p-value 0,001. Ini berarti bahwa semakin bertambah usia responden, kecenderungan untuk lebih sering mengonsumsi ikan juga meningkat. Hal ini dapat dijelaskan oleh meningkatnya kesadaran akan pentingnya gizi, khususnya protein hewani, seiring bertambahnya usia.
2. Jumlah anggota keluarga (X1) menunjukkan pengaruh tidak signifikan terhadap konsumsi ikan (koefisien: -0,0068; p-value: 0,938). Nilai koefisien yang negatif menunjukkan bahwa semakin banyak jumlah anggota keluarga, frekuensi konsumsi ikan cenderung sedikit menurun. Hal ini mungkin disebabkan oleh keterbatasan anggaran rumah tangga yang membuat konsumsi ikan harus dibagi di antara anggota keluarga yang lebih banyak.
3. Pendapatan (X4) menunjukkan hubungan yang hampir signifikan (koefisien: 0,3012; p-value: 0,053). Artinya, meskipun belum melewati batas signifikansi 0,05, terdapat kecenderungan bahwa semakin tinggi pendapatan rumah tangga, maka semakin sering mereka mengonsumsi ikan. Hal ini sejalan dengan teori ekonomi konsumsi yang menyatakan bahwa kemampuan daya beli sangat mempengaruhi akses terhadap sumber pangan bergizi seperti ikan.
4. Pendidikan (X3), yang dikategorikan menjadi empat tingkat yaitu SD, SMP, SMA, dan Perguruan Tinggi, juga tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap frekuensi konsumsi ikan (koefisien: 0,0593; p-value: 0,580). Meskipun secara teoritis pendidikan berperan dalam peningkatan kesadaran gizi, namun dalam konteks masyarakat Desa Balunujuk, faktor ini belum menunjukkan kontribusi nyata terhadap pola konsumsi ikan.

Dengan demikian, berdasarkan hasil regresi linear berganda, usia menjadi satu-satunya faktor yang berpengaruh signifikan terhadap tingkat konsumsi ikan, sedangkan pendapatan berada dalam kategori hampir signifikan. Sementara itu, jumlah anggota keluarga dan pendidikan tidak berpengaruh secara statistik terhadap perilaku konsumsi ikan.

3. Tingkat Konsumsi Ikan



Gambar 2. Tingkat Konsumsi Ikan

Sumber : Olah data primer, 2025

Untuk memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai pola konsumsi ikan masyarakat Desa Balunujuk, digunakan pendekatan Indeks Konsumsi Ikan yang dikembangkan oleh Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP). Indeks ini bertujuan untuk mengukur dan mengelompokkan jenis konsumsi ikan masyarakat berdasarkan bentuk dan cara pengolahannya. Dalam klasifikasi ini, terdapat tiga kategori utama, yaitu:

- KIMJ (Konsumsi Ikan Makanan Jadi),
- KIDA (Konsumsi Ikan dan Udang Awetan), dan
- KIDS (Konsumsi Ikan dan Udang Segar).

Penggunaan klasifikasi ini bertujuan untuk melihat tidak hanya seberapa sering masyarakat mengonsumsi ikan, tetapi juga dalam bentuk apa konsumsi tersebut dilakukan. Ketiga kategori ini memberikan pemahaman komprehensif mengenai preferensi konsumsi dan kemungkinan tantangan yang dihadapi masyarakat dalam mengakses sumber protein hewani dari ikan.

Berdasarkan hasil survei terhadap 30 responden di Desa Balunujuk, diperoleh bahwa sebagian besar masyarakat tergolong dalam kategori KIMJ, yaitu sebesar 86,7%. Artinya, mayoritas responden lebih banyak mengonsumsi ikan dalam bentuk makanan jadi seperti abon ikan, nugget, pempek, kerupuk ikan, hingga olahan instan berbahan dasar ikan. Tingginya konsumsi pada kategori ini menunjukkan adanya kecenderungan masyarakat untuk memilih makanan praktis yang mudah disajikan dan disukai oleh semua anggota keluarga. Produk makanan jadi umumnya memiliki keunggulan dari segi kepraktisan, masa simpan yang lebih lama, serta rasa yang sudah disesuaikan dengan selera umum, sehingga tidak mengherankan bila menjadi pilihan utama masyarakat.

Konsumsi ikan dalam bentuk makanan jadi juga perlu diperhatikan dari sisi kandungan gizinya. Tidak semua produk olahan mempertahankan kandungan nutrisi asli dari ikan segar, karena dalam proses pengolahan sering ditambahkan bahan tambahan makanan seperti pengawet, penguat rasa, dan pewarna. Oleh sebab itu, tingginya konsumsi ikan makanan jadi menunjukkan perlunya edukasi kepada masyarakat mengenai perbedaan nilai gizi antara produk olahan dan produk segar. Selanjutnya, sebanyak 60,0% responden termasuk dalam kategori KIDA, yaitu Konsumsi Ikan

dan Udang Awetan. Produk dalam kategori ini meliputi ikan asin, ikan asap, udang kering, dan ikan pindang, yang biasanya diolah secara tradisional dan memiliki daya tahan yang lebih lama tanpa perlu pendinginan. Konsumsi ikan awetan merupakan hal yang lumrah di masyarakat pedesaan karena mendukung penyimpanan jangka panjang, terutama bagi keluarga yang tidak memiliki fasilitas pendingin seperti lemari es. Selain itu, olahan awetan juga sering digunakan sebagai lauk alternatif saat harga ikan segar melonjak atau pasokan menurun.

Walaupun konsumsi ikan awetan menawarkan fleksibilitas dan efisiensi dari sisi penyimpanan, namun konsumsi berlebih terhadap makanan awetan juga harus diwaspadai. Produk-produk ini biasanya tinggi kandungan garam atau diasapi, yang jika dikonsumsi dalam jangka panjang dan tanpa keseimbangan nutrisi, dapat menimbulkan risiko kesehatan seperti hipertensi.

Sementara itu, kategori KIDS (Konsumsi Ikan dan Udang Segar) mencakup 46,7% responden. Ini berarti kurang dari separuh masyarakat secara aktif mengonsumsi ikan atau udang dalam bentuk segar. Padahal, konsumsi ikan segar merupakan bentuk konsumsi yang paling optimal dari sisi kandungan gizi, karena ikan segar memiliki kadar protein, asam lemak omega-3, serta vitamin dan mineral dalam kondisi terbaiknya.

Rendahnya konsumsi pada kategori ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti keterbatasan akses terhadap ikan segar, harga yang fluktuatif, kurangnya fasilitas penyimpanan di rumah tangga, serta ketidakteraturan distribusi ikan di pasar lokal. Meskipun Desa Balunijuk berada di wilayah pesisir, belum semua rumah tangga memiliki kemudahan dalam memperoleh ikan segar setiap hari. Beberapa responden juga menyatakan lebih memilih ikan awetan atau makanan jadi karena alasan kepraktisan dan keawetan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Simpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Jenis ikan yang paling banyak dikonsumsi antara lain ikan laut seperti tongkol dan kembung, dengan alasan utama karena harga yang terjangkau, rasa yang disukai, dan ketersediaan di pasar lokal
2. Faktor demografi seperti usia, pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan memiliki kontribusi terhadap variasi konsumsi ikan masyarakat. Responden dengan tingkat pendidikan dan pendapatan yang lebih tinggi cenderung memiliki konsumsi yang lebih beragam dan sehat.
3. Tingkat konsumsi ikan masyarakat Desa Balunijuk menunjukkan bahwa mayoritas responden telah mengonsumsi ikan dalam jumlah yang memadai secara kuantitas, namun belum semuanya memenuhi standar konsumsi sehat dan beragam. Sebagian besar responden memenuhi indeks KIMJ (86,7%), namun hanya 60% yang memenuhi KIDA dan 46,7% memenuhi KIDS

Saran

Disarankan bahwa pemerintah setempat perlu memberikan sosialisasi terkait pentingnya konsumsi ikan secara sehat dan beragam kepada masyarakat serta diperlukan kerja sama antara sektor perikanan, pendidikan, dan kesehatan dalam mengembangkan kebijakan strategis yang mendorong ketahanan pangan berbasis protein hewani dari ikan, terutama di wilayah pesisir dan pedesaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiana, I., & Kamini, I. (2013). *Konsumsi dan Pola Belanja Rumah Tangga*. Denpasar: Universitas Udayana.
- Agus, T. B. (2014). *Penggunaan SPSS dalam Statistik*. Yogyakarta: Danisa Media.
- Amiruddin, R., & Pratama, A. (2021). Kandungan Mineral dan Manfaat Konsumsi Ikan Laut terhadap Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Gizi Kelautan*, 5(1), 45–53.
- Tiffany, E. A. (2020). Analisis Tingkat Konsumsi Ikan Laut dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi pada Masyarakat Kota Semarang. *Jurnal Universitas Diponegoro*, 25–34.
- Arifin, H., & Wulandari, S. (2019). Peran Selenium dalam Ikan terhadap Pencegahan Penyakit Kronis. *Jurnal Ilmu Pangan dan Kesehatan*, 7(2), 98–104.
- Astuti, L. (2019). Kendala dan Tantangan Budidaya Ikan di Bangka Belitung. *Jurnal Agribisnis Perikanan*, 6(1), 22–29.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2019). *Konsep dan Definisi Survey Sosial Ekonomi Nasional (Susenas)*. Jakarta: BPS.
- Djunaidah, I. S. (2017). Tingkat Konsumsi Ikan di Indonesia: Ironi di Negeri Bahari. *Jurnal Penyuluhan Perikanan dan Kelautan*, 11(1), 12–24.
- Dharma, A. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ernawati, P (2017). Analisis Tingkat Konsumsi Ikan Pada Masyarakat Kawasan Minapolitan, Kecamatan Wajak, Kabupaten Malang, Jawa Timur. *BMC Public Health*, 5(1), 1–8.
- Fauzi, A., & Rahmat, T. (2019). Dampak Musim terhadap Ketersediaan Ikan di Wilayah Pesisir. *Jurnal Ilmu Kelautan Tropis*, 14(2), 110–117.
- Fitriani, R., Hasan, M., & Putri, D. (2021). Efektivitas Program Gemarikan dalam Meningkatkan Konsumsi Ikan. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Pesisir*, 3(1), 60–70.
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 19*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

- Hakim, A. (2020). Hubungan Pendapatan dan Konsumsi Ikan di Kalangan Rumah Tangga Pesisir. *Jurnal Ekonomi Perikanan Indonesia*, 10(2), 134–143.
- Hakim, A. (2022). Peran Vitamin B12 dalam Konsumsi Ikan. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(1), 33–40.
- Hidayat, M. (2020). Peran Protein Ikan dalam Pertumbuhan Anak. *Jurnal Kesehatan Perairan*, 6(2), 50–56.
- Imelda, N. (2013). Konsumsi Ikan Budidaya dan Tangkap. *Jurnal Sosial Ekonomi Kelautan dan Perikanan*, 8(1), 45–52.
- Kementerian Kelautan dan Perikanan. (2022). Statistik Konsumsi Ikan Nasional 2018–2022. Jakarta: Direktorat Jenderal Penguatan Daya Saing Produk Kelautan dan Perikanan.
- Kuncoro, M. (2018). Metode Riset untuk Bisnis dan Ekonomi. Jakarta: Erlangga.
- Nurhasanah, D. (2021). Asam Lemak Omega-3 dalam Ikan Laut dan Kaitannya dengan Kesehatan Jantung. *Jurnal Kesehatan Ikan Tropis*, 4(1), 25–32.
- Nurhasanah, D. (2022). Aksesibilitas Ikan Segar di Wilayah Pesisir dan Dampaknya terhadap Konsumsi. *Jurnal Sosial Perikanan*, 9(1), 75–83.
- Phanita, A. Y. (2021). Analisis Tingkat Konsumsi Ikan pada Masyarakat Kecamatan Toboali dan Kecamatan Lepar Pongok Kabupaten Bangka Selatan. *Jurnal Aquatic Science*, 13–15.
- Pontoh, O. (2018). Pengaruh Tingkat Pendapatan terhadap Pola Konsumsi Nelayan. *Pasific Journal*, 5(2), 88–96.
- Putri, R., & Santoso, T. (2019). Kandungan Karbohidrat dan Gizi Ikan sebagai Bahan Pangan Fungsional. *Jurnal Nutrisi Pangan*, 4(1), 22–27.
- Rahman, H. (2020). Kandungan Zat Besi dalam Ikan dan Pencegahan Anemia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 15(2), 92–100.
- Rini, F., Sulaiman, A., & Latifah, M. (2020). Faktor Lingkungan yang Mempengaruhi Budidaya Ikan di Daerah Pesisir. *Jurnal Budidaya Perairan*, 10(3), 41–50.
- Rizky, M., & Hasanah, L. (2021). Konsumsi Produk Olahan Ikan di Masyarakat Pesisir. *Jurnal Ekonomi Maritim*, 5(1), 15–22.
- Sapanli, R. (2020). Potensi Perikanan di Bangka Belitung. *Jurnal Sumber Daya Kelautan Indonesia*, 6(1), 33–40.
- Sari, N. (2022). Kurangnya Diversifikasi Produk Olahan Perikanan. *Jurnal Inovasi Perikanan dan Kelautan*, 7(2), 55–61.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Cetakan ke-14). Bandung: Alfabeta.
- Sukarman, D. (2022). Pola Konsumsi Ikan Berdasarkan Musim di Bangka. *Jurnal Sosial Ekonomi Kelautan*, 11(1), 88–96.
- Suryadi, D., & Purwanto, S. K. (2010). Statistik untuk Ekonomi dan Keuangan Modern. Jakarta: Salemba Empat.
- Suantara, I. M. (2015). Pengaruh Harga terhadap Permintaan Produk Ikan. *Jurnal Ekonomi Kelautan*, 4(2), 30–38.
- Tiffany, E. A. (2020). Analisis Tingkat Konsumsi Ikan Laut dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi pada Masyarakat Kota Semarang. *Jurnal Universitas Diponegoro*, 25–34.
- Wahyuni, D. (2020). Faktor Sosial Ekonomi dalam Konsumsi Ikan Rumah Tangga. *Jurnal Sosial Ekonomi Perikanan*, 13(1), 59–65.