



JP2GI

Jejaring Pasca Panen untuk Gizi Indonesia



# JP2GI Newsletter

Edisi Maret 2021

## *Editorial*

Salam JP2GI,

Kami sangat senang dapat kembali menyapa anggota Jejaring Pasca-Panen untuk Gizi Indonesia (JP2GI) dan para pihak yang tertarik berkolaborasi untuk menurunkan susut hasil pascapanen dan meningkatkan status gizi masyarakat. Newsletter ini menyoroti beberapa isu dan kegiatan yang dilakukan JP2GI selama tiga bulan terakhir (Desember 2020 - Maret 2021).

Di awal tahun 2021 ini, kehidupan kita masih sangat dibatasi karena pandemi Covid-19. Meskipun demikian, pandemi ini juga menumbuhkan kebiasaan baru (normal baru) yang membuka peluang bagi pengembangan produk makanan bergizi, khususnya perikanan, pengembangan ekonomi, praktik-praktik berjejaring, dan kegiatan berbagi informasi serta pelatihan.

Beberapa kegiatan tidak sedikit yang tertunda atau berganti rencana dari semula. Tapi itu semua tidak pernah menyurutkan semangat untuk tetap beraktivitas dan memulai kegiatan sesuai dengan anjuran protokol kesehatan.

Semoga pandemi ini segera berlalu dan kita semua bisa melakukan kegiatan kembali seperti semula. Selamat membaca

## *Artikel Utama*

1. Pangan Sehat Negeri Bahari
2. Biota Unik yang Bernilai dan Bergizi Tinggi
3. Referensi:
  - IKAN UNTUK PENINGKATAN KONSUMSI PANGAN BERGIZI: Antara Target Konsumsi dan Ketersediaan
4. Event :
  - Webinar
  - Podcast
5. Susut dan Limbah Ikan

## Pangan Sehat Negeri Bahari

Dr. Soenán Hadi Poernomo/ Ketua JP2GI

Tanggal 12 November 1959, Presiden Soekarno secara simbolis melakukan penyemprotan Dichlorodiphenyltrichloroethane (DDT) di desa Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Saat itu, ratusan ribu korban jiwa meninggal lantaran penyakit yang dibawa nyamuk ini. Penyemprotan disinfektan dilakukan, terutama di Jawa, Bali dan Lampung, dibarengi dengan penyuluhan hidup sehat. Lima tahun kemudian, sekitar 63 juta penduduk terlindungi dari ancaman penyakit malaria. Untuk mengenang rangkaian upaya melawan pandemic tersebut, pada tahun 1964 Presiden Soekarno menetapkan tanggal 12 November sebagai Hari Kesehatan Nasional.

Sektor Kesehatan, sebagaimana bidang-bidang yang lain, memiliki dinamika. Pada masa itu, ada kesan seolah bidang kesehatan hanya terfokus pada upaya pencegahan penyakit terutama penyakit yang dibawa atau disebabkan oleh mikroba dan pengobatan yang diberikan kepada

masyarakat. Zaman berubah, wawasan dan persepsi masyarakat pun berkembang dan semakin kompleks. Masyarakat diedukasi secara massif untuk mewujudkan kondisi sehat, menjalani pola hidup yang baik, rajin berolahraga, memperhatikan kebersihan lingkungan, berpola pikir tanpa stres, dan mengonsumsi cukup pangan yang bergizi.

Dinamika juga terjadi di sektor pangan. Semula banyak ditafsirkan, peningkatan ketersediaan pangan adalah untuk



Gambar 1. Cumi – cumi panggang

menanggulangi

kelaparan. Persepsi masyarakat berubah, kini banyak fungsi pangan menjadi isu nasional. Sempat populer “Pangan untuk Kesehatan”, melalui kampanye “Empat Sehat Lima Sempurna” – nasi, lauk, buah, sayur, plus susu.

Baca selengkapnya: <http://jp2gi.org/web/article/49>

## BIOTA UNIK YANG BERNILAI DAN BERGIZI TINGGI

Dr. Soen’an Hadi Poernomo/ Ketua JP2GI

Kita bersyukur dengan anugerah Tuhan berupa negeri kepulauan yang terbesar dan termasuk negara berpantai terpanjang di dunia. Dua pertiga wilayah Indonesia berupa perairan, serta berada di kawasan tropis yang hangat sepanjang tahun. Kondisi ini memberikan peluang banyak sumber daya alam kelautan yang bisa dimanfaatkan untuk kesejahteraan bangsa dan kemajuan negara. Salah satu biota laut bernilai tinggi sekaligus bergizi adalah lobster yang lezat, bergizi, unik, dan berharga mahal.

Berharga tinggi karena ketersediannya tidak dalam jumlah besar sebagaimana udang, yang relatif mudah di budidayakan. Biota, yang dalam khasanah biologi disebut Panulirus, dan oleh publik sering disebut udang karang, ini tempat hidupnya tidak semua di kawasan pesisir. Karena tingkat kelangsungan hidup (survival rate)-nya sangat rendah, menyebabkan biaya dalam budidaya produksinya

relatif tinggi. Teknologi budidaya untuk pembesaran sudah banyak dikuasai, namun dalam fase awal untuk pemijahan, dari berupa telur higga berupa tetasan, masih belum berhasil dengan baik. Oleh karenanya, untuk mendapatkan benih lobster atau “benur” masih mengandalkan perolehan dari penangkapan di alam.



Lobster

Diperhatikan pula gizi anak sejak dikandung sampai usia 2 tahun dan berikutnya, agar terhindar dari kondisi stunting dan lemahnya potensi kecerdasan.

Kehidupan biota unik ini sangat dipengaruhi oleh dinamika oseanografi dan klimatologi. Lingkungan hidup di dasar laut berterumbu karang, air jernih, dan sanitasi tinggi.

Baca selengkapnya: <http://jp2gi.org/web/article/48>



## Referensi:

# IKAN UNTUK PENINGKATAN KONSUMSI PANGAN BERGIZI: Antara Target Konsumsi dan Ketersediaan

Sekretariat JP2GI



Kertas Kerja Seri 1  
Jejaring Pasca-Panen untuk Gizi Indonesia

IKAN UNTUK PENINGKATAN KONSUMSI PANGAN BERGIZI:  
**ANTARA TARGET KONSUMSI DAN KETERSEDIAAN**

**Ringkasan**

Ikan mempunyai peran penting dalam mendukung ketahanan pangan, ketahanan gizi, dan sumber kehidupan bagi sekitar 50 juta masyarakat Indonesia. Konsumsi ikan (setara ikan utuh segar) di Indonesia tahun 2019 adalah 54,5 kg/kapita/tahun dan secara bertahap akan dinaikkan menjadi 62,5 kg/kapita/tahun pada tahun 2024. Untuk mencapai target tersebut diperlukan 14,34 juta ton ikan pada tahun 2024. Peningkatan konsumsi ikan merupakan salah satu langkah strategis untuk menurunkan malnutrisi di Indonesia, seperti anemia pada ibu hamil yang ditargetkan turun dari 48,8% di tahun 2018 menjadi 18,5% di tahun 2024 dan prevalensi balita pendek (*stunting*) dari 30,8% di tahun 2018 menjadi 14% di tahun 2024. Ketersediaan ikan untuk memenuhi kebutuhan konsumsi banyak terkendala oleh faktor-faktor teknis dan non teknis yang menyebar dari hulu sampai hilir, diantaranya pemanfaatan yang tidak merata, kesenjangan antara sentra produksi dan konsumen, tingginya susut hasil (*fish loss*), *illegal fishing*, multisektor, tantangan perikanan budidaya, perubahan iklim, dan perilaku konsumen. Untuk itu, diperlukan upaya yang lebih terintegrasi dengan memperhatikan keberlanjutan sumberdaya perikanan sebagai pangan bergizi, baik dari sisi ekologi, sosial-ekonomi, komunitas, dan kelembagaan. Keterlibatan para pemangku kepentingan dan koordinasi lintas sektor menjadi faktor kunci.

1  
**Ikan Sebagai Bahan Pangan Bergizi**

Perikanan sebagai salah satu hasil laut dan perairan, telah menjadi tumpuan kehidupan masyarakat, utamanya masyarakat pesisir selama berabad-abad. Pada tahun 2018 tercatat 6,6 juta orang menggantungkan hidupnya sebagai nelayan dan pembudidaya ikan. Bila ditambahkan dengan tenaga kerja di pengolahan dan sektor hilir lain sepanjang rantai pasok, maka sangat mungkin perikanan menyerap 10-12,5 juta tenaga kerja. Dengan asumsi satu tenaga kerja menanggung tiga jiwa, maka hampir 50 juta jiwa bergantung pada sektor perikanan. Perikanan merupakan salah satu sektor pembangunan penggerak ekonomi bangsa.

Pemanfaatan hasil perikanan secara umum adalah untuk konsumsi manusia dan non-konsumsi manusia, baik untuk domestik maupun ekspor. Untuk konsumsi manusia secara langsung, ikan dimanfaatkan dalam berbagai bentuk antara lain segar, beku, dan olahan baik

"Dokumen ini didukung oleh Global Alliance for Improved Nutrition (GAIN)"

Ikan mempunyai peran penting dalam mendukung ketahanan pangan, ketahanan gizi, dan sumber kehidupan bagi sekitar 50 juta masyarakat Indonesia. Konsumsi ikan (setara ikan utuh segar) di Indonesia tahun 2019 adalah 54,5 kg/kapita/tahun dan secara bertahap akan dinaikkan menjadi 62,5 kg/kapita/tahun pada tahun 2024. Untuk mencapai target tersebut diperlukan 14,34 juta ton ikan pada tahun 2024. Peningkatan konsumsi ikan merupakan salah satu langkah strategis untuk menurunkan malnutrisi di Indonesia, seperti anemia pada ibu hamil yang ditargetkan turun dari 48,8% di tahun 2018 menjadi 18,5% di tahun 2024 dan prevalensi balita pendek (*stunting*) dari 30,8% di tahun 2018 menjadi 14% di tahun 2024.

Ketersediaan ikan untuk memenuhi kebutuhan konsumsi banyak terkendala oleh faktor-faktor teknis dan non teknis yang menyebar dari hulu sampai hilir, diantaranya pemanfaatan yang tidak merata, kesenjangan antara sentra produksi dan konsumen, tingginya susut hasil (*fish loss*), *illegal fishing*, multisektor, tantangan perikanan budidaya, perubahan iklim, dan perilaku konsumen. Untuk itu, diperlukan upaya yang lebih terintegrasi dengan memperhatikan keberlanjutan sumberdaya perikanan sebagai pangan bergizi, baik dari sisi ekologi, sosial-ekonomi, komunitas, dan kelembagaan.

Keterlibatan para pemangku kepentingan dan koordinasi lintas sektor menjadi faktor kunci.

## “Ikan Sebagai Bahan Pangan Bergizi”

Pemanfaatan hasil perikanan secara umum adalah untuk konsumsi manusia dan non-konsumsi manusia, baik untuk domestik maupun ekspor. Untuk konsumsi manusia secara langsung, ikan dimanfaatkan dalam berbagai bentuk antara lain segar, beku, dan olahan baik secara modern maupun tradisional. Sedangkan untuk non-konsumsi manusia antara lain tepung ikan, minyak ikan, produk ornamental, dan farmasetikal. Data statistik menunjukkan sebagian besar hasil perikanan kita ditujukan untuk konsumsi manusia. Maka kedudukan ikan dalam diet menjadi sangat penting dan perlu mendapat perhatian serius yang harus dipertahankan, baik karena fungsinya sebagai sumber zat gizi (utamanya protein) dan juga sebagai sumber penghidupan mereka yang terlibat dalam usaha perikanan.

Referensi dapat dilihat dan diunduh pada artikel berikut ini: <http://www.jp2gi.org/web/report>

## Webinar Kusuma “Kurangi Susut Makanan” Bergizi

Sekretariat JP2GI



Pada kondisi pandemi Covid-19, webinar adalah salah satu instrumen yang efektif untuk menyampaikan gagasan, inspirasi, atau informasi. Webinar dipilih agar JP2GI tetap dapat menyampaikan gagasan. Hal ini mengingatkan JP2GI sebagai organisasi yang mendapat amanah untuk memperjuangkan aspek penting atau strategis dapat melaksanakan tujuan untuk mengurangi susut dan limbah pangan bergizi untuk kesehatan masyarakat.

Susut dan limbah pangan bagi sebagian masyarakat termasuk hal unik, karena jarang menjadi bahan perbincangan. Makanan bergizi memiliki posisi sangat penting bagi pembangunan bangsa. Di samping pada masa pandemi ini bisa meningkatkan sistem imun tubuh, banyak dipahami bahwa pangan bergizi adalah menyehatkan, mencerdaskan termasuk melawan ancaman stunting, dan dalam strategi masa depan, bila terwujud generasi cerdas, tentu memutus rantai kemiskinan.

Maka Webinar “Kusuma (Kurangi Susut Makanan) Bergizi” dipilih sebagai salah satu kegiatan utama JP2GI. JP2GI menyampaikan apresiasi atas dukungan dari Kementerian Kesehatan, Kementerian Kelautan dan Perikanan, GAIN (Global Alliance for Improve Nutrition), para narasumber, serta para pihak terkait lainnya.

Lihat webinar selengkapnya: <https://bit.ly/3uu9tCh>

## Podcast JP2GI

Sekretariat JP2GI



Sangat kita sadari bahwa pandemi Covid-19 menimbulkan malapetaka di hampir seluruh negara termasuk Indonesia. Tentu saja ini berdampak besar pada berbagai sektor.

Dari data statistik, jumlah pengguna internet bertambah pada masa pandemi ini. Hal itu tentu saja dipergunakan oleh JP2GI untuk tetap memberikan informasi melalui digital salah satunya “Podcast JP2GI”.

JP2GI Korda Surabaya telah melaksanakan Podcast bekerjasama dengan Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian Kota Surabaya dan Dinas Perdagangan Kota Surabaya serta pelaku UKM dari Surabaya.

Membahas tentang strategi perdagangan di masa pandemi hingga bagaimana cara memperoleh makanan bergizi di masa pandemi ini serta menjaga status gizi pada makanan yang dikonsumsi.

Lihat podcast selengkapnya: <https://bit.ly/3uu9tCh>





## Susut dan Limbah Ikan

Dr. Soen'an Hadi Poernomo



Tantangan yang tidak kecil, diantaranya adalah masalah kesehatan. Terlebih saat ini, baik pribadi, kelompok masyarakat, skala bangsa dan negara, bahkan atensi global, tertuju pada pandemi Covid-19. Permasalahan kesehatan disamping menuntut aspek pencegahan dan pengobatan, dimensi yang tidak bisa diabaikan adalah permasalahan gizi. Publik sangat memahami, bahwa kekurangan gizi bisa membuat tidak sehat, dan daya imun sistemnya juga lemah.

Salah satu indikator yang populer kekurangan gizi adalah kondisi anak dibawah usia lima tahun mengalami stunting dan wasting. Kurangnya tinggi badan dari standar berdasarkan usia, yang disebut stunting ini, di Indonesia menurut Global Nutrition Report adalah 30,8%. Lebih tinggi dari rata-rata di Asia, yakni 21,8%. Wasting, rendahnya berat badan dibanding dengan standar tinggi badan, di Indonesia 10,2%-- juga lebih tinggi dari rerata di Asia 9,1%.

Kurangnya gizi seseorang disebabkan oleh berbagai hal, mulai dari selera pribadi, ketidakpahaman, faktor ekonomi, ketersediaan pangan nutrisi tinggi, dan lain-lain. Terkait ketersediaan ini tidak terlepas dari faktor susut dan limbah pangan. Oleh karenanya masyarakat global sejak tahun 2011 tertarik memperhatikan problem serius ini. Badan PBB: FAO dan UNEP membentuk Save Food Initiative.

Pada tahun berikutnya *McKinsey Global Institute* (MGI) mengadakan kajian. Dalam laporannya disebutkan bahwa susut hasil produk pertanian di Indonesia dalam satu tahun adalah 30 juta ton, atau 20% dari total produksi. Adapun produk perikanan adalah 1,8 juta ton, 30% dari total produksi.

Susut pangan (food losses) banyak terjadi di negara berkembang, yakni berkurangnya berat (susut fisik), susut gizi (nutrisi), dan susut nilai (harga)---seringkali pada tahap produksi, pengolahan, penyimpanan, pemasaran, distribusi, hingga konsumen. Limbah pangan (food waste) banyak terjadi dinegara maju---pada restoran, catering, dan rumah tangga.

Pada sektor perikanan, banyak terjadi pula limbah ikan yang terjadi saat produksi atau penangkapan ikan. Hal tersebut karena pertimbangan ekonomis. Pada penangkapan udang yang menggunakan pukat tarik, udang yang berharga mahal, proporsinya hanya 20% dari hasil tangkap lainnya. Untuk pertimbangan ekonomis, daripada palkahnya dipenuhi ikan rucah yang harganya relatif lebih murah, maka hasil samping (side project) tersebut dibuang.



Global Alliance for Improved Nutrition (GAIN) pernah mengaitkan antara susut dan limbah ikan dengan kebutuhan protein. Organisasi internasional ini mengasumsikan Indonesia kehilangan 75.000 ton sampai 125.000 ton susut dan limbah ikan per tahun. Sesuai dengan kadar protein dalam ikan, maka berarti kehilangan 16.500 hingga 27.500 ton protein 17 – 20 gram per hari.

Baca selengkapnya: <http://jp2gi.org/web/article/50>

