

Urgensi dan Relevansi Pangan Akuatik dalam Pemenuhan Gizi Masyarakat

Rinna Syawal

Direktur Penganekaragaman Konsumsi Pangan
Badan Pangan Nasional

*Disampaikan dalam :
Talk Show Sesi II Blue Food Forum 2024*

Jakarta, 10 Oktober 2024



Tantangan Ketahanan Pangan Global

1



Konflik Geopolitik

2



Perubahan Iklim

3



Guncangan Ekonomi

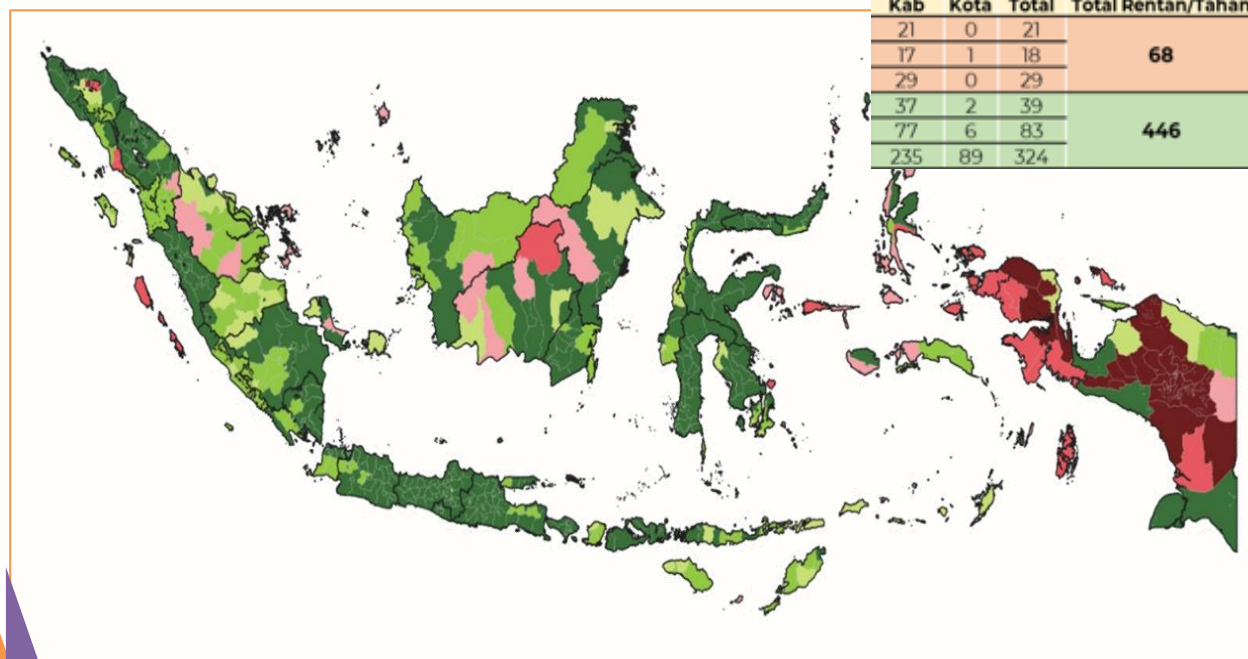
4



Populasi penduduk
yang terus bertumbuh

Tantangan Ketahanan Pangan Indonesia

- Global Food Security Index (GFSI) 2022 : **60,2 (ranking 63 dunia)**
- Global Hunger Index 2023 : **17,6%**
- Prevalency of Undernourishment (PoU) 2022 : **6,5%**
- Food Insecurity Experience Scale (FIES) 2023 : **4,5**
- Skor Pola Pangan Harapan (PPH) 2023 : **94,1**
- Konsumsi Energi tahun 2023 = **2.088 kkal/kap/hari**
- Konsumsi Protein tahun 2023 = **62,3 gram/kap/hari**
- Indeks Pembangunan Manusia (IPM) 2023 = **0,84 (tinggi)**
- Prevalensi balita stunting tahun 2023= **21,5 %**
- Prevalensi obesitas di atas usia 18 tahun : **23,4%**
- Presentase anak wasting 2022 = **7.7% (SSGI)**
- Inflasi volatile food (y-o-y) September 2024 : **1,84%**
- Pangan Segar Aman tahun 2023 = **92%**



- Diperlukan Solusi memanfaatkan sumber pangan lokal yang berkelanjutan.
- Pangan Akuatik dapat menjadi solusi potensial untuk mengatasi tantangan ketahanan pangan

01. Alih fungsi lahan subur tidak terkendali

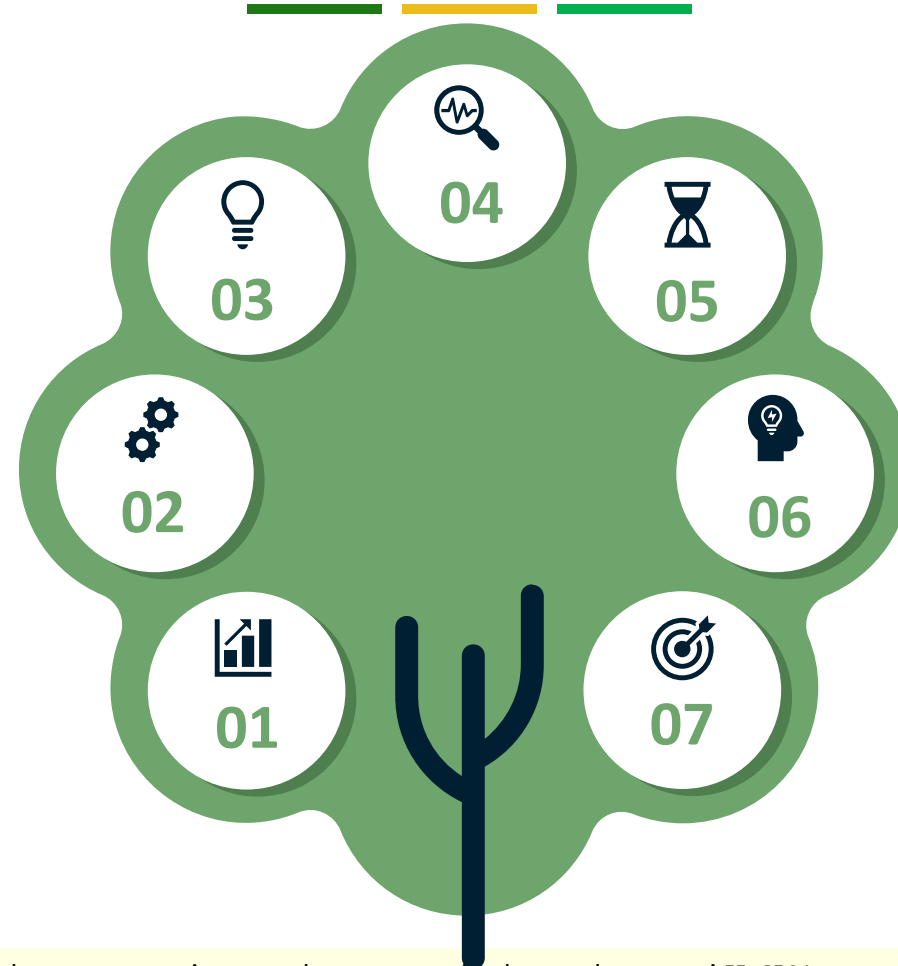
Total alih fungsi lahan dari 1979-2023 = 2.204.503 ha. Produktivitas pangan sudah *leveling off*, degradasi lahan, perubahan iklim gagal panen meningkat.

02. Luas tanam dan produksi padi menurun tajam

Luas tanam Okt 2023 s.d. Feb 2024 = 5,4 juta ton (turun 1,9 juta ha dibanding periode 2015-2019 yaitu 7,4 juta hektar. Produksi beras 2019 - 2023 berkisar 30 - 31 juta ton jauh lebih rendah dari tahun 2018 = 34 juta ton. Kebutuhan nasional pertahun rata-rata 31,2 juta ton.

03. Diversifikasi pangan berjalan lambat

Dominasi beras dan terigu, preferensi konsumen terhadap pangan lokal masih rendah.



04. SDM petani terus menurun

Tahun 2019 = 33.106.115 KT menjadi 28.419.398 KT (2023); pengurangan petani 1.171.679 KT/tahun..

05. Pangan tergantung impor

9 dari 13 atau 70% pangan strategis dipenuhi dari impor dengan kecenderungan semakin besar (yang tidak impor hanya minyak goreng, cabai, dan bawang merah).

06. Jumlah konsumsi pangan meningkat

Laju 0,76 % per tahun (2.133.548 jiwa) menjadi 280,73 juta jiwa tahun 2023

07. Tingginya ketimpangan antar wilayah

Sebanyak **354 daerah** masuk kategori **lambat tumbuh** dengan empat persoalan utama yaitu: (1) infrastruktur dasar/sarana dan prasarana yang belum memadai, (2) pelayanan kesehatan dan pendidikan yang kurang memenuhi standard, (3) **ketahanan pangan yang rendah** serta (4) permasalahan kelembagaan daerah.

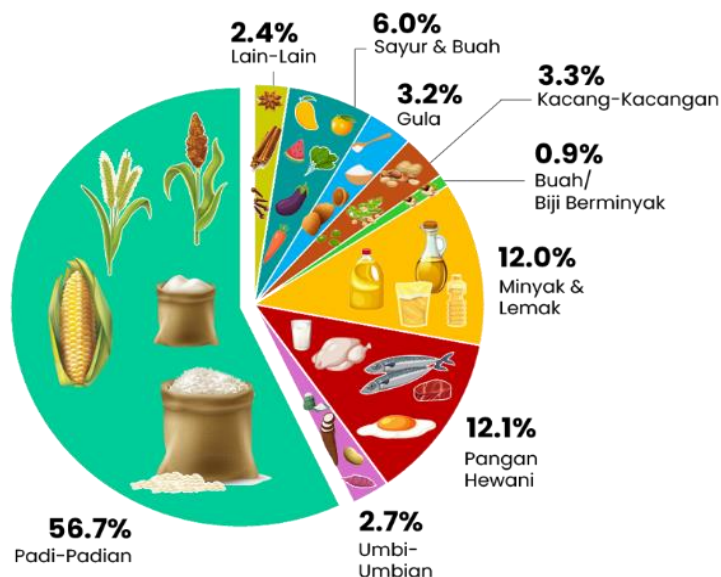
Fakta Situasi Ekonomi Sektor Pertanian

- Kontribusi sektor pertanian pada pertumbuhan ekonomi 11,61% (turun -3,54% y-o-y)
- Sektor pertanian menyerap 28,64% tenaga kerja, tetapi menjadi lumbung kemiskinan nasional
- Penduduk miskin eskترم yang bekerja di sektor pertanian mencapai 55%
- Tahun 2027 diprediksi suhu naik 3°C berdampak pada krisis air irigasi dan memperparah situasi pangan dan kemiskinan

Situasi Konsumsi Pangan Penduduk Indonesia Tahun 2023

Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Nasional Tahun 2023

Skor PPH Nasional 2023: **94,1**



Konsumsi Energi : **2.088 kkal/kapita/hari** atau **99,4%** Terhadap AKE 2100 kkal/kapita/hari
Target RPJMN Tahun 2023: **94,0**

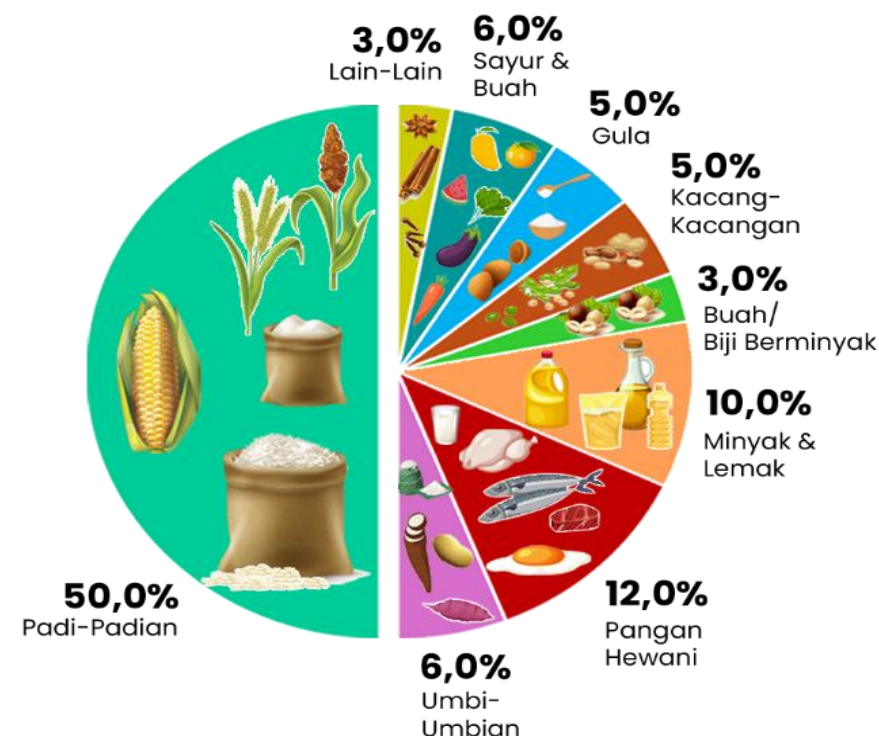
Kualitas konsumsi pangan penduduk Indonesia **mengarah pada komposisi yang beragam, dan bergizi seimbang**

Pola Pangan Harapan (PPH) :

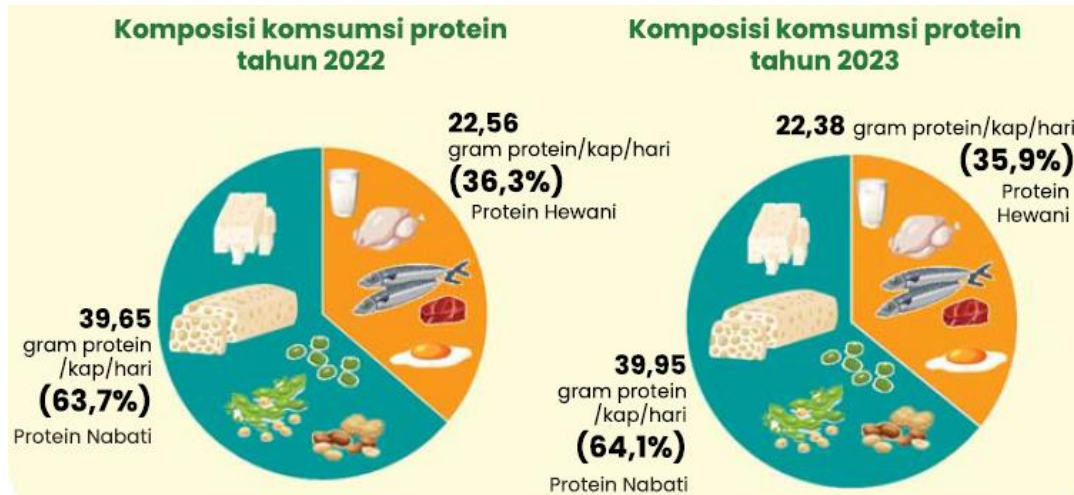
Susunan beragam pangan berdasarkan proporsi keseimbangan energi dari sembilan kelompok pangan dengan mempertimbangkan segi daya terima, Ketersediaan Pangan, Ekonomi, budaya dan agama.



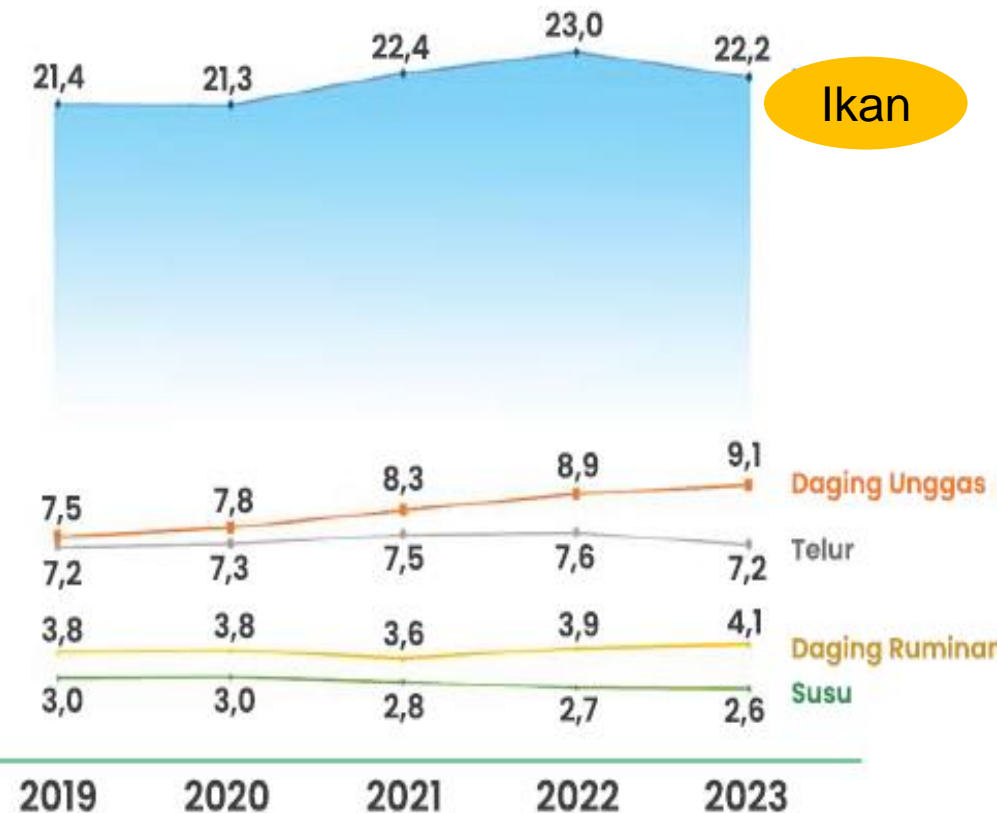
Skor PPH Ideal: 100



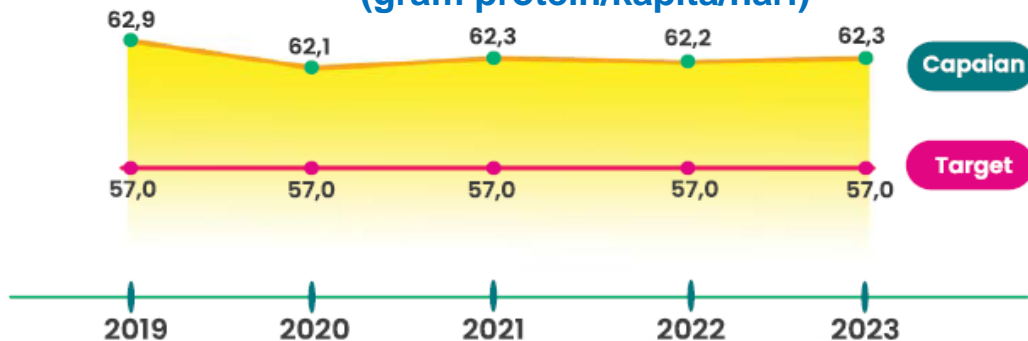
Sumber: Sinulingga, Hardinsyah dan Martianto, 2002



Perkembangan Konsumsi Pangan Hewani 2019-2023 (kg/kapita/tahun)



Capaian dan Target Konsumsi Protein 2019-2023 (gram protein/kapita/hari)

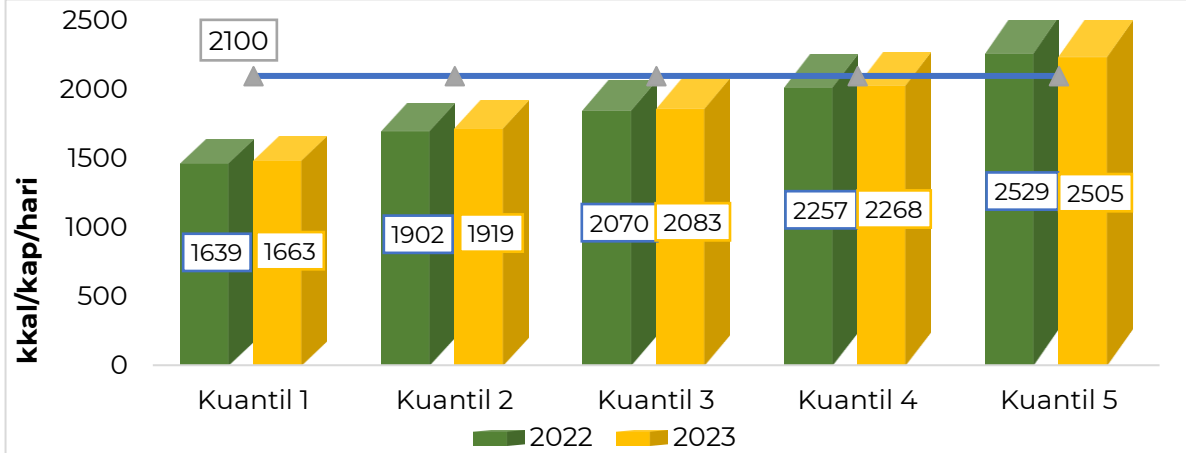


- Rata-rata konsumsi protein penduduk secara nasional selama 5 tahun terakhir telah melebihi anjuran protein sebesar 57 gram protein/kapita/hari.
- Kontribusi protein tahun 2023 terdiri dari 64,1% protein hewani dan 35,9% protein nabati

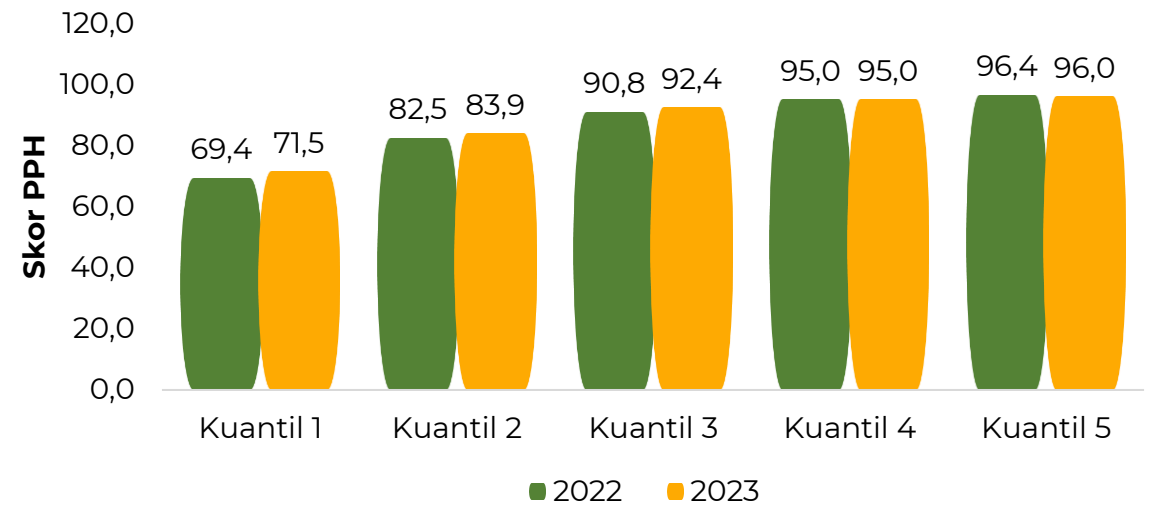
- Tren konsumsi pangan hewani dari tahun 2019-2023 secara umum meningkat.
- **Ikan merupakan pangan hewani yang paling banyak dikonsumsi penduduk Indonesia.**

Gambaran Kualitas dan Kuantitas Konsumsi Pangan Menurut Kuintil Pengeluaran

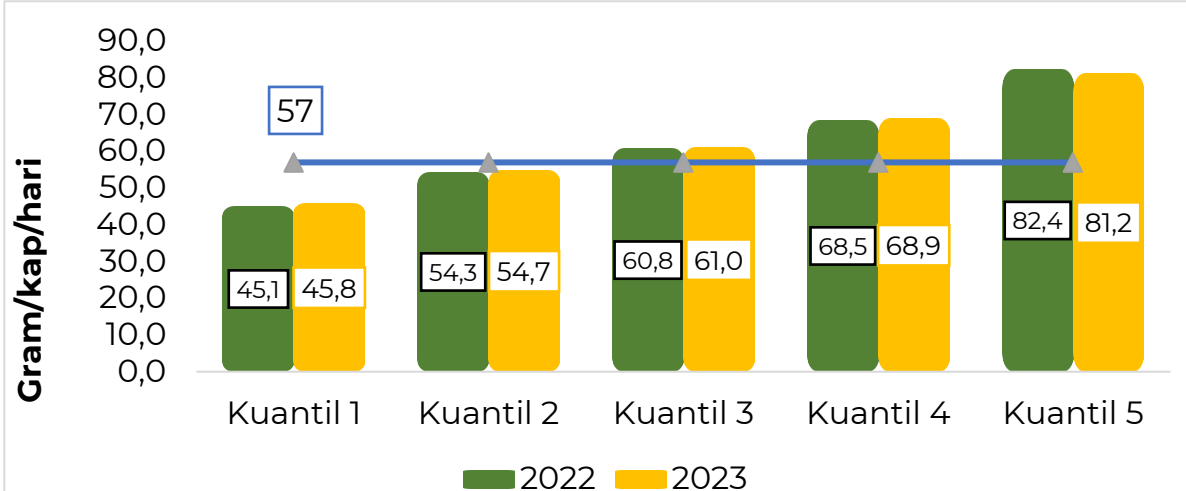
Konsumsi Energi Berdasarkan Kuintil Pengeluaran Pangan



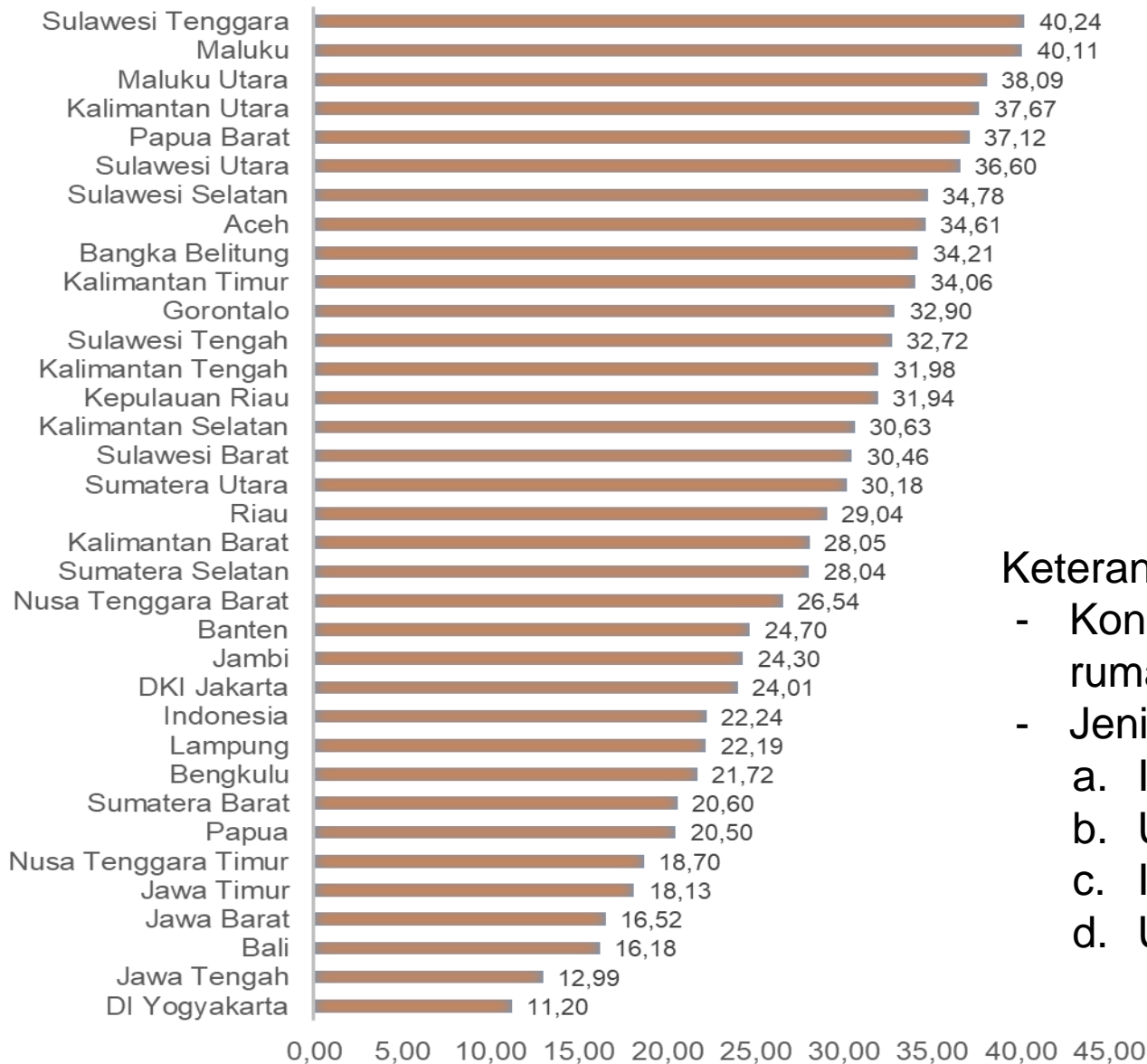
Skor PPH Berdasarkan Kuintil Pengeluaran Pangan



Konsumsi Protein Berdasarkan Kuintil Pengeluaran Pangan



- Konsumsi Energi, protein, dan Skor PPH meningkat selaras dengan peningkatan kuintil pengeluaran
- Sejalan dengan **peningkatan kuintil pengeluaran**, konsumsi pangan masyarakat **mengarah pada pangan B2SA**.
- Peningkatan akses pangan beragam untuk golongan masyarakat dengan kelompok pengeluaran pada **kuintil 1 dan 2** perlu dilakukan melalui **intervensi ekonomi dan peningkatan pengetahuan pangan B2SA**.



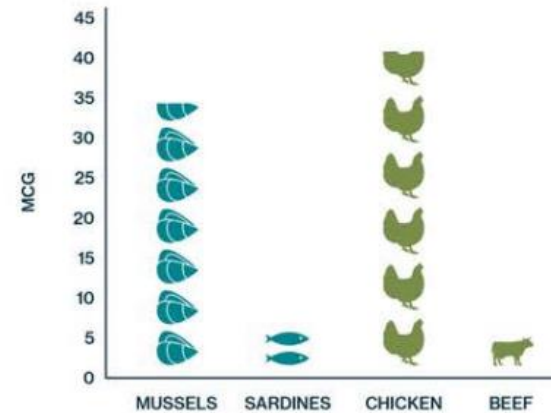
- Wilayah Timur mendominasi konsumsi ikan di Indonesia :
 - Sulawesi Tenggara : 40,24 kg/kap/thn
 - Maluku : 40,11 kg/kap/thn
 - Maluku Utara : 38,09 kg/kap/thn

Keterangan :

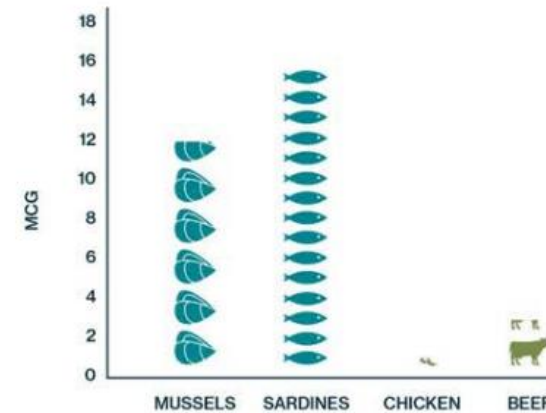
- Konsumsi bersumber dari Susenas BPS di tingkat rumah tangga
- Jenis kelompok komoditas :
 - a. Ikan segar (darat dan laut)
 - b. Udang dan hewan air lainnya yang segar
 - c. Ikan diawetkan
 - d. Udang dan hewan air lainnya yang diawetkan

- *Pangan Akuatik* memiliki potensi gizi yang tinggi karena kaya akan nutrisi seperti: Seng, Zat besi, Vitamin A, Vitamin B12, Omega-3.
- Konsumsi *Pangan Akuatik* membantu mencegah PTM (hipertensi, stroke, penyakit jantung) dan membantu mengatasi kekurangan zat gizi mikro.

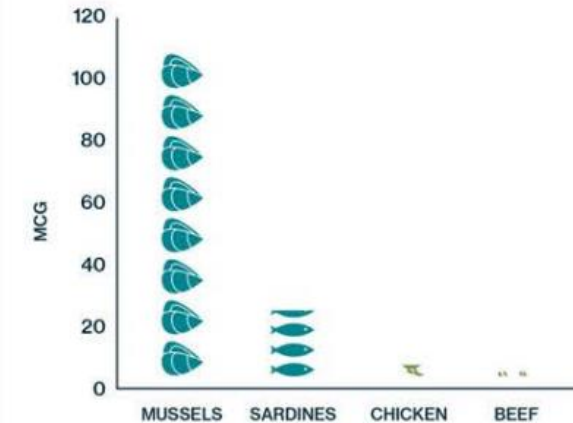
VITAMIN A (mcg per 100g serving)



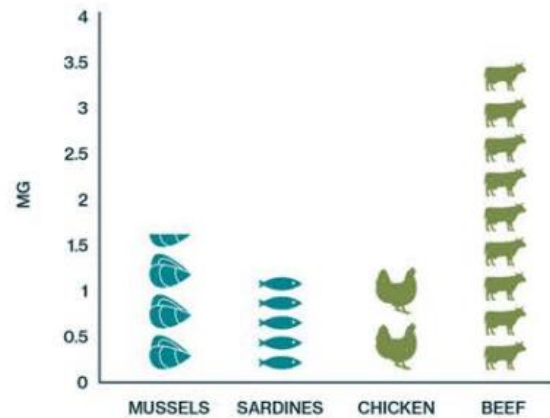
VITAMIN B12 (mcg per 100g serving)



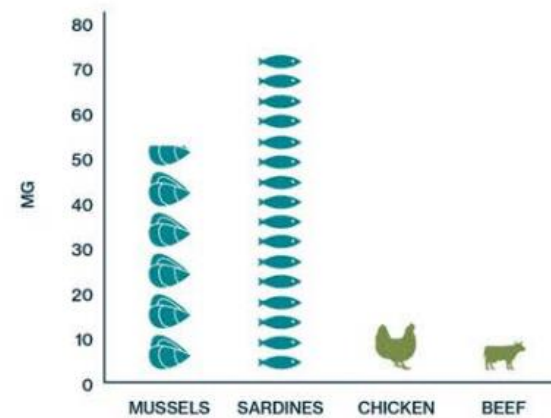
IODINE (mcg per 100g serving)



ZINC (mg per 100g serving)



CALCIUM (mg per 100g serving)

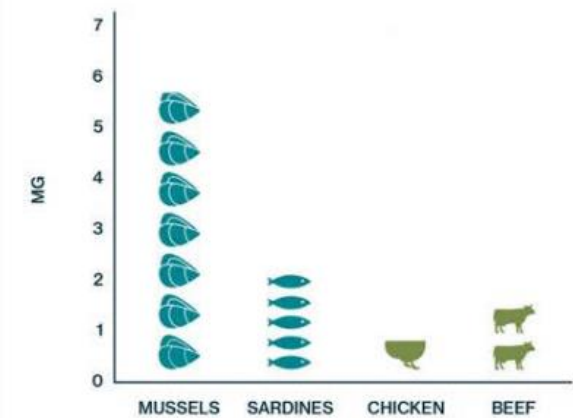


OMEGA-3 FATTY ACIDS

(mg per 100g serving, EPA and DHA only)



IRON (mg per 100g serving)





UU 18/2012: Pangan

Pasal 41

Penganekaragaman Pangan : upaya meningkatkan Ketersediaan Pangan yang beragam, berbasis potensi sumber daya lokal untuk:

- memenuhi pola konsumsi Pangan **Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman;**
- mengembangkan usaha Pangan; dan/atau
- meningkatkan kesejahteraan masyarakat.



PP 17/2015: Ketahanan Pangan dan Gizi

Pasal 25

Penganekaragaman Pangan merupakan upaya meningkatkan ketersediaan pangan yang beragam, berbasis potensi sumber daya lokal untuk: (a) **memenuhi pola konsumsi Pangan yang beragam, bergizi seimbang, dan aman;** (b) mengembangkan usaha Pangan; dan/atau (c) meningkatkan kesejahteraan masyarakat.



Perpres 66/2021: Badan Pangan Nasional

Pasal 3

Fungsi Badan Pangan Nasional: Koordinasi, perumusan, penetapan, pelaksanaan kebijakan ketersediaan pangan, stabilisasi pasokan dan harga pangan, kerawanan pangan dan gizi, **penganekaragaman konsumsi pangan,** dan keamanan pangan;



Peran dan Dukungan Pemerintah, Pemerintah Daerah, Perguruan Tinggi, Pelaku Usaha Pangan, Masyarakat



Pada **15 Agustus 2024** telah diundangkan Perpres 81/2024, dengan tujuan:
meningkatkan ketersediaan, keterjangkauan, pemanfaatan, dan pengembangan usaha pangan lokal.

Pedoman dalam menyelenggarakan Penganekaragaman Pangan.

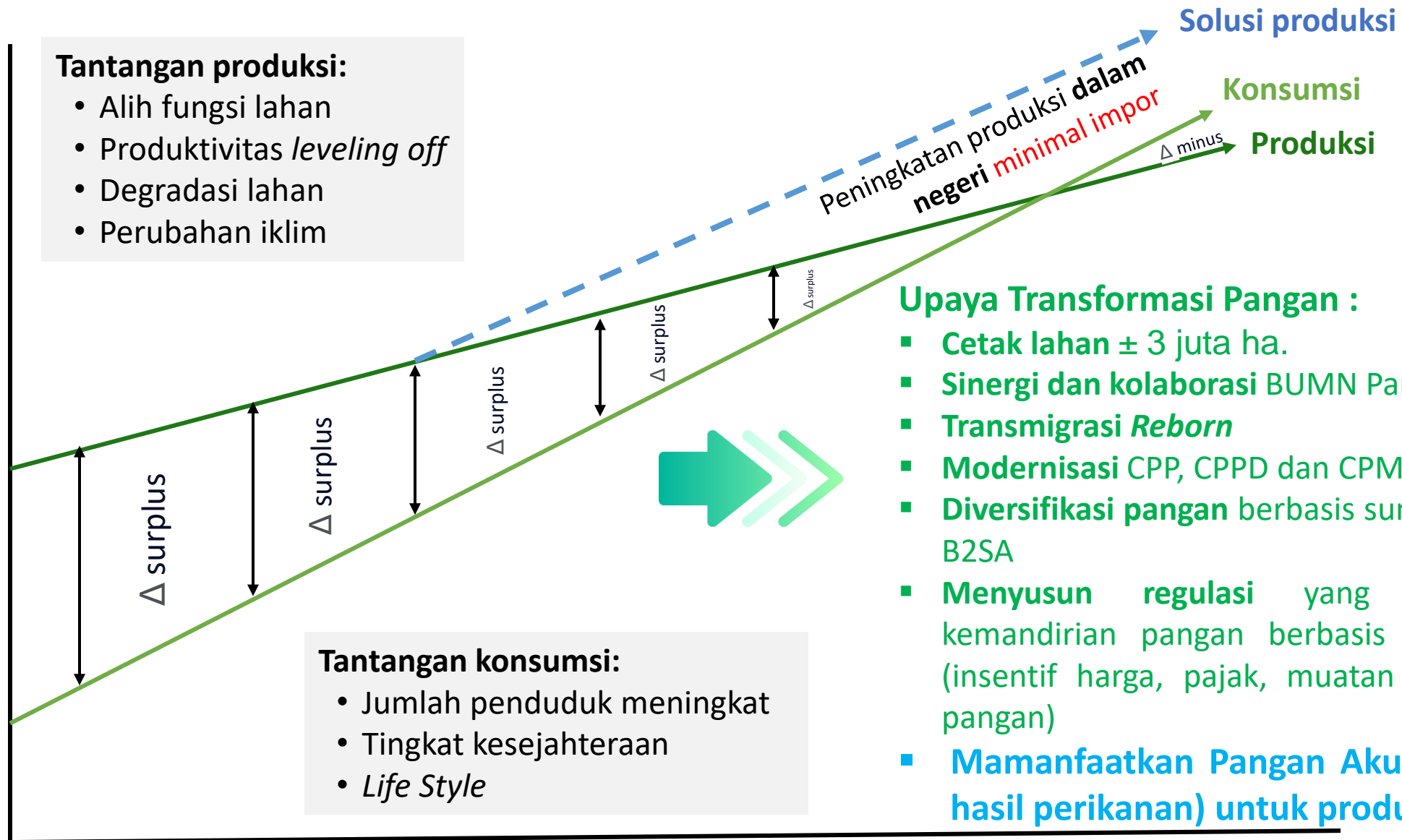
Strategi Nasional Percepatan Penganekaragaman Pangan

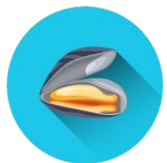
1. **Penguatan dukungan** kebijakan/regulasi mendukung pengembangan Pangan Lokal.
2. Pengarusutamaan **produksi dan konsumsi** Pangan Lokal.
3. Optimalisasi **pemanfaatan lahan**, termasuk lahan pekarangan
4. Penguatan dan pengembangan **industri Pangan Lokal**. khususnya UMKM dan/atau industri kecil menengah.
5. Peningkatan **jangkauan distribusi dan pemasaran** produk Pangan olahan berbasis potensi sumber daya lokal secara efisien.
6. Peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan sikap masyarakat mengenai perlunya mengonsumsi **Pangan B2SA**.
7. Pengembangan **teknologi dan sistem insentif** bagi usaha Pangan Lokal; dan
8. **Penguatan kelembagaan ekonomi** petani, pembudi daya ikan, dan nelayan.

Muatan Rencana Aksi Terkait Pengembangan Pangan Akuatik

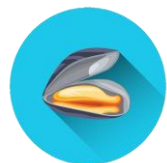
No	Rencana Aksi
1	Menyusun kebijakan mengenai revitalisasi dan pengembangan sentra pengolahan hasil perikanan berbasis kawasan
2	Menyusun rekomendasi kebijakan mengenai pemberian bantuan Pangan berbasis ikan bagi anak-anak, ibu hamil, menyusui dan daerah rawan gizi
3	Alokasi anggaran daerah untuk percepatan pengembangan Penganekaragaman Pangan Lokal
4	Bimbingan dan pelatihan bagi pelaku usaha sektor kelautan dan perikanan
5	Dukungan akses permodalan bagi pelaku usaha sektor kelautan dan perikanan
6	Mengembangkan sentra kuliner ikan berbasis sumber daya lokal
7	Promosi menu gizi seimbang dengan menggunakan ikan dan produk perikanan
8	Melakukan penguatan kampanye Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (Gemarikan)
9	Kampanye, sosialisasi, atau konsultasi mutu dan keamanan hasil

Solusi Membalik Arah



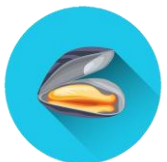


Menjadi alternatif sumber pangan berkelanjutan di masa depan dan mengganti alih fungsi lahan



Menyediakan pangan *low-input* dan ramah lingkungan.

- Ikan yang dibudidayakan (*fish farmed*) memiliki jejak karbon yang jauh lebih rendah dibanding sapi dan domba.



Pemenuhan gizi masyarakat

- Bisa direkomendasikan untuk program makan bergizi. Kandungan protein ikan menjadi modal menyiapkan SDM untuk Indonesia Emas 2045 mendatang.
- Sumber protein dan mikronutrien tinggi (omega-3, Vit D, dll). Lebih dari 3,3 miliar orang mendapatkan setidaknya 20% protein hewani mereka dari ikan (FAO). Pangan Akuatik memenuhi sekitar 8% zink dan besi, 13% protein, dan 27% vitamin B12 dari Pangan Akuatik (Golden, dkk, 2021 : *Aquatic Foods to Nourish Nations*).



Pencapaian target SDGs ke 14 : Life Below Water

- Mengurangi kelaparan dan meningkatkan Kesehatan
- Meningkatkan keberlanjutan lautan, air, iklim dan daratan
- Meningkatkan lapangan kerja. Industri perikanan merupakan sumber pendapatan bagi masyarakat pesisir dan pulau-pulau kecil.



FAKTA !



Sumber daya pangan akuatik cukup melimpah di Indonesia sebagai negara



Tingkat konsumsi pangan akuatik di masyarakat masih rendah.

- Konsumsi ikan nasional 2023 sebesar 56,48 kg/kap/tahun (data KKP), lebih rendah dibanding Singapura sebesar 90 kg/kap/thn dan Malaysia mencapai 80 kg/kap/thn pada periode 2023.
- Target 2024 sebesar 63,05 kg/kap/thn

Faktor-faktor yang berpengaruh



Ekonomi : Harga pangan akuatik relatif tinggi dibanding sumber protein lain seperti daging ayam atau telur yang lebih terjangkau.



Aksesibilitas : Infrastruktur distribusi yang buruk berkontribusi terhadap rendahnya konsumsi ikan



Budaya dan Kebiasaan Makan : Masyarakat di pesisir memiliki kebiasaan makan yang berbeda dengan masyarakat di dataran tinggi



Persepsi dan Edukasi : masih adanya persepsi negatif terhadap ikan. Perlunya edukasi manfaat gizi dari pangan akuatik.

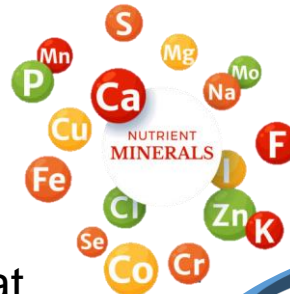


Kebijakan pemerintah, dalam mengajak masyarakat mengkonsumsi ikan dan hasil laut harus lebih massif dan tidak hanya seremonial.

Dampak Rendahnya Konsumsi Pangan Akuatik

Status Gizi dan Kesehatan Masyarakat

- Rendahnya konsumsi pangan akuatik bisa berdampak negative : kekurangan asupan protein, omega-3, dan zat gizi mikro lainnya.
- Munculnya masalah kesehatan seperti stunting pada balita dan penyakit jantung pada orang dewasa



Sosial dan Budaya

- Hilangnya warisan kuliner tradisional yang berbasis pangan akuatik.
- Hilangnya hubungan dengan kekayaan alam laut Indonesia.



Ekonomi Lokal

- Rendahnya *demand* akan pangan akuatik berdampak pada ekonomi lokal.
- Nelayan dan pekerja sektor perikanan bisa kehilangan mata pencaharian jika *demand* pangan akuatik tidak meningkat.



Makan Ikan sebagai Nilai Budaya

Masyarakat Indonesia khususnya pesisir sangat gemar makan ikan karena merupakan bahan pangan lokal yang paling banyak ditemui. Kebiasaan makan ikan menjadi nilai turun-temurun yang diwariskan dari generasi ke generasi.



Ikan Kuah Kuning & Papeda Khas Papua



Pindang Khas Sumatera



Sinonggi Khas Sulawesi Tenggara



Kebiasaan makan ikan sebagai preferensi kuliner dan mencerminkan nilai-nilai budaya yang mendalam.



Nilai-nilai dalam Budaya Makan Ikan :

- Membangun **Rasa Kebersamaan** melalui makan Bersama, berbagi makanan, dan memasak Bersama.
- **Menjaga Tradisi dan Identitas Budaya** : Resep Turun-Temurun, Bahan-Bahan Lokal, aneka ragam hidangan
- Menunjukkan **Rasa Hormat dan Apresiasi** : penyajian ikan yang estetik, Menghargai Seni Kuliner



Kebiasaan Makan seseorang akan dipengaruhi oleh kondisi **Geografis** yang membentuk lanskap pangan suatu wilayah tertentu/**Ekologi Pangan**



- Orang yang tinggal di **pantai** akan **makan ikan** dan **makanan laut**;
- Orang-orang dari **pegunungan** akan makan lebih banyak **daging merah** atau unggas, serta buah-buahan dan sayuran.



Kapurung udang/ikan Khas Susel



Binte Biluhuta Khas Gorontalo



Ambon, Maluku

Pemberian **Alat Pengolahan Mie dan sosis** berbahan dasar sagu, **ikan** dan daun kelor



Mie Sagu

Sosis ikan



Maluku Tenggara, Maluku

Pemberian **Alat Pengolahan Enbal** dengan campuran **ikan** dan daun kelor



Ambal



Balikpapan, Kalimantan Timur

Pemberian **Alat Pengolahan Pempek dan Amplang** berbahan dasar mocaf, **ikan** dan sayuran




Pempek Daun Kelor



Amplang





genb2sa

Following

Message

...

411 posts

3,495 followers

523 following


GenB2SA

Digital creator


Akun Resmi Direktorat Penganeekaragaman Konsumsi Pangan NFA

Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman (B2SA)


Makan Enak, Makan Sehat, Makan B2SA. Habiskan!!!




BGtS 2024




RumahPanga...




PromosiB2SA...




Promosi B2SA



PPH 2024




#KuisB2SA




BGtS 2023

Follow



@genb2sa



#PanganLokalNusantara

IKAN-IKAN LOKAL TINGGI


ASAM FOLAT

Folate

Sumber: Indonesiabisa


Gens, ikan apa saja sih?

KAMU NANYA APA ITU




B2SA

Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman



Yuk cari tau yuk

>>




#PanganLokalNusantara

KANDUNGAN GIZI IKAN

KEMBUNG VS SALMON

Sumber: Indonesiabisa

Gens, apa iya ikan kembung tinggi gizi?




GIZI PER 100 GRAM

Ikan Kembung		Ikan Salmon
Rp25.000,00-35.000,00/kg (8-10 ekor)		Rp300.000/kg
2,6 gram	Omega 3	1,4 gram
9,36 gram	Lemak	5,93 gram
64 miligram	Kolesterol	45 miligram
19,2 gram	Protein	21,62 gram
167 kkal	Energi	146 kkal
0,9 miligram	Zat besi	0,77 miligram

Sumber: Indonesiabisa


Gens, ikan kembung memiliki gizi lebih tinggi!



KASTA PROTEIN IKAN *

GOAT		
Kembung 22%		Layang 22%
Bandeng 20%		Ekor Kuning 20%
Kakap 20%		
Tawes 19%		Salmon 19%
Mujair 18%		Selar 18%
Mas 16%		Bawal 17%

Sumber: Kandungan Gizi Pangan Ikan oleh Dr. Ir. Lina Damaningsih, M.Si







#YukMakanSayur

RUMPUT LAUT

HARTA KARUN NUTRISI BAHARI

Gens, ini manfaatnya

Makan Enak, Makan Sehat, Makan B2SA



Badan Pangan Nasional

17

1

Integrasi kebijakan melalui program subsidi harga, kampanye edukasi, dan promosi secara massif dan kontinyu

2

Kolaborasi sektor swasta dan pemerintah melalui **inovasi produk dan pemasaran** untuk meningkatkan **daya saing produk** akuatik Indonesia

3

Peningkatan **infrastruktur distribusi** dan **investasi teknologi penyimpanan dingin** untuk memastikan ketersediaan ikan segar di seluruh pelosok Indonesia.

4

Edukasi manfaat gizi dan cara pengolahan yang baik melalui media massa, lingkungan pendidikan & komunitas untuk meningkatkan minat konsumsi ikan.

5

Mendukung **peran pelaku usaha skala kecil bidang pangan akuatik**.

Masyarakat Sehat & Sejahtera





TERIMA KASIH

#PanganKuatIndonesiaBerdaulat



Makan Enak
Makan Sehat
Makan B2SA
Habiskan!



Badan Pangan Nasional



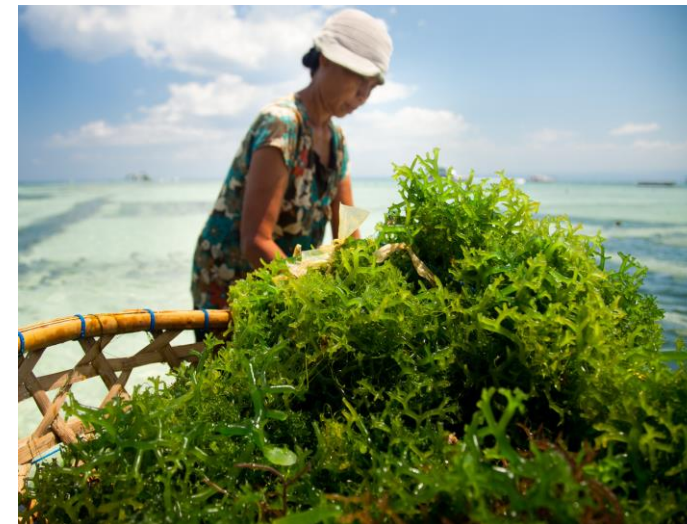


Pangan Akuatik adalah bahan/ makanan yang berasal dari **hewan air, tumbuhan maupun algae** yang dibudidayakan dan ditangkap di perairan tawar dan laut.

Indonesia memiliki **peluang besar sebagai produsen pangan akuatik** terbesar di dunia.

- Sektor perikanan budidaya (akuakultur) : 100 juta ton
 - Sektor perikanan tangkap : 15 juta ton
- (Kemenko Marves, 2023)

- *Pangan Akuatik* menjadi salah satu sumber devisa negara Indonesia dengan nilai mencapai US\$ 4,5 miliar tahun 2021.
- Data KKP : nilai ekspor perikanan mencapai US\$ 5,71 miliar dan nilai impornya sebanyak US\$ 0,64 miliar pada periode Jan-Nov 2022 .
- 5 komoditas utama yang dihasilkan, yaitu udang, tuna/cakalang/tongkol, cumi/sotong/gurita, rumput laut, dan rajungan/kepiting.





Potensi :

- Lahan potensial seluas **12 juta ha**.
- Termanfaatkan 0,8% dari potensi dengan produksi tahun 2021 sekitar 9,09 juta ton dengan nilai Rp28.52 triliun
- Terdapat 550 jenis rumput laut bernilai ekonomis tinggi dari sekitar 8000 jenis yang ada di dunia.
- Potensi ekonomi *Eucheuma cottoni* saja mencapai USD10 miliar per tahun (150 T/tahun) .
- Indonesia tahun 2019 menjadi produsen nomor satu dunia untuk *Eucheuma cottoni* dan menguasai lebih dari 80 persen pasokan dunia.



Rumput laut merupakan tanaman perairan (*algae*) yang mengandung:

- protein 5,4%,
- Karbohidrat 33,3%,
- lemak 8,6, dan
- serat kasar 3%

Manfaat :

Meningkatkan fungsi tiroid, kesehatan jantung, Kesehatan usus, menstabilkan gula darah, membantu menurunkan berat badan, memperkuat sistem kekebalan tubuh, dan menurunkan resiko terkena kanker tertentu.

Latoh atau lawi-lawi (*Caulerpa sp*) merupakan rumput laut yang dikonsumsi masyarakat sebagai sayuran/lalapan.