

Ny Putri Koster Harap Ikan Dijadikan Menu Wajib Keluarga



Bangli, (NSKLB) – Ikan merupakan sumber protein yang sangat baik untuk mencukupi kebutuhan harian nutrisi anak untuk memaksimalkan fase tumbuh kembangnya, di mana ikan mengandung omega-3 yang sangat penting bagi perkembangan otak anak. Begitu pentingnya manfaat yang diperoleh dari mengkonsumsi ikan, maka perlu dibangun kesadaran khususnya di kalangan anak-anak untuk menyukai dan gemar makan ikan. Gerakan ini juga sebagai salah satu upaya membangun generasi emas yang sehat jasmani dan rohani. Untuk itu, menu ikan diharapkan dapat menjadi salah satu menu wajib yang disajikan di dalam keluarga.



Harapan tersebut disampaikan Ketua Forum Peningkatan Konsumsi Ikan Nasional (Forikan) Provinsi Bali Ny Putri Koster dalam sambutannya dalam acara GEMARIKAN bertempat di Balai Banjar Pekuwon Kelurahan Cempaga Kecamatan Bangli, Jumat (11/6).



Lebih jauh dalam sambutannya, wanita yang akrab dipanggil Bunda Putri ini menyampaikan bahwasannya membangun kesadaran mengonsumsi ikan dapat dimulai dari tersedianya ragam menu berbahan dasar ikan yang diolah sedemikian rupa pada menu keluarga sehari-harinya. Para ibu diharapkan kreatif dalam menyajikan menu berbahan dasar ikan dengan memanfaatkan bumbu dapur yang ada tanpa menggunakan penyedap yang berbahaya bagi kesehatan.

“Betapa pentingnya anak-anak kita mendapat asupan gizi yang terkandung dalam ikan agar anak tumbuh sehat dan cerdas, jadikan ikan sebagai menu keluarga, olah ikan dengan baik sehingga anak-anak suka makan ikan,” imbuhnya.

Pendamping orang nomor satu di Bali ini menambahkan, selain menumbuhkan kesadaran untuk mengonsumsi ikan juga perlu diperhatikan ketersediaan ikan yang sehat dan segar yang dihasilkan dari danau ataupun sungai yang bersih pula. Mengingat sungai atau danau yang kotor akan berdampak pada kualitas dari ikan yang hidup di tempat tersebut. Untuk itu, sangat penting dan menjadi perhatian bersama untuk menjaga habitat ikan (danau, sungai, atau laut) tetap bersih, sehingga

nantinya dapat mengkonsumsi ikan segar yang bersih dan menyehatkan.



“Kabupaten Bangli memiliki Danau Batur yang kaya akan ikan, untuk itu jaga kelestarian dan kebersihan danau sehingga ikan ikan yang ada di dalamnya juga sehat. Masyarakat juga bisa memanfaatkan lahan kosong dengan membuat kolam ikan yang hasilnya nantinya bisa untuk konsumsi sendiri. Dengan demikian kita tidak hanya membangun kesadaran gemar makan ikan, tetapi juga menjamin ketersediaan ikan yang terjangkau masyarakat,” ujarnya.

Dalam acara yang juga dihadiri oleh Bupati Bangli Sang Nyoman Sedana Arta, Wakil Bupati Bangli I Wayan Diar dan Ketua DPRD Bangli Ketut Suastika, selanjutnya Bunda Putri juga mengajak semua stakeholder bersinergi untuk menemukan pola dan sistem terkait upaya membangun kesadaran untuk gemar makan ikan serta penyediaan ikan yang segar, sehat dan terjangkau oleh masyarakat. Dengan demikian, masyarakat nantinya tidak hanya gemar makan ikan tetapi juga ikan yang tersedia tidak mahal dan dapat diperoleh dengan mudah oleh masyarakat sehingga kebutuhan gizi dapat terpenuhi.

Gerakan memasyarakatkan makan ikan (Gemarikan) yang dirangkai dengan Peringatan Hari Lahirnya Pancasila serta Peringatan Bulan Bung Karno III juga diisi dengan penyerahan paket gemar ikan berupa abon, kerupuk serta fillet ikan kepada lansia, ibu hamil, anak stunting serta anak sekolah dasar serta lomba menangkap ikan dan lele yang diikuti siswa sekolah dasar. Acara yang juga dihadiri oleh Ketua Forikan Kabupaten Bangli, Kepala Dinas Perikanan Provinsi Bali serta Kepala OPD di lingkungan Pemkab Bangli juga diisi dengan penampilan pembacaan puisi Bung Karno oleh perwakilan siswa. (AGP/GS)