PEMBERDAYAAN IBU-IBU NELAYAN DALAM PENGOLAHAN DAN PENGEMBANGAN PANGAN DI WILAYAH PESISIR KELURAHAN TALIA KECAMATAN ABELI KOTA KENDARI

Lisnawaty¹, Arum Dian Pratiwi²

¹²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo

Jl. HEA Mokodompit Kampus Bumi Tridharma Anduonohu, Kendari 93232

RINGKASAN

Ikan merupakan sumber makanan tinggi protein. Protein ikan tergolong kualitas tinggi karena tersusun dari asam-asam amino dengan komposisi paling lengkap yang diperlukan tubuh untuk pertumbuhan sel. Produksi ikan di Kota Kendari cenderung cukup besar yaitu sebanyak 40.285 ton/tahun. Kelurahan Talia merupakan salah satu daerah penghasil ikan yang cukup besar di Kota Kendari, 80% masyarakatnya bekerja sebagai nelayan. Pemanfaatan ikan di Kelurahan Talia belum optimal, bahkan jika hasil ikan terlalu banyak hanya dibuang kembali ke laut oleh masyarakat. Tujuan program pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan pengetahuan, pelatihan serta memberikan bimbingan dan pendampingan tentang pengolahan ikan menjadi produk-produk yang memiliki nilai jual seperti abon ikan, nugget ikan, dan kerupuk ikan, sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dan meningkatkan pendapatan ibu-ibu nelayan di Kelurahan Talia. Sasaran/mitra kegiatan ini adalah 20 orang ibu-ibu nelayan di RW 03 dan RW 04 di Kelurahan Talia, Kecamatan Abeli, Kota Kendari. Program ini dilakukan dengan tiga tahapan yaitu penyuluhan, pelatihan pembuatan abon ikan, nugget ikan, dan kerupuk ikan, dan pendampingan produksi dan pemasaran. Hasil kegiatan ini adalah mitra telah memahami manfaat mengonsumsi ikan, telah memahami metode pengolahan dan pengemasan serta telah mampu membuat produk olahan ikan seperti abon ikan, nugget ikan, dan kerupuk ikan.

Kata Kunci: Abon Ikan; Nugget Ikan; Kerupuk Ikan; Kelurahan Talia

A. Latar Belakang

1. (Analisis Situasi)

Ikan adalah salah satu bahan makanan yang digemari dan dikonsumsi oleh masyarakat selain sebagai komoditi ekspor (Kusumayanti dkk, 2011). Ikan merupakan sumber makanan tinggi protein (Restu, 2016) (Restu, 2016). Protein ikan tergolong kualitas tinggi karena tersusun dari asam-asam amino dengan komposisi paling lengkap yang diperlukan tubuh untuk pertumbuhan sel. Selain itu, protein ikan mudah dicerna dan diserap tubuh. Selain kaya Omega-3, ikan juga sarat vitamin dan mineral. vitamin A, vitamin D, vitamin B6 dan B12 banyak terkandung dalam ikan. Salah satu zat gizi yang terkandung pada ikan yang berperan penting untuk meningkatkan kecerdasan adalah DHA. Ikan-ikan seperti

tuna, salmon, tenggiri, sardin, dan makarel selama ini dikenal sebagai jenis ikan dengan kandungan DHA paling banyak (Wahyuni).

Kelurahan Talia merupakan wilayah pesisir yang terletak di Kecamatan Abeli Kota Kendari Sulawesi Tenggara yang berhadapan langsung dengan teluk Kendari dan masih terpinggirkan jika dibandingkan dengan desa/kelurahan lain yang ada di Kota Kendari, dimana 80% masyarakatnya bekerja sebagai nelayan (profil Kelurahan Talia). Daerah pesisir biasanya identik dengan komoditi hasil laut, salah satunya hasil tangkapan ikan untuk konsumsi sehari-hari.

Berdasarkan data survey dan wawancara dengan beberapa nelayan di Kelurahan Talia didapatkan bahwa selama ini hasil tangkapan nelayan hanya dijual ke pelelangan ikan, selebihnya hanya untuk dikonsumsi sendiri dan tidak jarang jika hasil tangkapan berlebih dan tidak habis terjual para nelayan membuangnya kembali ke laut. Beberapa masyarakat juga mensiasatinya dengan cara menggarami (dibuat ikan asin), namun hasil olahan ikan asin ini kadang kala hanya disimpan sampai membusuk/berjamur karena kurangnya minat masyarakat dalam mengkonsumsi ikan asin. Permasalahan lain yang di dapatkan ialah terkadang jika tangkapan ikan kurang, maka masyarakat nelayan (ibu-ibu nelayan) membeli ikan untuk dikonsumsi. Permasalahan ini disebabkan karena tidak adanya alternatif dan inovasi dalam pengelolaan dan penyediaan pangan rumah tangga khususnya yang bersumber dari laut (ikan).

Optimalisasi pengolahan ikan hasil tangkapan nelayan merupakan pengembangan inovasi yang menarik perhatian, ikan banyak mengandung zat-zat gizi yang bermanfaat bagi kesehatan (Gailea, n.d.). Olahan ikan tersebut banyak kegunaannya salah satunya dapat diolah menjadi *abon ikan*, *nugget ikan* dan *kerupuk ikan*. (Fachruddin, 1998) Hasil olahan ini dapat menjadi salah satu metode dalam peyediaan pangan rumah tangga khususnya bagi masyarakat mitra. Selain itu olahan ini memiliki nilai komersial yang tidak mahal, praktis dan terjangkau, jadi hal ini dapat membantu meningkatkan kesehatan masyarakat secara umum dan meningkatkan kesejahteraan para nelayan secara khusus dengan meningkatnya pendapatan melalui kelompok usaha kecil yang dapat dilakukan para kelompok ibu-ibu nelayan di Kelurahan Talia Kecamatan Abeli.

Berdasarkan latar belakang di atas dimana belum adanya inovasi yang dikembangkan sebagai alternatif penyediaan pangan yang beranekaragam dan rendahnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat mengkonsumsi makanan yang bergizi dan beranekaragam, sehingga diperlukan suatu inovasi melalui kegiatan pelatihan dan edukasi kepada masyarakat utamanya kepada ibu rumah tangga, dimana ibu rumah tangga mempunyai peranan besar dalam penyediaan makanan yang bergizi dan beranekaragam.

B. Metode Pelaksanaan

Tahapan kegiatan pemecahan masalah yang dilaksanakan adalah sebagai berikut:

1. Berkoordinasi dengan pihak pemerintah Kelurahan Talia dan mitra (ketua RW dan ibu rumah tangga) serta menyusun shcedul kegiatan
2. Penyuluhan dalam rangka memberikan informasi tentang manfaat mengkonsumsi ikan bagi kesehatan.
3. Melakukan pelatihan pembuatan abon ikan, nugget ikan dan kerupuk ikan. Selain itu dilakukan pengawasan terkait prosedur kesehatan dan keselamatan kerja pada setiap pelaksanaan kegiatan. Teknik pengolahan yang dilakukan adalah berbasis bahan baku lokal mulai dari pemilihan bahan baku, formulasi, pengolahan hingga tahap pengemasan. Teknologi pembuatan abon ikan adalah ikan dicuci, direbus, dihaluskan, menumis bumbu yang telah dihaluskan, menambahkan santan, daun salam, dan gula merah hingga mendidih, dan memasukkan ikan tuna yang telah dihaluskan, dan diaduk terus hingga kering. Teknologi pembuatan nugget ikan adalah ikan tenggiri dicuci dan dibersihkan terlebih dahulu, kemudian dihaluskan dan dicampurkan dengan bumbu yang telah dihaluskan dan ditambahkan tepung tapioka, kemudian dicetak dan dikukus, didinginkan, lalu dipotong, dan diberikan tepung panir, kemudian dikemas dan diberi label.
 Teknologi pembuatan kerupuk ikan, ikan dicuci dan dihaluskan, mencampurkan daging ikan yang telah halus dengan bumbu dan tepung tapioka. Adonan kerupuk yang telah dibentuk kemudian direbus hingga matang, kemudian didinginkan di dalam lemari es 12 jam dan diiris tipis, kemudian dijemur, dan siap untuk dikemas.
4. Melakukan pendampingan dalam proses produksi pembuatan abon ikan, nugget ikan dan kerupuk ikan . Kegiatan ini dimaksudkan agar mitra dapat mandiri dalam membuat abon ikan, nugget ikan dan kerupuk ikan dengan menggunakan alat dan teknonogi yang ada.
5. Memotivasi mitra dalam membentuk suatu kelompok usaha kecil rumah tangga sehingga dapat meningkatkan keinginan mitra untuk lebih berusaha meningkatkan penghasilannya.
6. Memberikan pelatihan penataan manajemen yang profesional (manajemen keuangan, manajemen pemasaran dan strategi promosi), agar mitra mampu memproduksi dan memasarkan hasil produksi mereka. Materi yang diberikan berupa teori tentang manajemen keuangan (pengelolaan keuangan) serta manajemen pemasaran (strategi pemasaran). Yang bertanggung jawab dalam kegiatan ini adalah ketua tim dimana memiliki keahlian dalam ilmu administrasi dan manajemen dan dibantu oleh Narasumber materi manajemen keuangan adalah tenaga ahli manajemen keuangan.
7. Menyusun langkah awal pemasaran produk melalui *door to door* sebagai upaya promosi, selanjutnya akan di lakukan kerjasama dengan pemerintah daerah dan instansi terkait.

Melakukan monitoring dan evaluasi

C. Hasil Dan Pembahasan

1. Pelaksanaan Kegiatan

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) pada ibu-ibu kelompok nelayan di kelurahan Talia Kecamatan Abeli, melibatkan 20 orang ibu rumah tangga yang terdiri dari 10 orang ibu rumah tangga di RW 03 dan 10 orang ibu rumah tangga di RW 04. Para mitra/ibu ini adalah istri dari para nelayan yang tidak mempunyai pekerjaan sampingan, hanya sebagai ibu rumah tangga. Sebelum pelaksanaan kegiatan, ketua pelaksana program berkunjung ke kantor kelurahan Talia untuk menyampaikan rencana program dan waktu pelaksanaan, kemudian Kepala Lurah Talia bersurat kepada Ketua RW 03 dan Ketua RW 04. Pelaksanaan program di laksanakan di dua tempat, pertama dilaksanakan di RW 03 dengan tahapan kegiatan; (1) penyuluhan (2) pelatihan pembuatan nugget ikan, abon ikan dan kerupuk ikan, (3) pendampingan produksi dan pemasaran. Adapun jenis kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Penyuluhan

Penyuluhan dilaksanakan di dua tempat yaitu RW 03 dan RW 04 Kelurahan Talia. Penyampaian materi ini ditujukan untuk memberikan pengetahuan awal kepada mitra bahwa produk yang akan dihasilkan ini bermanfaat bagi kesehatan. Selain itu, mitra (ibu rumah tangga) dapat menyediakan makan yang bervariasi dan mempunyai kandungan gizi yang cukup bagi keluarga. Kandungan protein dan omega 3 dalam ikan cukup tinggi dan merupakan salah satu zat gizi yang memegang peranan penting untuk pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh. Keseimbangan protein dalam komposisi menu makan dapat menjadi penyeimbang konsumsi zat gizi makro lainnya. Jadi protein diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan dalam masa pertumbuhan serta memelihara jaringan tubuh selama usia dewasa (Almatsier, 2004).

Antusiasme peserta/mitra sangat luar biasa, karena materi yang disampaikan sangat terkait dengan permasalahan yang mereka hadapi, dimana selama ini sebahagian mitra belum memahami tentang manfaat mengkonsumsi ikan bagi kesehatan. Untuk itu, perlu memberikan pemahaman/pengetahuan kepada mitra tentang gizi seimbang untuk menjaga kesehatan dengan mengkonsumsi ikan utamanya ikan segar. Selain itu tidak adanya alternative pengolahan makanan khususnya ikan sehingga jika hasil tangkapan ikan masyarakat berlebih hanya diolah menjadi ikan asin, olehnya itu akan diadakan pelatihan pembuatan abon, nugget dan kerupuk ikan yakni serta perlu melatih mitra agar dapat berwirausaha melalui pengembangan berbagai hasil olahan ikan agar menarik dan bernilai jual. Adapun antusiasme warga dalam mengikuti kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 1.

b. Pelatihan

Ada tiga jenis pelatihan yang diberikan kepada masyarakat mitra yakni pembuatan abon ikan, nugget ikan dan kerupuk ikan. Sebelum melaksanakan pelatihan, terlebih dahulu memberikan pemahaman terkait pentingnya

memperhatikan hygiene (kebersihan) perorangan, alat dan bahan yang digunakan selama proses pembuatan produk. Selanjutnya memberikan pemahaman dan pengenalan alat dan bahan, prosedur kerja serta teknik pengemasan hasil olahan abon ikan, nugget ikan dan kerupuk ikan.

c. Pendampingan

Setelah pemberian penyuluhan dan pelatihan, selanjutnya melakukan kegiatan pendampingan kepada masyarakat mitra dalam pembuatan olahan ikan menjadi abon, nugget ikan dan kerupuk ikan. Kegiatan ini bertujuan untuk pengenalan dan mengaplikasikan produk yang telah diajarkan saat pelatihan serta diharapkan mitra dapat mandiri dalam memproduksi abon ikan, nugget ikan dan kerupuk ikan sehingga nantinya produksi olahan ikan ini dapat terus berlanjut.

2. Evaluasi

Selama program berlangsung terjadi perubahan secara signifikan pada mitra sesuai dengan luaran kegiatan yang diharapkan:

1. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang manfaat ikan bagi kesehatan yang diukur melalui pre dan post tes. Dimana sebelum penyuluhan nilai rata-rata pre tesnya adalah 67,10 dan setelah penyuluhan rata-rata nilai post tesnya adalah 87,25. Setelah penyuluhan masyarakat mitra menjadi sadar dan memahami tentang kandungan gizi dan manfaatnya yang terkandung di dalam ikan.
2. Masyarakat mitra memiliki keterampilan dalam mengolah hasil laut (ikan) menjadi produk yang bergizi dan bernilai ekonomis. Program ini telah berhasil menambah keterampilan mitra dalam membuat abon ikan, nugget ikan, dan kerupuk ikan. Hal ini dilihat dari kemampuan mitra dalam membuat secara mandiri hasil olahan ikan berupa abon, nugget ikan, dan kerupuk ikan.
3. Masyarakat mitra dapat mempunyai pekerjaan sampingan dan dapat menambah penghasilan keluarga. Keterampilan yang telah diperoleh dari program ini dapat menjadi bekal bagi mitra dalam berwirausaha sehingga mitra dapat mempunyai pekerjaan sampingan dan dapat menambah penghasilan keluarga.
4. Masyarakat mampu memilih, mengolah dan mengemas produk dengan baik dan memenuhi standar kebersihan. Dalam pelatihan ini mitra juga dilatih tentang hygiene personal dalam pembuatan produk olahan ikan, seperti, mitra wajib menggunakan sarung tangan saat mengolah ikan menjadi abon, nugget, dan kerupuk, peralatan yang digunakan harus dalam keadaan bersih sehingga dapat mengurangi kontaminasi bakteri yang akan dapat membuat produk bertahan lama. Saat pendampingan, hal ini dipraktikkan oleh mitra saat membuat produk olahan ikan secara mandiri.
5. Mitra mampu mengelola keuangan dan manajemen pemasaran khususnya untuk produk yang dihasilkan sehingga dapat terus memproduksi dan memasarkan hasil produksi. Mitra telah mampu mengelola keuangan dengan baik, hal ini ditunjukkan dengan adanya buku catatan khusus tentang

pengeluaran dan pemasukan dari produk hasil olahan ikan ini. Mitra juga telah berhasil memasarkan produk secara door to door kepada tetangga-tetangga.

D. Kesimpulan Dan Saran

1. Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan maka pada masyarakat mitra di RW 03 dan RW 04 Kelurahan Talia Kecamatan Abeli Kota Kendari yang dilakukan melalui kegiatan pemberdayaan ibu-ibu nelayan dalam pengolahan dan pengembangan pangan berupa pemberian penyuluhan, pelatihan dan pendampingan pembuatan abon ikan, nugget ikan, dan kerupuk ikan, dapat membantu permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat mitra. Setelah pelaksanaan kegiatan maka dapat disimpulkan:

- a. Dengan penyuluhan tentang manfaat ikan, memberi pengetahuan tambahan kepada mitra selain pengetahuan manfaat ikan bagi kesehatan, juga masil olahan ikan yang dapat bernilai ekonomi.
- b. Dengan pelatihan pembuatan olahan ikan menjadi abon ikan, nugget ikan dan kerupuk ikan, mitra mendapatkan solusi dalam pengolahan hasil tangkapan ikan nelayan dan menyediakan makan yang bergizi dan beraneka ragam.
- c. Hasil produksi dapat dipasarkan dan dapat menambah pendapatan bagi mitra.

2. Saran

Saran yang dapat diberikan adalah:

- a. Untuk keberlanjutan dari produk yang dihasilkan, dibutuhkan peran dari pemerintah setempat dan intansi terkait untuk dapat melakukan pembinaan lebih lanjut terhadap mitra, agar perkembangan teknologi tepat guna yang ada dapat diaplikasikan pada masyarakat, termasuk perhatian terhadap kelompok usaha kecil yang telah dibangun oleh masyarakat mitra dalam mengembangkan dan memasarkan produk olahan ikan.
- b. Masyarakat harus dapat mandiri dan mampu dalam menghasilkan inovasi olahan pangan yang baru serta mampu menciptakan pasar melalui kelompok usaha mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2004). *Prinsip-prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Engelen, A., Angelia, I.O., Kerupuk Ikan Lele (*Clarias sp*) dengan Substitusi Tepung Talas (*Colocasia esculental L. Schoott*). *Jtech*. 5 (2): 34-43.
- Fachruddin, L. (1998). *Membuat Aneka Abon*. Jakarta: Kanisius.
- Ismail, A.M., Putra, D.E. 2017. Inovasi Pembuatan Abon Ikan Cakalang dengan Penambahan Jantung Pisang. *Agritech*. XIX (1): 45-54.
- Kusumaningrum, I., Asikin, A.N., 2016. Karakteristik Kerupuk Ikan Fortifikasi Kalsium dari Tulang Ikan Belida. *JPHPI*. 19 (3): 233-239.
- Kusumayanti, H., Widi A., Wisnu B. 2011. Inovasi Pembuatan Abon Ikan sebagai Salah Satu Teknologi Pengawetan Ikan. *Gema Teknologi*. 16 (3): 119-121.

- Gailea, R. A. (n.d.). Alternatif Peningkatan Pendapatan Melalui Usaha Pengolahan Ikan Mujair Pada Kelompok Levonu dan Mujei di Desa Tomado, Kecamatan Lindu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kreatif*, 01, 1-13.
- Restu. (2016). Pengolahan Abon Ikan Karandang (*Channa pleurophthalmus*) dengan Penambahan Kelapa Parut.. *Jurnal Ilmu Hewani Tropika*, 5, 22-26.
- Wahyuni, M. (n.d.). *www.gizi.net*. Retrieved Agustus 2018, from *www.gizi.net*.