

**PENERAPAN DIVERSIFIKASI PRODUK HASIL PERIKANAN SEBAGAI UPAYA
MENINGKATKAN KONSUMSI IKAN MASYARAKAT KAMPUNG BIRAH
KECAMATAN TABUKAN SELATAN**

***APPLICATION OF FISHERY PRODUCTS DIVERSIFICATION AS AN
EFFORT TO INCREASE FISH CONSUMPTION FOR THE COMMUNITY OF
BIRAH, SOUTH TABUKAN***

Stevy Imelda Murniati Wodi ¹⁾, Eko Cahyono ¹⁾

¹⁾Program Studi Teknologi Pengolahan Hasil Laut, Politeknik Negeri Nusa Utara

Email : wodiimelda@gmail.com

Abstrak: Diversifikasi Olahan Ikan merupakan motivasi baru untuk memperkenalkan kepada masyarakat bahwa ikan yang biasanya dikonsumsi dalam bentuk digoreng, dibakar atau dimasak dalam keadaan utuh dapat dibuat makanan yang lebih menarik dan tetap bergizi yang dapat dikonsumsi mulai dari anak-anak, dewasa, sampai usia lanjut. Beberapa produk diversifikasi hasil perikanan antara lain: bakso ikan, nugget ikan, samosa ikan, dan amplang ikan. Tujuan dari kegiatan PKMS ini antara lain :1). Mengenalkan ikan sebagai bahan pangan yang mengandung aspek gizi, 2). Memberikan pemahaman tentang manfaat ikan untuk kesehatan keluarga dan kecerdasan anak, 3). Menanamkan minat untuk menyukai ikan sebagai makanan sehari-hari, 4). Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dalam pembuatan diversifikasi produk hasil perikanan sehingga meningkatkan konsumsi ikan masyarakat. Kegiatan ini melibatkan anggota kader posyandu, ibu hamil dan ibu menyusui Kampung Birahi. Metode yang digunakan yaitu metode observasi, penyuluhan dan pelatihan. Melalui Program PKMS ini kader dan masyarakat memperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang kandungan gizi dan manfaat ikan dalam meningkatkan kecerdasan otak pada anak, membantu kesehatan janin, menyehatkan jantung, menurunkan resiko kanker, menurunkan angka *stunting*, serta menjaga imunitas dimasa pandemi, dan menumbuhkan kreativitas masyarakat dalam mengolah ikan sebagai sarana pemenuhan gizi.

Kata kunci : Diversifikasi, gizi, ikan, produk olahan

Abstract: Fishery product diversification is a new strategy recently introduced to the public in Birahi village in the South Tabukan district. It aimed to increase the awareness of the people in the village towards the value of fishery product diversification, further processing fish usually consumed in the form of fried, grilled, or cooked products into more attractive and nutritious products such as fish balls, fish nuggets, fish samosas and fish amplang targeted for children, adults and the elders in the village. The objectives of this community service (PKMS) included 1). introduce nutritional aspects of fish as important food ingredients 2). teach the benefits of fish consumption for family health and children's intelligence, 3). instill an interest in daily fish consumption 4). increase the knowledge and skills in processing diversified fishery products, which in turn increase fish consumption in the community. This community service involved cadres from Integrated Healthcare Center (Posyandu), pregnant women, and breastfeeding mothers of Birahi village. The used method in this community service was observation, counseling, and training. Through this PKMS program, the Posyandu's cadres and the public gained knowledge and understanding of the nutritional aspects of fish and the benefits of fish consumption in increasing brain intelligence in children, helping fetal health and heart health, reducing cancer risk and stunting, in maintaining immunity during the covid pandemic and in fostering community creativity to process fish as a way of fulfilling the community's nutritional needs.

Keywords: diversification, nutrition, fish, processed product

PENDAHULUAN

Potensi Perikanan berpeluang besar dalam melakukan usaha perikanan yang menguntungkan dan meningkatkan ekonomi masyarakat. Usaha-usaha tersebut dapat berupa Pengolahan Hasil Perikanan. Akan tetapi pemanfaatan sumberdaya, khususnya ikan belum banyak dimanfaatkan secara optimal oleh masyarakat (Wodi *et al.*, 2018). Sebagian besar hasil tangkapan langsung dijual ke pasar dan sebagian dikonsumsi, karena pengetahuan tentang pengolahan hasil perikanan masih sedikit (Budhiati, 2018). Industri pengolahan hasil perikanan melalui Diversifikasi Produk Olahan, dapat meningkatkan manfaat dan nilai tambah, menekan kerusakan dan kehilangan (*losses*) penyedia lapangan kerja, serta meningkatkan pendapatan ekonomi masyarakat (Sabawa dan Ustadi, 2014).

Diversifikasi Olahan Ikan merupakan motivasi baru untuk memperkenalkan kepada masyarakat bahwa ikan yang biasanya dikonsumsi dalam bentuk digoreng, dibakar atau dimasak dalam keadaan utuh dapat dibuat makanan yang lebih menarik dan tetap bergizi yang dapat dikonsumsi mulai dari anak-anak, dewasa, sampai usia lanjut. Beberapa produk diversifikasi hasil perikanan antara lain: bakso ikan, nugget ikan, samosa Ikan, dan amplang ikan (Suwarti *et al.*, 2015)

Terkait dengan gizi yang berasal dari ikan, Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kelautan dan perikanan membuat Program Peningkatan Konsumsi Ikan yang disebut Gemarikan. Menurut Winarno (1995), kurang gizi dapat disebabkan oleh jumlah konsumsi zat gizi yang terbatas, kualitas gizi makanan rendah, kebiasaan makan yang salah, kepercayaan, kemiskinan, dan daya beli yang rendah. Aspek nutrisi yang terkandung dalam ikan, mempunyai potensi untuk mencegah infeksi dari bakteri, jamur dan virus. Salah satu jenis ikan yang mengandung asam lemak omega 3 dan omega 6 adalah ikan tuna memiliki kadar protein yang tinggi (Hadinoto dan Idrus, 2018). Tubuh memerlukan gizi seimbang terutama pada anak-

anak, dimana pada usia tersebut dalam masa pertumbuhan (Winarno, 2008). Masa tumbuh kembang anak berlangsung sangat cepat khususnya pada seribu hari pertama kehidupan (HPK) atau yang biasa disebut dengan periode *emas anak/Golden Age*. Anak-anak pada periode emas membutuhkan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang tepat serta seimbang.

Program posyandu merupakan upaya strategis yang bertujuan menurunkan angka kematian bayi, kematian ibu dan angka kelahiran. Melalui program ini masalah gizi balita, ibu hamil dan ibu menyusui dapat dipantau secara langsung sehingga dapat mendeteksi kasus gizi buruk secara dini (Sofiana *et al.*, 2021). Upaya meningkatkan gizi masyarakat serta minat untuk mengkonsumsi ikan perlu terus ditingkatkan, terutama dikalangan anak-anak dan ibu hamil, karena ikan diharapkan menjadi salah satu sumber protein utama dalam pola konsumsi budaya masyarakat Indonesia. Ditinjau dari upaya kecukupan gizi masyarakat, diversifikasi olahan berbasis ikan ini dapat dijadikan sarana yang tepat pemenuhan gizi karena produk ini bernilai gizi tinggi dan disukai oleh semua lapisan masyarakat.

Mitra adalah kelompok Posyandu Kampung Birahi. Kampung ini merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Tabukan Selatan Kepulauan Sangihe berjarak 43 KM dari kota Tahuna dengan waktu tempuh 1 jam 28 menit, memiliki 3 Lindongan terdiri dari 210 KK. Sebagian besar Masyarakat bermata pencaharian sebagai petani, karena kampung Birahi terletak agak jauh dari pesisir pantai. Kebutuhan pangan pokok diperoleh dari ibukota Kecamatan Manalu. Peningkatan pengetahuan kader posyandu, ibu hamil dan ibu menyusui yaitu dengan mengenalkan ikan sebagai bahan pangan yang mengandung aspek gizi lengkap (protein, lemak, vitamin dan mineral), memberikan pemahaman tentang manfaat ikan bagi tubuh untuk kesehatan keluarga, dan kecerdasan anak, menanamkan minat untuk menyukai ikan sebagai makanan sehari-hari, memotivasi untuk melakukan

diversifikasi produk olahan ikan sehingga dapat meningkatkan konsumsi ikan dalam masyarakat. Olahan makanan yang variatif juga akan meningkatkan perekonomian keluarga masyarakat (Rasdianah dan Suryadi, 2020).

“Penerapan Diversifikasi Produk Hasil Perikanan Sebagai Upaya Meningkatkan Konsumsi Ikan Masyarakat kampung Birahi Kecamatan Tabukan Selatan” adalah bentuk kegiatan pengabdian Kemitraan masyarakat Stimulus (PKMS) yang bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang manfaat ikan bagi kesehatan keluarga dan kecerdasan anak, meningkatkan pemahaman kader dan ibu-ibu posyandu terhadap kebutuhan gizi balita dan ibu hamil, menanamkan minat untuk menyukai ikan sebagai makanan sehari-hari, meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader dan ibu-ibu posyandu dalam pembuatan diversifikasi produk hasil perikanan sehingga dapat meningkatkan konsumsi ikan dan ekonomi masyarakat kampung Birahi Kecamatan Tabukan Selatan. Beberapa permasalahan mitra antara lain: 1). Masyarakat kurang memahami tentang manfaat ikan sebagai bahan pangan yang menyehatkan terutama dikalangan anak-anak dan ibu hamil, 2). Kurangnya pengetahuan mengenai diversifikasi produk hasil perikanan sebagai sarana pemenuhan gizi masyarakat.

METODE PELAKSANAAN

Lokasi dan Waktu Pengabdian

Kegiatan PKMS ini dilaksanakan berlangsung selama 3 bulan (Juli – September) di Kampung Birahi Kecamatan Tabukan Selatan Kabupaten Kepulauan Sangihe, dengan tahapan kegiatan sebagai berikut:

a. Persiapan

Tahapan persiapan ini dimulai dengan observasi lokasi kegiatan di kampung Birahi Kecamatan Tabukan Selatan, Berkoordinasi dengan mitra, penentuan waktu

pelaksanaan, menjalin kerjasama dengan mitra, persiapan sarana, prasarana.

b. Pelaksanaan

Tahap pertama adalah penyampaian materi I yang terdiri dari pentingnya makan ikan serta manfaat ikan baik kesehatan dan materi ke-II yaitu pentingnya menjaga kesegaran ikan dan pentingnya faktor sanitasi dan hygiene. Tahap kedua yaitu praktek pembuatan beberapa produk diversifikasi seperti bakso, nugget, samosa dan amplang. Pelaksanaan kegiatan PKMS ini diberikan kepada kelompok kader Posyandu ibu hamil dan ibu menyusui kampung Birahi.

c. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Evaluasi terhadap peningkatan kemampuan mitra sebelum dan sesudah pelatihan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kampung Birahi merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Tabukan Selatan Kepulauan Sangihe berjarak 43 KM dari kota Tahuna dengan waktu tempuh 1 jam 28 menit, memiliki 3 lindongan dengan sebegini besar masyarakat bermata pencaharian sebagai petani, karena kampung Birahi terletak agak jauh dari pesisir pantai. Kebutuhan pokok diperoleh dari ibukota Manalu.

1. Tahap persiapan

Kegiatan PKMS ini dimulai dengan melakukan observasi ke lokasi kegiatan di kampung Birahi Kecamatan Tabukan Selatan dan berkoordinasi dengan mitra. Mitra terdiri dari kader-kader posyandu, ibu hamil dan ibu menyusui. Pada tahap persiapan ini, disepakati penetapan waktu pelaksanaan kegiatan.



Gambar 1. Kantor Kapitalaung kampung Birahi

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan PKMS ini dilaksanakan di Balai Desa Birahi Kecamatan Tabukan Selatan. Jumlah peserta yang hadir adalah kader-kader Posyandu sebanyak 4 orang, 2 orang ibu hamil, 4 orang ibu menyusui, 4 orang perangkat Desa dan kepala desa Bapak Adolof Lahipe, S.Pd.



Gambar 2. Acara Pembukaan

Tahap pertama adalah penyuluhan dan pelatihan. Materi I penyuluhan dan pelatihan yang diberikan meliputi pentingnya makan ikan serta manfaat makan ikan bagi kesehatan secara umum dan bagi pertumbuhan dan kecerdasan anak/balita secara khusus, terutama untuk ibu-ibu hamil dan ibu menyusui. Sedangkan materi kedua yaitu bagaimana sanitasi dan hygiene dalam pengolahan produk hasil perikanan. Dalam penyuluhan ini, peserta diberikan pemahaman tentang kandungan gizi ikan, dimana ikan mengandung protein tinggi yang sangat penting untuk perkembangan otak anak dan omega 3 yang sangat bermanfaat untuk kecerdasan anak-anak serta

mencegah beberapa penyakit berbahaya seperti jantung, stroke, darah tinggi dll.



Gambar 3. Pemaparan tentang manfaat ikan

Penjelasan dilanjutkan dengan memberikan pemahaman kepada mitra dalam rangka meningkatkan selera makan ikan maka sangat penting untuk melakukan diversifikasi olahan ikan, dimana selain memperpanjang masa simpan, juga memberi nilai tambah serta membuat produk ini digemari oleh anak-anak balita. Beberapa produk olahan ikan seperti, bakso ikan, nugget ikan, samosa ikan, dan amplang ikan.



Gambar 4. Penjelasan produk Diversifikasi



Gambar 5. Jenis-jenis olahan ikan yang diperkenalkan kepada mitra

Produk olahan berbasis ikan yang disampaikan pada kegiatan PKMS ini adalah bakso ikan, nugget ikan, samosa ikan dan amplang ikan. Peserta sangat antusias dan tertarik dalam mengikuti kegiatan pelatihan ini.

Materi ke-II adalah penjelasan tentang pentingnya menjaga kesegaran ikan dan sanitasi yang merupakan hal prioritas yang harus diperhatikan karena berhubungan dengan mutu dan kualitas produk.



Gambar 6. Mitra/peserta

Tahap kedua dilanjutkan dengan praktek pembuatan beberapa produk diversifikasi olahan hasil perikanan seperti bakso, nugget, samosa dan amplang. Selama praktek pembuatan produk berlangsung para peserta sangat antusias dan bersemangat. Pada akhir acara dilanjutkan dengan sesi Foto bersama Kepala Kampung dan seluruh anggota Kelompok ibu-ibu PKK.



Gambar 7. Penjelasan sanitasi dan higiene

3. Tahap Evaluasi

Berdasarkan hasil evaluasi terhadap kegiatan PKMS ini, diketahui para kader yang awalnya belum memahami sepenuhnya akan pentingnya ikan dan manfaat ikan bagi kesehatan sudah mulai paham dan mengerti serta sudah bisa meyakinkan masyarakat tentang manfaat dan pentingnya makan ikan sebagai usaha pemenuhan gizi masyarakat, khususnya untuk ibu-ibu hamil, ibu menyusui terutama bagi anak-anak.

Dan juga awalnya mereka tidak mengetahui cara membuat produk diversifikasi olahan perikanan, setelah mendapatkan pelatihan pembuatan produk mereka sudah mempunyai ketrampilan membuat olahan produk hasil perikanan.

Pada akhir kegiatan dilanjutkan dengan sesi Foto bersama Kepala Kampung dan seluruh kader posyandu, ibu hamil dan ibu menyusui.



Gambar 6. Foto bersama Anggota Kelompok

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa

1. Diversifikasi olahan ikan merupakan salah satu cara yang sangat efektif untuk memberikan informasi kepada kader posyandu dan masyarakat dalam hal ini ibu-ibu hamil dan ibu-ibu menyusui akan manfaat dan pentingnya mengkonsumsi ikan sebagai upaya pemenuhan gizi terutama bagi balita dan anak-anak dan juga meningkatkan pendapatan masyarakat Kampung Birahi.

2. Dengan adanya PKMS ini, diharapkan dapat meningkatkan pendapatan masyarakat melalui pembuatan produk olahan hasil perikanan yang bisa dipasarkan.

DAFTAR RUJUKAN

- Budhiati, R. 2018. Penerapan teknologi tepat guna variasi olahan ikan untuk meningkatkan konsumsi ikan masyarakat. Prosiding Seminar Nasional Unimus. Vol 1 : 222-230
- Hadinoto S., Idrus S. 2018. Proporsi dan kadar proximat bagian tubuh ikan tuna ekor kuning dari Maluku. *Majalah BIAM* 14 (02):51-57.e-journal Kemenperin.go.id
- Rasdianah N., Suryadi A. 2020. Inovasi usaha berbahan dasar ikan sebagai makanan berprotein tinggi dimasa Pandemi Covid-19 desa Malango. Laporan Pengabdian Masyarakat. Universitas Negeri Gorontalo.
- Sabawa L, Ustadi. 2014. Teknologi pengawetan dan pengolahan hasil perikanan. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Suwarti, Rahayu S, Putri AR. 2015. Kumpulan informasi teknologi pengolahan produk berbasis ikan. Balai Besar Pengujian Penerapan Hasil Perikanan Direktorat Jenderal Penguatan daya Saing Produk Kelautan dan Perikanan. Kementerian Kelautan dan Perikanan Republik Indonesia. Jakarta.
- Sofiana MSJ, Yuliono A, Warsidah, Safitri I. 2021. Sosialisasi pemanfaatan pangan hasil laut dan diversifikasi olahannya sebagai usaha menanggulangi stunting pada anak Balita di Kalimantan Barat. *Journal of Community Engagement in Health* 4(1):103-112.
- Winarno FG. 1995. *Gizi dan makanan bagi bayi dan anak sapihan*. Jakarta: Pustaka Sinar harapan.
- Winarno FG. 2008. *Kimia pangan dan Gizi*. Edisi terbaru. Jakarta: PT.Gramedia Pustaka Utama.
- Wodi SIM, Cahyono E, Kota N. 2018. Analisis Mutu Bakso Ikan Home Industri dan Komersil Di Babakan Raya Bogor. *Jurnal Fishtech*. 8(1):7-11.