

LAPORAN AKHIR PENGABDIAN PADA MASYARAKAT



OLAHAN IKAN TONGKOL DALAM BENTUK ABON IKAN DI KECAMATAN CANDI KABUPATEN SIDOARJO

Oleh :

Ir. SUZANA SRI HARTINI, MM(0025035901)

Dra.Ec.INDRARINI, DG, MM (0717055701)

UNIVERSITAS DR. SOETOMO

JUNI 2020

HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul :Olahan Ikan Tongkol Dalam Bentuk Abon Ikan
Di Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo
 2. Ketua
 - a.Nama Lengkap dengan Gelar : Ir.Suzana Sri Hartini, MM
 - b.Pangkat/Gol/NIP : Penata/III-c/1959033251987032002
 - c.Jabatan Fungsional : Lektor.
 - d..Program Studi/Jurusan : Agrobis Perikanan/Perikanan
 - e.Fakultas : Pertanian
 - f.Alat Rumah/HP : Jl.Wonorejo Asri I/14 Rungkut Surabaya
081235402772
 - g.E-mail : hartinisuzana@gmail.com
 3. Jumlah Tim : 3 (Tiga) orang
Anggota (1)
 - a. Nama Lengkap dengan Gelar : Dra. Ec. Indrarini, DG, MM
 - b. Pangkat/Gol/NPP : Lektor Kepala/IV b/83.01.1.003
 - c. Jabatan Fungsional/Struktural : Lektor
- Mahasiswa yang terlibat
- a. Nama : Fibri Fadhillah Al Gusni
 - b. Nim : 2017120001
 - c. Fakultas : Pertanian
 - d. Jurusan/Program Studi : Perikanan/Budidaya Perairan
4. Lokasi :Desa Sumorame Kecamatan Candi Kabupaten
Sidoarjo
 5. Jangka Waktu Pelaksanaan : 1 (satu) bulan
 6. Biaya : Rp. 500.000 ,-(*Lima Ratus RibuRupiah*)

Dekan Fakultas Pertanian,

Surabaya, 8 Juni 2020
Ketua,

Ir.A.Kusyairi, M.Si
NPP.90.01.1.074

Ir.Suzana Sri Hartini, MM
NIP. 195903251987032002

Menyetujui,
Ketua Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat

Dr.Fadjar Kurnia Hartati, MP
NPP.95.01.1.198

RINGKASAN

Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo merupakan daerah yang disekitarnya terdapat banyak industri rumah tangga, misalnya pengrajin pengolahan kupang dan petis kupang, tampar, oven, loyang, makanan ringan, kerupuk udang, kerupuk ikan, kerupuk kupang dan lain-lain. Sumorame merupakan salah satu Desa di Kecamatan Candi terdiri dari beberapa Rukun Warga dan Rukun Tetangga, di mana setiap Rukun Warga dan Rukun Tetangga memiliki kegiatan pemberdayaan masyarakat yang kebanyakan dikelola oleh ibu-ibu PKK. Kegiatan tersebut misalnya pertemuan kegiatan arisan, koperasi simpan pinjam, pelatihan kebersihan lingkungan serta penghijauan, bank sampah dan kegiatan lain yang bersifat insidental. Penyuluhan tentang Penanganan Produk Perikanan dengan tema “Olahan Ikan Tongkol Dalam Bentuk Abon Ikan di Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo” sangatlah tepat mengingat konsumsi ikan oleh masyarakat sudah mencapai angka 43 kilogram perkapita per tahun, angka tersebut akan terus digenjot naik hingga mencapai 46 kilogram per kapita per tahun pada 2018 dan 50 kilogram per kapita per tahun pada 2019. Hal ini ditegaskan Menteri Kelautan dan Perikanan Susi Pudjiastuti. Penyuluhan ini menggunakan bahan baku ikan dengan tujuan utama dapat memotivasi masyarakat untuk gemar makan ikan. Capaian pada penyuluhan ini seluruh peserta terutama ibu-ibu PKK dapat membuat olahan makanan sendiri berbahan baku ikan yang berkualitas dan higienis.

Kata kunci : ikan Tongkol, gemar makan ikan, abon ikan tongkol

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|---------|
| HALAMAN PENGESAHAN ----- | (i) |
| RINGKASAN ----- | (ii) |
| DAFTAR ISI ----- | (iii) |
| BAB 1. PENDAHULUAN ----- | 1 |
| 1.1. Analisis Situasi ----- | 1 |
| 1.2. Permasalahan Mitra ----- | 2 |
| BAB 2. TARGET LUARAN KEGIATAN ----- | 3 |
| 2.1. Solusi ----- | 3 |
| 2.2. Target Dan Luaran Kegiatan ----- | 3 |
| BAB 3. METODE PELAKSANAAN ----- | 4 |
| 3.1. Tutorial ----- | 4 |
| 3.2. Demonstrasi ----- | 4 |
| BAB 4. HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI ----- | 5 |
| 4.1. Hasil ----- | 5 |
| 4.2. Luaran Yang Dicapai ----- | 5 |
| BAB 5. SIMPULAN DAN SARAN ----- | 7 |
| 6.1. Simpulan ----- | 7 |
| 6.2. Saran ----- | 7 |
| DAFTAR PUSTAKA ----- | 8 |
| LAMPIRAN ----- | 9 |

BAB I. PENDAHULUAN

1.1. Analisis Situasi

Zona Ekonomi Eksklusif Pemerintah Indonesia adalah 200 mil, meliputi daerah perairan yang cukup luas, diperkirakan sekitar 2,5 juta kilometer persegi. Sedangkan luas wilayah Negara Republik Indonesia adalah 5,1 juta kilometer persegi, di mana 3,1 juta kilometer persegi diantaranya merupakan wilayah perairan, sehingga total perairan keseluruhan di mana Indonesia memiliki hak atas sumber-sumber daya alamnya seluas 5,6 juta kilometer persegi. Salah satu sumber daya alam di dalamnya adalah sumber daya ikan (Sam Simorangkir, 1982).

Ikan merupakan sumber protein hewani yang kaya gizi, di mana secara kuantitatif fungsi utama protein makanan bagi tubuh adalah sebagai sumber asam-asam amino esensial yang akan digunakan untuk sintesis asam-asam amino non – esensial dan sintesis protein di dalam tubuh. Protein yang disintesis tubuh berfungsi sebagai zat pembangun tubuh, sebagai alat pengatur dalam tubuh, mengganti bagian-bagian tubuh (sel dan jaringan tubuh) yang rusak serta mempertahankan tubuh dari serangan mikroba penyebab penyakit (sebagai anti bodi)

Pada umumnya ikan lebih banyak dikenal daripada hasil perikanan lainnya, karena selain varietasnya sangat beragam juga sangat digemari oleh masyarakat. Ikan memang sudah dikenal sejak lama bahkan ribuan tahun yang lalu. Ikan termasuk hewan vertebrata, artinya hewan yang mempunyai tulang belakang dengan ciri yang khas adalah hidupnya di air dan pada umumnya bernafas dengan menggunakan insang. Sebagai bahan pangan, kedudukan ikan menjadi sangat penting karena mengandung banyak unsur gizi yang diperlukan oleh tubuh.

Ikan dan produk perikanan lainnya merupakan bahan pangan yang sangat kaya dengan sumber protein hewani dan harganya relatif lebih murah bila dibandingkan dengan sumber-sumber protein lainnya, seperti daging sapi, ayam, susu dan telur. Namun demikian, ikan merupakan sumber bahan pangan yang mudah rusak, sehingga memerlukan penanganan khusus untuk mempertahankan mutunya. Disamping untuk menyediakan protein hewani dalam jumlah yang relatif tinggi, ikan juga memberikan asam-asam lemak tidak jenuh berantai panjang yang sangat diperlukan tubuh. Selain

itu, ikan dikenal sebagai sumber vitamin A yang utama disamping vitamin-vitamin lainnya, serta berbagai macam mineral yang diperlukan tubuh manusia. Oleh karena itu ikan sangat diharap menjadi sumber zat gizi (protein, lemak, vitamin dan mineral) untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan masyarakat.

Agar tingkat penerimaan oleh setiap lapisan masyarakat lebih meluas dan memiliki nilai ekonomi yang lebih tinggi, maka diperlukan berbagai cara untuk penganeekaragaman produk olahan ikan. Penanganan hasil perikanan merupakan masalah penting karena ikan merupakan komoditas mudah rusak, dengan kata lain ikan yang baru ditangkap bila tidak dilakukan penanganan akan menjadi busuk. Untuk mendapatkan mutu ikan sebagai bahan pangan yang bermutu, perlu dilakukan cara penanganan yang baik.

Penyebaran jenis-jenis ikan berdasarkan tempat hidupnya, dikenal dalam tiga golongan yaitu ikan air laut, ikan air darat dan ikan migrasi. Ikan laut merupakan ikan yang hidup dan berkembang biak di air asin, jenis ikan laut dibagi atas dua kelompok yaitu ikan-ikan demersal yang tersebar di perairan dasar kontinen sampai kedalaman 200 meter, golongan ikan ini tinggal di dasar perairan dan atau dekat dasar. Contoh ikan laut berkategori demersal antara lain ikan petek, ikan kurisi, ikan layur, ikan bangbangan, ikan beloso, ikan sebelah, ikan lidah, ikan manyung, ikan gulamah dan ikan pari. Sedangkan ikan laut yang dikelompokkan dalam perairan non demersal antara lain udang, kepiting, rajungan, tripang, cumi-cumi, sotong, gurita dan kerang-kerangan. Sedangkan jenis ikan laut demersal yang menempati ekosistem terumbu karang antara lain ikan kakap, kerapu dan udang barong.

1.2. Permasalahan Mitra

- a) Pengetahuan tentang olahan produk perikanan masih tergolong rendah.
- b) Tingkat mengkonsumsi ikan masih rendah
- c) Pengetahuan kualitas ikan yang berkualitas, sehat dan segar masih rendah

BAB 2. TARGET DAN LUARAN KEGIATAN

2.1. Solusi

Solusi alternatif terhadap peningkatan efisiensi kegiatan bagi ibu-ibu PKK dan motivasi untuk gemar makan ikan, diperlukan usaha untuk melakukan pertemuan rutin dengan tujuan dapat memotivasi ibu-ibu PKK untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi ikan, pengetahuan tentang pemakaian bahan pengawet berbahaya pada ikan dan meningkatkan kesadaran ibu-ibu PKK akan pentingnya mengkonsumsi ikan. Pada kesempatan ini pertemuan dilakukan secara online, mengingat kondisi dan situasi adanya virus corona dan menyesuaikan protokoler Pemerintah adanya virus ini. Semua kegiatan tersebut diharapkan ibu-ibu PKK dapat membuat berbagai produk olahan dengan bahan baku ikan yang berkualitas dan memiliki nilai tambah secara ekonomi. Agar tidak membosankan, kegiatan tersebut diselengi dengan beberapa pertanyaan dan dilengkapi dengan pemberian *doorprice* sebagai umpan balik dari kegiatan yang sudah berlangsung dan untuk mengetahui seberapa jauh materi penyuluhan dapat dimengerti dan diserap peserta penyuluhan.

2.2. Target Dan Luaran Kegiatan

Target luaran kegiatan ini sebagai berikut :

- a) Meningkatkan kreativitas ibu-ibu PKK tentang keberagaman produk olahan ikan dan sekaligus membangkitkan jiwa wirausaha.
- b) Meningkatkan kesadaran ibu-ibu PKK agar lebih cerdas dalam mengkonsumsi bahan pangan berbasis produk perikanan yang lebih murah tapi sehat dan aman untuk kesehatan.
- c). Target peningkatan dari sisi akademis, kegiatan pengabdian pada masyarakat ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan tambahan untuk mendukung pelaksanaan perkuliahan (*up date* materi kuliah)

BAB 3. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam program pengabdian pada masyarakat kali ini dengan memberikan penyuluhan dengan dua metode, yaitu menggunakan metode Tutorial secara online dan tanya jawab secara online

3.1. Tutorial

Metode tutorial sengaja dipilih untuk menyampaikan konsep tentang penyuluhan bagi ibu-ibu PKK untuk motivasi gemar makan ikan pada masa pandemi ini. Dalam metode tutorial ini, apabila peserta pelatihan kurang memahami isi materi yang disampaikan, maka peserta tersebut diberikan kesempatan untuk bertanya melalui medsos yang telah terbentuk dalam What Up RT. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan oleh tim yang terdiri dari satu orang sebagai ketua dan dua orang sebagai anggota..Gambar kegiatan ini dapat terlihat dalam lampiran.

3.2. Demonstrasi

Metode demonstrasi secara online sengaja dipilih untuk memberikan gambaran secara langsung atau menunjukkan proses kerja secara langsung sehingga dapat memberikan kemudahan bagi peserta pelatihan dan penyuluhan. Metode ini sangat efektif dan sangat membantu untuk memberikan penjelasan secara langsung kepada peserta pelatihan dan penyuluhan. Kegiatan ini dilakukan oleh tim pengabdian pada masyarakat dengan harapan dan tujuan agar peserta pelatihan dan penyuluhan dapat melaksanakan praktek secara sempurna tentang pengolahan bahan pangan berbasis ikan dan dapat dipakai dalam berwirausaha untuk meningkatkan penghasilan tambahan.

BAB 4. HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

4.1. Hasil

Kegiatan pelatihan dan penyuluhan ini mendapat dukungan penuh dari pengurus dan anggota PKK setempat, mulai dari persiapan sampai pelaksanaan. Karena kegiatan ini sangat bermanfaat baik secara teknis maupun ekonomis, oleh ibu-ibu PKK materi kegiatan ini dipakai secara berkelanjutan.

Hasil kegiatan ini ternyata dapat meningkatkan kreativitas ibu-ibu PKK tentang keberagaman produk olahan ikan dan sekaligus membangkitkan jiwa wirausaha, selain itu ibu-ibu PKK merasa semakin sadar dan lebih cerdas dalam mengkonsumsi bahan pangan berbasis produk perikanan yang lebih murah tapi sehat dan aman untuk kesehatan. Lebih menggembirakan lagi, ibu-ibu PKK setempat setelah diberi materi pelatihan dan penyuluhan respon terhadap konsumsi ikan semakin meningkat.

Bahan baku dari kegiatan ini mudah di dapat dan harga terjangkau oleh peserta. Pembuatan abon ikan ini sangat mudah dan tidak memerlukan peralatan yang susah didapat, dengan hasil yang maksimal dan bergizi tinggi, terlebih cocok dikonsumsi oleh anak-anak balita karena kandungan gizinya. Adapun foto kegiatan, bahan baku, resep terlampir di halaman lampiran.

4.2. Luaran Yang Dicapai

Ikan Tongkol adalah salah satu jenis Ikan yang kaya akan nutrisi karena kandungan protein, asam lemak omega-3 dan mikro nutrient. Ikan tongkol juga kaya akan itamin B 12, selenium, niacin, fosfor, magnesium, riboflavin, vitamin B, kalium, tiamin, asam pantotenat, besi, zat besi, tembaga dan vitamin A (TRIBUN-BALI.COM, 2020). Peningkatan konsumsi ikan diharapkan dapat menanggulangi masalah kekurangan protein yang masih banyak ditemui pada anak-anak pra sekolah, ibu hamil dan ibu menyusui di Indonesia. Hingga saat ini rata-rata konsumsi ikan secara nasional baru mencapai 70 % dari target sebesar 18 kg/kapita/tahun. Produksi perikanan pada umumnya mempunyai kecenderungan untuk meningkat setiap tahunnya dengan laju pertumbuhan rata-rata sebesar 4,9 % (Deddy, M, 2009). Dengan demikian tingkat konsumsi ikan di Indonesia tergolong rendah, hal ini bisa jadi disebabkan adanya kemungkinan karena tersedianya produk protein nabati yang lebih murah.

Kemungkinan-kemungkinan lain adalah akibat persediaan, harga dan sistem pemasaran yang selalu berubah-ubah.

Usaha untuk memanfaatkan ikan sebaik-baiknya agar dapat digunakan semaksimal mungkin sebagai bahan pangan karena produk yang berlimpah banyak dilakukan dengan berbagai cara. Ikan yang baru ditangkap dapat dipertahankan kesegarannya untuk jangka waktu yang cukup lama, dapat diolah maupun diawetkan dalam berbagai bentuk bahan pangan. Pada dasarnya usaha-usaha tersebut pada mulanya hanya dengan memanfaatkan proses-proses alami saja yang dikerjakan secara tradisional, tetapi adanya perkembangan ilmu dan teknologi maka berkembang pula pembuatan alat-alat mekanis yang dapat menunjang dan mempercepat proses, memperbanyak produk akhir sekaligus memperbaiki mutunya serta mereduksi kehilangan bahan selama proses. Nyoman, S, (2010), berpendapat bahwa pada hakekatnya semua pihak baik oleh para nelayan, pengusaha maupun pemerintah berkepentingan agar sumber daya ikan menjadi bahan utama protein yang dibutuhkan manusia. Target yang ingin dicapai adalah masyarakat tetap memperoleh sumber protein yang murah dan memberikan kontribusi bagi tubuh secara kontinyu atau berkesinambungan.

BAB 5. SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan pelatihan dan penyuluhan dalam program pengabdian pada masyarakat dengan tema “Olahan Ikan Tongkol Dalam Bentuk Abon Ikan Di Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo” dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a) Ibu-ibu PKK sebagai peserta pelatihan dan penyuluhan untuk kegiatan pengabdian pada masyarakat dapat mengikuti dengan baik dan sangat antusias sehingga mampu menguasai materi dan teknologinya dengan baik.
- b) Hasil olahan ikan tongkol dalam bentuk abon ikan dapat dikembangkan dengan baik sehingga dapat dijadikan bahan sebagai motivasi masyarakat untuk gemar makan ikan.
- c) Pembuatan olahan ikan tongkol dalam bentuk abon ikan dapat dibuat dengan mudah karena bahan bakunya mudah didapat dan murah harganya serta daya awet abon tahan lama kurang lebih dua sampai tiga bulan. Karena di dalamnya sudah mengandung bahan pengawet alami seperti antara lain bawang putih, gula, garam, rempah-rempah.

5.2. Saran

Guna memenuhi kebutuhan protein hewani diperlukan adanya program pelatihan dan penyuluhan tentang aneka olahan dengan bahan dasar ikan dari berbagai jenis ikan, baik ikan air tawar, air laut, maupun air payau sehingga dapat memotivasi masyarakat gemar makan ikan

DAFTAR PUSTAKA

Deddy, M. 2009. Prinsip Teknologi Pangan Sumber Protein. Penerbit ALFABETA, Bandung

Nyoman, S. 2010. Manajemen Sumber Daya Perikanan. IPB Press.

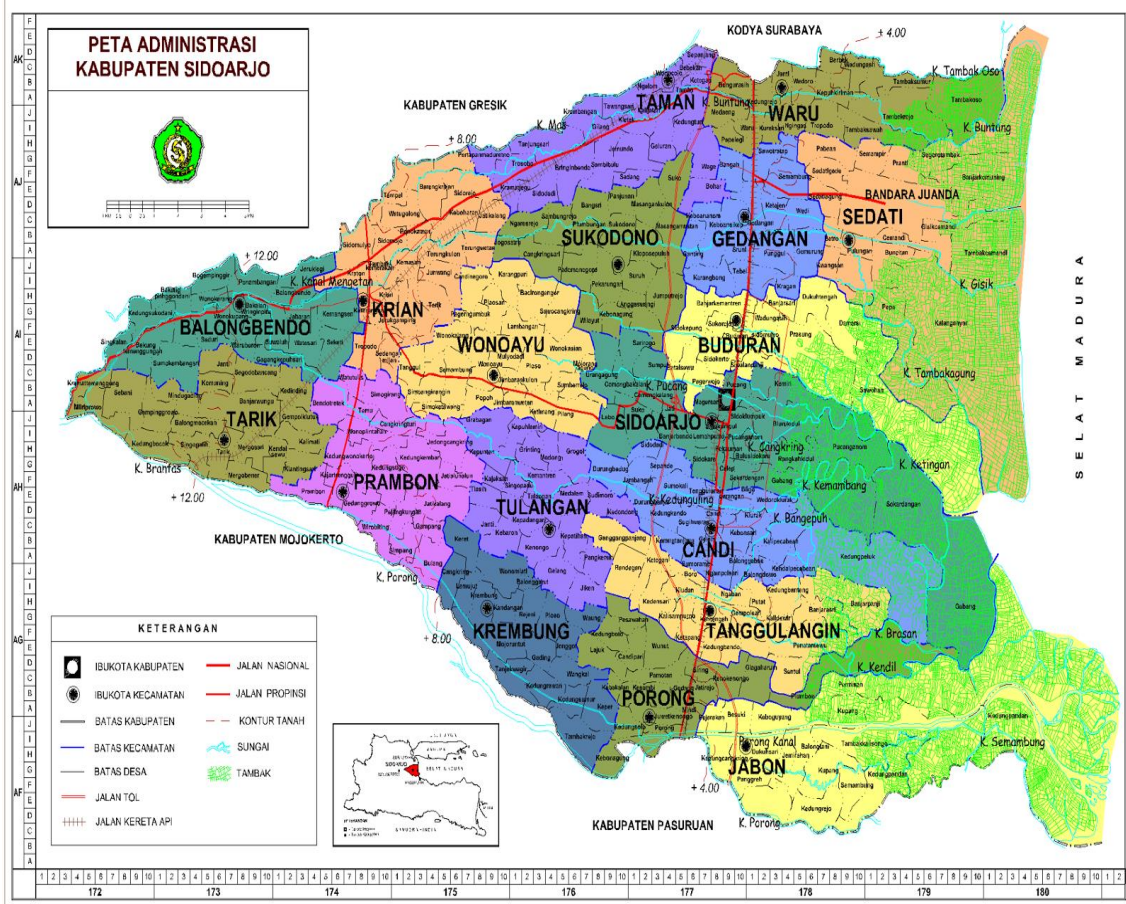
<https://id.m.wikipedia.org/wiki>. 2019

Simorangkir, S. 1982. Perikanan Tuna Longline di Indonesia. Penerbit PT. Perikanan samodra Besar Jakarta

TRIBUN-BALI.COM. 2020. Siapa Yang Suka Makan Ikan Tongkol ?

LAMPIRAN

PETA KOTA SIDOARJO



PEMBUATAN ABON IKAN TONGKOL

BAHAN

4 ekor ikan tongkol yang sudah dipindang

½ gelas santan kental / 1 bungkus santan instan

Daun salam, daun jeruk, serai secukupnya

Bumbu Halus

1 sendok teh jinten

1 ruas jari kunyit

5 siung bawang merah

5 siung bawang putih

3 sendok makan gula merah

5 biji kemiri

1 sendok teh ketumbar bubuk

3 sendok teh air asam

Garam secukupnya

CARA

Menghaluskan daging ikan tongkol (agak kasar), mencampur dengan bumbu halus dan santan, masak di atas api sambil diaduk-aduk agar tidak gosong

Diaduk terus sampai kering kuning kecoklatan. Angkat dari atas api dan dibiarkan dingin, baru kemudian dikemas

HASIL :

