

Pelatihan Pembuatan Produk Kreatif Abon Ikan Nila sebagai Upaya Mendukung UMKM Desa Sinar Luas, Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat

Ervina Damayanti^{1,2}, Suryadi Islami², Afriyani¹, Femmy Andrifianie¹, Sofyan Musyabiq Wijaya²

¹Jurusan Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

²Jurusan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Abstrak

Pengolahan ikan merupakan proses bahan mentah menjadi sebuah produk. Pengolahan ikan menjadi abon ialah salah satu cara pengawetan yang melalui proses pengukusan, penyangraian, dan pengompresan dari minyak yang dihasilkan, serta memiliki tekstur yang lembut. Abon ikan nila bisa menjadi produk untuk menghasilkan produk lainnya, seperti roti isi abon ikan nila, lempur, bakpau, dan jajanan tradisional lainnya sehingga mampu meningkatkan kreativitas masyarakat dalam mengolah ikan menjadi berbagai olahan lainnya. Dengan demikian, dari program ini masyarakat mampu menghasilkan inovasi terkait pengolahan dari ikan nila dan mampu menghasilkan produk untuk UMKM Pekon Sinar Luas serta mengetahui kandungan gizi pada ikan nila dan mendorong masyarakat untuk mendukung mengonsumsi ikan.

Kata kunci: abon, ikan nila, kandungan gizi, produk

Korespondensi: Ervina Damayanti | Jl. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung | HP 082241659749 | e mail:

ervina.damayanti@fk.unila.ac.id

PENDAHULUAN

Desa Sinar Luas merupakan salah satu desa yang berlokasi di Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung. Mayoritas masyarakat Desa Sinar Luas memiliki mata pencarian dengan bertani dan berkebun di lahan mereka masing-masing. Sebagian masyarakat juga membudidayakan ikan tawar di kolam sekitar pekarangan rumah. Pembudidayaan ikan merupakan kegiatan memproduksi ikan di kolam yang dikelola dengan tujuan untuk mendapatkan keuntungan.¹ Jenis ikan tawar yang dibudidayakan oleh masyarakat Sinar Luas salah satunya adalah ikan nila (*Oreochromis niloticus*).

Masyarakat Sinar Luas umumnya tidak mengolah ikan hasil budidaya dan hanya menjual ikan segar secara langsung. Ikan nila hanya menjadi lauk sehari-hari dengan cara digoreng atau dibakar. Ikan nila segar memiliki waktu penyimpanan yang lebih singkat bila dibandingkan dengan produk

olahan. Ikan nila dapat diolah menjadi berbagai bentuk produk, salah satunya adalah abon. Abon merupakan makanan yang banyak digemari oleh berbagai umur dan lapisan masyarakat. Abon merupakan produk yang bisa dengan mudah dibawa kemana saja dan dapat langsung dimakan sebagai kudapan atau pendamping makanan pokok seperti nasi.

Abon adalah produk olahan kering dan memiliki tekstur yang berserat yang dihasilkan pada daging yang sudah dipisahkan antara tulang dan kulitnya dengan melalui berbagai proses sesuai prosedur.^{2,3} Biasanya abon dibuat dengan menggunakan daging sapi sebagai proteinnya, namun dapat pula dikreativaskan menggunakan protein lain, termasuk ikan nila.

Pengolahan ikan menjadi abon merupakan salah satu cara pengawetan ikan melalui proses pengukusan, penyangraian, serta pengompresan dari minyak yang dihasilkan, serta memiliki

tekstur yang lembut.⁴ Pengolahan ini dapat menghasilkan produk kreatif dengan diversifikasi yang dapat meningkatkan ekonomi masyarakat dengan masa simpan yang lebih lama dibandingkan dengan ikan nila segar. Masa simpan abon ikan nila yang lebih lama dapat membantu penjualan dan distribusi ke berbagai daerah di Indonesia sehingga mampu meningkatkan potensi daerah dan mendukung terbentuknya pelaku usaha mikro, kecil, dan menengah (UMKM) di Desa Sinar Luas.

Selain itu, pengolahan ikan nila menjadi abon diharapkan dapat menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan konsumsi ikan bagi masyarakat Indonesia, khususnya warga Desa Sinar Luas. Survei Sosial Ekonomi Nasional pada tahun 2022 menunjukkan konsumsi protein di Provinsi Lampung hanya sebesar 57,67 gram, lebih rendah dibandingkan angka konsumsi nasional, yaitu sebesar 62,21 gram dan dengan jumlah konsumsi protein hewani yang lebih sedikit bila dibandingkan dengan konsumsi protein nabati. Ikan nila merupakan salah satu sumber protein hewani yang baik bagi tubuh. Selain kaya protein, ikan nila juga mengandung karbohidrat, lemak, kalsium, fosfor, dan zat besi. Asam amino pada protein ikan nila, yaitu glutamat merupakan stimulus peningkat nafsu makan dan dapat membantu perbaikan status gizi pada anak dengan gizi kurang dan gizi buruk. Ikan nila merupakan jenis ikan yang disukai masyarakat karena rasa dagingnya yang enak dan tebal serta harganya yang relatif murah dan mudah diperoleh. Ikan nila sangat cocok untuk dibudidayakan karena cepat berkembang biak dan permintaannya di pasaran terus meningkat.^{5,6}

Data Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP) pada tahun 2022 menunjukkan Angka Konsumsi Ikan (AKI) di Provinsi Lampung, yaitu sebesar 37,39 kg/kapita/tahun dan masih terbilang rendah dibandingkan provinsi lain di sekitarnya. Pemerintah memiliki target AKI Nasional tahun 2022 sebesar 59,53

kg/kapita/tahun dan 62,5 kg/kapita pada tahun 2024. Salah satu upaya berkelanjutan yang dilakukan oleh KKP untuk meningkatkan AKI adalah melalui diversifikasi olahan produk perikanan. Provinsi Lampung memiliki potensi perikanan yang sangat besar yang dapat dimanfaatkan melalui diversifikasi olahan ikan sehingga menjadi nilai tambah produk.

Berdasarkan hal tersebut, maka dilakukan pelatihan pembuatan produk kreatif abon ikan nila sebagai upaya mendukung UMKM Desa Sinar Luas, Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Sinar Luas dilakukan melalui berbagai tahapan, seperti mengurus perizinan ke Kecamatan Kebun Tebu, survei kondisi masyarakat, lingkungan dan budidaya ikan nila, diskusi rencana kegiatan bersama Kepala Desa Sinar Luas, serta persiapan pelatihan sesuai dengan lokasi dan jadwal yang telah ditentukan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Gedung Serba Guna Desa Sinar Luas, Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pemberian materi edukasi dan pelatihan pembuatan abon ikan nila kepada ibu-ibu PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga) dan KWT (Kelompok Wanita Tani) di Desa Sinar Luas, Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung.

Pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan pemberian materi yang selanjutnya akan dilakukan praktik pembuatan produk kreatif abon ikan nila secara langsung. Adapun materi yang disampaikan, yaitu (1) tentang pentingnya peran protein dalam pencegahan malnutrisi (2) ikan nila serta kandungan gizinya, dan (3) teori cara pembuatan ikan nila menjadi abon serta pengemasannya menjadi suatu produk

bernilai jual. Selanjutnya kegiatan praktik secara langsung dengan dibentuk kelompok-kelompok kecil yang akan dipandu oleh masing-masing dua pemandu. Saat pemberian materi maupun praktik, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi.

Kegiatan ini dibantu oleh mahasiswa KKN (Kuliah Kerja Nyata) Desa Sinar Luas, Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung Periode 1 Tahun 2023 Universitas Lampung.

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemberian materi dan praktik pembuatan abon ikan nila dilaksanakan pada hari Senin, 23 Januari 2023 dimulai pada pukul 08.00 hingga selesai. Kegiatan ini berlokasi di Gedung Serba Guna Desa Sinar Luas dan diikuti oleh para ibu-ibu PKK dan KWT Desa Sinar Luas sebanyak 35 orang.

Target dari pelatihan ini yaitu ibu-ibu PKK dan KWT Desa Sinar Luas. Target ini sesuai dengan tugas dan fungsi dari PKK dan KWT yang bertujuan untuk mengembangkan dan menguatkan potensi desa di bidang ekonomi. Di samping itu pula sebagai bentuk peningkatan pemberdayaan perempuan di Desa Sinar Luas sehingga mampu berdaya dan memiliki kemampuan dan kreativitas untuk menjadi pelaku UMKM.

Kegiatan pelatihan dimulai dengan pemberian materi mengenai pentingnya protein bagi pertumbuhan dan perkembangan. Pada pemberian materi, ditekankan bahwa protein sangat penting untuk mencegah malnutrisi. Dilakukan edukasi juga bahwa konsumsi protein hewani masih rendah termasuk di Provinsi Lampung. Pemberian materi ke dua masih terkait dengan materi pertama, yaitu ikan nila memiliki kandungan protein tinggi yang bisa dikonsumsi dan dimanfaatkan sebagai sumber protein hewani. Selanjutnya pemberian materi ke tiga merupakan pematerian teori cara pembuatan cara pembuatan ikan nila

menjadi abon serta pengemasannya menjadi suatu produk bernilai jual. Teori ini merupakan materi persiapan sebelum praktik langsung sehingga saat peserta dapat paham apa yang akan dilakukan. Adapun tahap-tahap pembuatan abon ikan nila yang dijelaskan sesuai dengan berikut ini:

- 1) Siapkan alat dan bahan yang dibutuhkan dalam pengolahan ikan nila. Alat yang diperlukan, yaitu kompor gas, wajan, sutil, garpu, panci kukus, dan blender, sedangkan bahan yang dibutuhkan yaitu, 1 kg ikan nila, 15 butir bawang merah, 10 butir bawang putih, 3 lembar daun salam dan 3 lembar daun jeruk, 1 buah laos, 1 buah kunyit, 1 sendok makan ketumbar, 1 sendok makan enyedap rasa, dan 2 sendok makan minyak goreng.
- 2) Kukus ikan dalam panci kukus yang sudah disiapkan. Pengukusan berlangsung selama 15-20 menit.
- 3) Pisahkan duri dan kulit pada ikan nila agar memudahkan pada saat penyanggrai.
- 4) Haluskan bumbu-bumbu yang sudah disiapkan dengan menggunakan blender hingga halus, kemudian tumis bumbu yang sudah dihaluskan pada wajan hingga harum.
- 5) Setelah bumbu ditumis, masukkan ikan nila yang sudah dipisahkan dari duri dan kulitnya.
- 6) Sangrai ikan nila dan bumbu yang sudah di tumis, aduk hingga merata sampai abon berwarna kuning keemasan.
- 7) Tiriskan abon ikan nila selama 10 menit, kemudian masukkan abon ikan nila pada kemasan yang sudah disiapkan.

Pada pemberian materi teori pembuatan abon tersebut juga disisipkan materi mengenai cara pengemasan dan pelabelan produk sehingga dapat memiliki nilai jual. Peserta dijelaskan mengenai berbagai cara pengemasan dan pelabelan baik yang sederhana maupun yang premium sehingga peserta dapat mengenal berbagai cara pengemasan yang dapat digunakan.

Setelah itu, praktik langsung dilakukan dengan cara pembagian peserta menjadi tiga kelompok kecil yang alat dan bahan telah disiapkan masing-masing kelompok. Setiap kelompok akan dipandu oleh satu dosen dan dua mahasiswa KKN, tetapi peserta tetap melakukan tahapan secara langsung. Proses pembuatan produk kreatif abon ikan nila dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pelaksanaan praktik pembuatan produk kreatif abon ikan nila di Desa Sinar Luas,

Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung.

Abon ikan nila yang sudah dibuat oleh masing-masing kelompok kemudian dikemas dengan pengemasan dan pelabelan sederhana yang telah disiapkan. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 2. Bentuk kemasan tersebut dapat dijadikan peserta sebagai contoh produk kreatif abon nila yang sudah dapat dipasarkan.



Gambar 2. Hasil pembuatan produk kreatif abon ikan nila yang bernilai jual.

Di akhir pelaksanaan kegiatan, dilakukan evaluasi dengan cara berdiskusi secara langsung dengan peserta. Hasil diskusi tersebut dapat digunakan sebagai perbandingan antara keadaan awal peserta sebelum dilaksanakan pelatihan dengan keadaan setelah dilaksanakan pelatihan. Kondisi tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Keadaan awal dan akhir peserta

No	Keadaan Awal	Perlakuan	Keadaan Akhir
1	Peserta belum mengetahui dan memahami pentingnya protein untuk pencegahan malnutrisi.	Pemberian materi mengenai pentingnya protein untuk pencegahan malnutrisi.	Peserta memahami manfaat pentingnya protein pencegahan malnutrisi.
2	Peserta belum mengetahui dan memahami mengenai ikan nila dan kandungan gizinya.	Pemberian materi mengenai ikan nila dan kandungan gizinya.	Peserta sosialisasi dapat mengetahui dan memahami mengenai ikan nila dan kandungan gizinya.
3	Peserta belum menguasai teori dan praktik pembuatan produk kreatif abon ikan nila.	Teori dan praktik pembuatan produk kreatif abon ikan nila.	Peserta menguasai dan mampu membuat produk kreatif abon ikan nila secara mandiri.

Pelatihan pembuatan produk kreatif abon ikan nila direspon dengan antusias yang tinggi oleh peserta. Hal ini karena kurangnya pengetahuan dalam pengolahan ikan nila menjadi produk kreatif dan dapat praktik secara langsung. Ketertarikan tersebut dapat dilihat dengan beberapa peserta yang bertanya lebih dalam mengenai pengolahan ikan nila. Selain itu, peserta juga mendapat keterampilan untuk membuat secara mandiri bahkan dapat menjadi pelaku usaha mikro.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Lampung, Badan Pelaksana Kuliah Kerja Nyata (BP KKN) Universitas Lampung dan Mahasiswa KKN Desa Sinar Luas Periode 1 Tahun 2023 Universitas Lampung. Terima kasih pula kepada mitra kegiatan pengabdian ini, yaitu Desa Sinar Luas, Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung yang telah menyambut dengan baik dan mengizinkan kegiatan ini sehingga berjalan sesuai harapan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sutiani L, Bachtiar Y, Saleh A. Analisis model budidaya ikan air tawar berdominansi ikan gurame (*Osphronemus gouramy*) di Desa Sukawening, Bogor, Jawa Barat. *J Pus Inov Masy*. 2020;2(2):207-214.
2. Jusniati J, Patang P, Kadirman K. Pembuatan abon dari jantung pisang (*Musa paradisiaca*) dengan penambahan ikan tongkol (*Euthynnus affinis*). *J Pendidik Teknol Pertan*. 2017;3(1):58-66. doi:10.26858/jptp.v3i1.5198.
3. Gaga L, Tahir M, Antuli Z. Pengaruh lama pemasakan terhadap karakteristik fisikokimia abon ikan gabus (*Channa striata*) dengan substitusi jantung pisang. *Jambura J Food Technol*. 2022;4(1):45-63. doi:10.37905/jjft.v4i1.13900.
4. Huthaimah, Yusriana, Martunis. Pengaruh jenis ikan dan metode pembuatan abon ikan terhadap karakteristik mutu dan tingkat penerimaan konsumen. *J Ilm Mhs Pertan*. 2017;2(3). Accessed April 9, 2023. <https://jim.usk.ac.id/JFP/article/view/4024>.
5. Ramlah, Soekendarsi E, Hasyim Z, Hasan MS. Perbandingan kandungan gizi ikan nila (*Oreochromis niloticus*) asal Danau Mawang Kabupaten Gowa dan danau Universitas Hasanuddin Kota Makassar. *J Biol Makassar Bioma*. 2016;1(1).
6. Darmawansyih, Faradillah A, Nadyah. Pengaruh suplementasi ikan nila terhadap asupan anak dengan gizi buruk. *ALAMI J*. 2019;3(1):34-39.
7. Kementerian Kelautan dan Perikanan. Sepuluh provinsi dengan angka konsumsi ikan tertinggi tahun 2021. Published 2022. Accessed April 8, 2023. <https://kkp.go.id/brsdm/sosek/artikel/41211-angka-konsumsi-ikan-per-provinsi>.
8. Ghufran H, Kordi K. *Panduan Lengkap Memelihara Ikan Air Tawar Di Kolam Terpal*. Lily Publisher; 2010.
9. Yorre A. *Pengaruh Penambahan Tepung Rumput Laut Gracilaria Sp Sebagai Pakan Buatan Terhadap Kelangsungan Hidup Ikan Nila (Oreochromis Niloticus)*. Thesis. Universitas Bosowa; 2021. Accessed April 9, 2023. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/696>.