



PENINGKATAN NILAI PRODUK IKAN LELE MENJADI OLAHAN ABON IKAN SEBAGAI UPAYA UNTUK UPAYA Mendukung Gemarikan Bagi Anggota Keluarga

Rulita Maulidya^{1*}, Lia Handayani¹, Nurhayati²

¹ Program Studi Teknologi Hasil Perikanan, Fakultas Perikanan Universitas Abulyatama, Indonesia, email: rulita_thp@abulyatama.ac.id

¹ Program Studi Teknologi Hasil Perikanan, Fakultas Perikanan Universitas Abulyatama, Indonesia, email: liahandayani_thp@abulyatama.ac.id

² Program Studi Budidaya Perairan, Fakultas Perikanan Universitas Abulyatama, Indonesia, email: nurhayati_perairan@abulyatama.ac.id

*Koresponden penulis : rulita_thp@abulyatama.ac.id

Info Artikel

Diajukan: 27 Januari 2024

Diterima: 28 Januari 2024

Diterbitkan: 1 Februari 2024

Keywords:

Catfish; Floss; value-added; gemarikan

Kata Kunci:

Ikan lele; abon; nilai tambah; gemarikan



Lisensi: *cc-by-sa*
Copyright © 2024
penulis

Abstract

Fish is a fishery product that contains a chemical composition that is good for children's growth and development. The chemical composition of fish contains amino acids, protein and high unsaturated fatty acids which are needed by children. The consumption pattern of freshwater fish is still very low, especially catfish. Catfish is a type of freshwater fish that is quite popular among the public. However, many people still use the frying method to process catfish. This community service aims to increase the value of catfish products into processed fish floss products. So that it provides added value to the final product produced later. Processed products are an effort to increase children's nutritional value so that they have a big influence on children's brain growth and development. Community service is the process of transferring knowledge to the community as a form of academics' responsibility in developing knowledge and technology which is expected to be useful for people's lives.

Abstrak

Ikan merupakan produk perikanan yang mengandung komposisi kimia yang baik untuk tumbuh kembang anak. Komposisi kimia pada Ikan yaitu mengandung asam amino, protein dan asam lemak tak jenuh tinggi yang dibutuhkan oleh anak. Pola konsumsi ikan tawar masih sangat rendah terutama ikan lele. Ikan lele

merupakan salah satu jenis ikan tawar yang cukup populer di masyarakat. Namun pengolahan ikan lele masih banyak menggunakan cara penggorengan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan nilai produk ikan lele menjadi produk olahan abon ikan. Sehingga memberikan nilai tambah dari produk akhir yang dihasilkan nantinya. Produk olahan sebagai upaya untuk meningkatkan nilai gizi anak sehingga sangat berpengaruh bagi tumbuh kembang otak anak. Pengabdian kepada masyarakat merupakan proses transfer pengetahuan kepada masyarakat sebagai bentuk tanggung jawab para akademisi dalam mengembangkan pengetahuan dan teknologi yang diharapkan dapat bermanfaat bagi kehidupan masyarakat.

Cara mensitasi artikel:

Rulita Maulidya, Handayani, L., & Nurhayati. (2024). PENINGKATAN NILAI PRODUK IKAN LELE MENJADI OLAHAN ABON IKAN SEBAGAI UPAYA UNTUK UPAYA Mendukung Gemarikan Bagi Anggota Keluarga. *Beujroh : Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1), 84-91. <https://doi.org/10.61579/beujroh.v2i1.63>

PENDAHULUAN

Ikan lele dumbo mengandung kadar air 78,5 gram, kalori 90 gram, protein 18,7 gram, lemak 1,1 gram, Kalsium (Ca) 15 gram, Phosphor (P) 260 gram, Zat besi (Fe) 2 gram, Natrium 150 gram, Thiamin 0,10 gram, Riboflavin 0,05 gram, Niashin 2,0 gram per 100 gram. Ikan lele tergolong salah satu sumber protein hewani dan asam lemak tak jenuh dengan kadar kolesterol yang sangat rendah yang dibutuhkan oleh tubuh manusia (Febriani & Damayanti, 2017). Ikan lele mengandung komponen kimia yang tinggi sehingga sangat baik untuk tumbuh kembang anak dalam mencegah stunting pada anak sejak dini. Lele yang memiliki nama ilmiah *Clarias sp* ini perkembangan produksinya secara nasional sangat baik. Selama lima tahun terakhir produksi lele terus meningkat (Apriyana, 2014).

Peningkatan nilai produk pada lele dapat dilakukan dengan memanfaatkan lele menjadi abon, brownis, dan kue kering. Abon merupakan salah satu produk olahan yang sudah dikenal oleh orang banyak dan umumnya abon diolah dari daging sapi (Leksono & Syahrul, 2001). Berbagai jenis olahan dari ikan lele di olah masyarakat bertujuan

untuk menaikkan tingkat penerimaan konsumen terhadap produk berbahan baku ikan lele yang bervariasi seperti nugget ikan lele (Ubadillah & Hersoelistyorini, 2010), pempek ikan lele (Ririsanti *et al.*, 2017) dan abon ikan lele (Kusumayanti *et al.*, 2012).

Abon merupakan salah satu olahan makanan yang memiliki umur simpan lebih bertahan lama dan juga memiliki kandungan gizi. Abon telah banyak dikenal masyarakat luas, namun abon yang banyak dijumpai yaitu abon daging sapi dan ayam. Salah satu inovasi untuk meningkatkan nilai jual ikan lele dengan di olah menjadi abon ikan lele. Abon ikan lele dapat dikonsumsi langsung sebagai cemilan maupun sebagai lauk makan nasi. Formula pada pembuatan abon dapat menentukan aroma, cita rasa dan daya awet dari abon yang dihasilkan.

Gerakan memasyarakatkan makan ikan (GEMARIKAN) adalah salah satu upaya pemerintah dalam meningkatkan tingkat konsumsi ikan masyarakat Indonesia. Ikan merupakan salah satu sumber nutrisi penting bagi manusia khususnya bagi anak-anak. Dampak yang dapat ditimbulkan pada masalah gizi ini dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Jangka panjang akibat dapat menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, dan menurunnya kekebalan tubuh (Kemenkes RI, 2016).

Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan informasi melalui pendekatan kepada orang tua, bahwa dengan mengkonsumsi ikan lele akan menambahkan nilai gizi terutama untuk perkembangan otak anak. Pengabdian ini memberikan nilai lebih yang dapat dihasilkan dari produk akhir ikan lele sebagai daya tarik konsumsi anak sebagai produk olahan abon ikan lele. Abon ikan lele memiliki nilai lebih yaitu memiliki cita rasa yang lezat karena penambahan bahan tambahan dan untuk penyimpanan menjadi lebih lama umur simpannya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari selasa tanggal 22 januari 2024 yang berjudul peningkatan nilai produk ikan lele menjadi olahan abon ikan sebagai upaya untuk upaya mendukung gemarikan bagi anggota keluarga kepada para ibu desa Ruyung kecamatan Masjid Raya Kabupaten Aceh Besar. Peserta yang

mengikuti kegiatan ini yaitu para ibu di sekitar desa sebanyak 10 orang. Metode pelaksanaan kegiatan yang digunakan adalah ceramah yang bertujuan untuk menyampaikan informasi pentingnya manfaat mengonsumsi ikan kepada para ibu. Adapun metode pelaksanaan kegiatan ini meliputi :

- 1) Tahap survei lokasi dan koordinasi dengan aparat desa.
- 2) Tahap penyampaian informasi pentingnya manfaat mengonsumsi ikan.
- 3) Tahap demonstrasi pembuatan produk olahan abon lele.

Bahan yang dibutuhkan untuk pembuatan abon, brownis ditampilkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Bahan Pembuatan Abon

Bahan	Takaran
Daging lele	500 gr
Bawang putih	5 siung
Bawang merah	5 buah
Cabe merah	1 buah
Kunyit	5 cm
Daun jeruk	3 lembar
Daun salam	2 lembar
Gula merah	50 gr
Lengkuas	5 cm
Garam	1 sdt
Gula putih	4 sdm
Santan kental	200

- 4) Tahap evaluasi, dilakukan sebagai monitoring keberhasilan terlaksananya kegiatan pengabdian berupa tingkat pemahaman mitra dengan materi dan keterampilan pengolahan produk lele.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan PKM pada hari Senin tanggal 22 Januari 2024. Bentuk kegiatan yaitu sosialisasi yang dilakukan terhadap para ibu

di desa Ruyung kecamatan Mesjid Raya, Aceh Besar dengan metode ceramah dan kegiatan ini di ikuti oleh 10 peserta. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dimulai dari persiapan berupa pembuatan produk olahan berbahan baku ikan lele yaitu abon ikan. Kegiatan selanjutnya adalah sosialisasi gemar makan ikan dan diakhiri dengan pembagian abon ikan hasil demonstrasi pembuatan abon kepada ibu-ibu.

Hal ini dilakukan untuk menumbuhkan motivasi para ibu dalam mengonsumsi dan mengolah ikan dari produk olahan berbahan baku ikan. Kegiatan ini diikuti oleh ibu-ibu di desa Ruyung dengan harapan ibu-ibu dapat mengaplikasikan pengetahuan berupa informasi pembuatan abon untuk meningkatkan minat konsumsi ikan pada anak-anaknya sebagai kebiasaan yang berkelanjutan. Gambar proses pembuatan abon ikan lele disajikan pada Gambar 1. berikut ini :





Gambar 1. Proses pembuatan abon ikan lele

Pengolahan ikan adalah metode yang penting untuk menjaga ketahanan ikan dan meningkatkan nilai ekonomisnya. Daging ikan lele diolah menjadi abon adalah untuk mengurangi kebosanan masyarakat terhadap olahan ikan lele yang selama ini hanya di goreng dan dibakar. Daging ikan lele mengandung sejumlah protein yang cukup tinggi dibandingkan 30 dengan ikan-ikan tawar lainnya (Miranti *et al.*, 2022). Mengubah ikan menjadi produk seperti abon adalah salah satu upaya untuk menghadirkan produk olahan perikanan yang dapat diterima oleh berbagai kalangan masyarakat (Thaib *et al.*, 2021). Kegiatan ini meliputi pelatihan pembuatan abon, dengan metode demonstrasi.

Metode demonstrasi dapat meningkatkan keterampilan dalam pengolahan ikan lele menjadi abon dan mempraktikkan langsung dalam pembuatannya. Para peserta antusias membuat abon secara bersama-sama.

KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat ini telah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan untuk mengolah ikan lele menjadi abon. Sehingga para ibu mengetahui manfaat yang terkandung dalam ikan lele sangat berguna bagi tumbuh kembang anak dan mampu mempraktekan proses pembuatan abon berbahan baku ikan lele.

DAFTAR RUJUKAN

- Apriyana, I. (2014). Pengaruh Penambahan Tepung Kepala Ikan Lele (*Clarias sp*) dalam Pembuatan Cilok terhadap Protein dan Sifat Organoleptinya. *Unnes Journal of Public Health*, 3(2), 1–9. .
<https://doi.org/10.15294/ujph.v3i2.3529>
- Febriani, S. D. A., & Damayanti, R. P. (2017). Inovasi Olahan Lele dan Tulang Lele (Kerupuk dan Nugget) Dengan Konsep Zero Waste Process. *Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat 2017, January*, 978–602.
<https://publikasi.polije.ac.id/index.php/prosiding/article/view/735>
- Kemendes RI. (2016). Infodatin: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, ISSN 2442-(Hari anak Balita 8 April)*, 1–10.
<https://portal.issn.org/resource/ISSN/2442-7659>
- Kusumayanti, H., Astuti, W., & Broto, R. W. (2012). Inovasi Pembuatan Abon Ikan Sebagai Salah Satu Teknologi Pengawetan Ikan. *Gema Teknologi*, 16(3), 119. <https://doi.org/10.14710/gt.v16i3.4706>
- Leksono, T., & Syahrul. (2001). Studi Mutu dan Penerimaan Konsumen terhadap Abon Ikan. *Jurnal Natur Indonesia*, 3(2), 178–184.
<https://docplayer.info/47512237-Studi-mutu-dan-penerimaan-konsumen-terhadap-abon-ikan.html>
- Miranti, Danil, M., Nuh, M., Barus, W. B. J., & Novrini, S. (2022).

Pelatihan Pembuatan Abon Ikan Lele Kepada Ibu-Ibu PKK dan Masyarakat Di Lingkungan PTPN III Gunung Pamela Sumatera Utara. *Jurnal Uisu*, 59-66.
<https://jurnal.uisu.ac.id/index.php/JURPAMMAS/article/view/6016>

- Ririsanti, N. N., Liviawaty, E., Ihsan, Y. N., & Pratama, R. I. (2017). Penambahan Karagenan terhadap Tingkat Kesukaan Pempek Lele. *Jurnal Perikanan Dan Kelautan*, 8(1), 165-173.
<http://jurnal.unpad.ac.id/jpk/article/view/13904>
- Thaib, A., Nazlia, S., Zuhrayanil, R., Alfis, N. F., Syahputra, F., Handayani, L., Putri, N., Nurrahmah, Firdaus, Apriliani, D., & Naufal, A. (2021). Pelatihan Pengolahan Kerupuk Ikan Tongkol: Upaya Meningkatkan Ketahanan Pangan Masyarakat Gampong Tibang Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Provinsi Aceh. *Jurnal Abdimas*, 2(1), 6-11.
- Ubadillah, A., & Hersoelistyorini, W. (2010). Kadar Protein dan Sifat Organoleptik Nugget Rajungan dengan Substitusi Ikan Lele (*Clarias gariepinus*). *Jurnal Pangan Dan Gizi*, 01(02).
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JPDG/article/view/787>