

**PELATIHAN DIVERSIFIKASI IKAN NILA SEBAGAI UPAYA
PENINGKATAN GIZI KELUARGA BAGI WANITA
KELOMPOK TANI DESA SUKAMANAH
KECAMATAN RANCAEKEK
KABUPATEN BANDUNG**

**Yoyoh Jubaedah^{1,*}, Elly Lasmanawati,² Neni Rohaeni³, Nenden Rani
Rinekasari⁴, Asep Maosul⁵, Shofa Fithriturrohmi Yusuf⁶**

¹ Universitas Pendidikan Indonesia

² Universitas Pendidikan Indonesia 2

*yoyohjubaedah@upi.edu

Abstrak

Perlunya peningkatan gizi keluarga melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader PKK yang akan menjadi mediator bagi kelompok tani yang terdampak cemaran industri. Para wanita kelompok tani sebagai ibu rumah tangga memiliki waktu luang, membutuhkan peningkatan pengetahuan, serta keterampilan pengolahan makanan untuk Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) dan menambah pendapatan keluarga melalui kegiatan pelatihan yang terprogram dan berkesinambungan. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan gizi keluarga wanita kelompok tani di Desa Sukamanah melalui kegiatan pelatihan diversifikasi ikan nila yang lebih inovatif dalam menghasilkan produk olahan ikan nila yang kaya akan protein dan memiliki nilai jual. Metode pengabdian dilakukan melalui pendekatan *blended learning* karena menyesuaikan dengan kondisi masa pandemi Covid-19. Pelatihan menggunakan metode ceramah, demonstrasi, diskusi, tanya jawab serta praktik pembuatan aneka olahan ikan nila. Hasil pengabdian kepada masyarakat yaitu meningkatnya pengetahuan dan keterampilan kader PKK dan wanita kelompok tani dalam bidang olahan ikan nila berupa produk sosis, baso, dan naget yang berprotein tinggi serta memiliki nilai jual sebagai peluang usaha di bidang makanan. Program pengabdian kepada masyarakat melalui Desa Binaan yang sudah dilaksanakan ini merupakan salah satu pemberdayaan perempuan bagi kader PKK dan wanita kelompok tani yang dapat memanfaatkan waktu luangnya dengan menambah produktifitas sebagai upaya mencapai kesejahteraan keluarga.

Kata kunci: *Pelatihan; Diversifikasi ikan nila; UPGK; Kader PKK*

1. PENDAHULUAN

Kelompok tani di Desa Sukamah ini pada umumnya keluarga muslim dan masih banyak yang memiliki anak balita, usia pra sekolah dan usia sekolah dengan tingkat ekonomi menengah ke bawah, karena telah menurunnya hasil pertanian akibat tercemar limbah industri garmen sehingga secara ekonomi pendapatan keluarganya berkurang. Sebagai hasil wawancara dengan kader PKK di Desa Sukamah bahwa, para wanita kelompok tani sebagai ibu rumah tangga memiliki waktu luang dan membutuhkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan pengolahan makanan untuk Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) dan menambah pendapatan

keluarga melalui kegiatan pelatihan yang terprogram dan berkesinambungan. Ibu-ibu yang tergabung dalam kader PKK memiliki potensi besar untuk diberdayakan yang dapat dilakukan melalui berbagai pelatihan (Solikhah dkk., 2019).

Ibu berperan penting dalam mengelola makanan keluarga terutama yang memiliki anak balita, anak pra sekolah dan anak usia sekolah; mulai dari pemilihan bahan makanan bergizi, menyusun menu seimbang sesuai kebutuhan dan selera keluarga sangat diperlukan. Perilaku ibu dalam pemenuhan kebutuhan gizi berpengaruh terhadap gizi keluarga (Ulfiyana dan Has, 2019). Berbagai permasalahan gizi pada anak dapat terjadi terutama karena kekurangan asupan zat gizi seperti protein hewani. Protein hewani

diantaranya dapat mengkonsumsi ikan nila (Herawati, dkk., 2020).

Peran ibu sangat penting di dalam mengenalkan rasa ikan nila dan aneka olahannya. Hal ini dipicu karena anak-anak cenderung memilih makanan yang disukai dan menyisihkan yang tidak disukai, sehingga alasan utama mengapa anak tidak menyukai ikan untuk dikonsumsi adalah rasa dan aroma amis dari ikan tersebut (Siregar dkk., 2021). Selain itu durinya yang cukup banyak menyebabkan anak tidak mampu memakan ikan dengan mudah, padahal kandungan kalsium dalam ikan tersebut sangat dibutuhkan oleh tubuh. Kalsium berfungsi dalam metabolisme tubuh, pembentukan tulang dan gigi (Justicia dkk. 2012). Oleh karena itu, perlu pemberdayaan kelompok tani melalui pelatihan diversifikasi ikan nila sebagai Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK). Di samping sebagai UPGK, kegiatan pelatihan ini dapat pula dijadikan rintisan usaha sehingga dapat menambah penghasilan keluarga yang dapat berimplikasi pada peningkatan kesejahteraan keluarga.

Dari fenomena yang terjadi pada kelompok tani di Desa Sukamanah tersebut, perlu adanya solusi pemecahan masalah yang dihadapi untuk membantu meningkatkan kesejahteraan keluarga yang diawali dari peningkatan gizi keluarga. Salah satu UPGK dapat dilakukan melalui terpenuhinya kebutuhan makanan sehat untuk setiap individu. Pemenuhan kebutuhan makanan sehat untuk setiap keluarga akan tergantung pada perilaku ibu, sehingga perlu adanya solusi dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap di dalam mengelola makanan keluarga yang akan berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan keluarga. Upaya dapat dilakukan melalui pelatihan dan pendampingan dalam membuat produk aneka kuliner yang dapat dijadikan rintisan usaha untuk meningkatkan penghasilan keluarga (Sulistiyowati M, Winarna, Haryanto AT, 2016).

Peningkatan kesejahteraan keluarga dapat dianalisis dari ketahanan pangan dan ketahanan ekonomi keluarga, sehingga sebagai alternatif pemecahan masalah yang dihadapi kelompok tani akan dilakukan melalui program pelatihan diversifikasi ikan nila menjadi aneka kuliner ikan nila dengan berbagai teknik pengolahan bagi kader PKK dan wanita kelompok tani, sehingga menghasilkan produk olahan makanan yang bervariasi, kaya akan protein dan memiliki nilai jual. Alternatif ini sebagai pemberdayaan perempuan di dalam mengisi waktu luangnya dan optimalisasi pemanfaatan produksi ikan nila di Desa Sukamanah, sehingga di samping sebagai UPGK dapat juga menjadi rintisan usaha aneka kuliner yang komersial. Untuk itu perlu adanya diversifikasi ikan ikan sehingga lebih menarik, diantaranya dengan cara membuat sosis ikan nila, bakso ikan nila, dan naget ikan nila (Darmadi dkk., 2019) yang sangat diminati di kalangan anak-anak dan remaja karena dapat dijadikan alternatif makanan siap

saji yang enak dan sehat. Melalui pemberdayaan perempuan akan berimplikasi pada pemberdayaan masyarakat, sehingga dapat meningkatkan kehidupan masyarakat secara ekonomi di dalam mengatasi menurunnya penghasilan keluarga (Agustina dan Rosidah, 2011).

Penilaian hedonik terhadap sosis ikan nila memperoleh hasil disukai konsumen karena memiliki rasa yang enak dan kriteria harum segar serta dari kenampakan memiliki kriteria bentuk dan kerataan warna sesuai karakteristik sosis (Nico dkk., 2014). Hasil untuk baso ikan nila juga memperoleh penilaian yang sama yaitu disukai konsumen karena memiliki kenampakan bentuk bukat merata, bau khas ikan nila, memiliki rasa dominan ikan nila, memiliki kekenyalan dan warna sesuai karakteristik baso ikan nila (Paliling dkk., 2018).

Pendampingan perlu dilakukan sebagai tindak lanjut pelatihan diversifikasi ikan nila untuk Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) yang terprogram secara berkesinambungan dan sekaligus memberikan bekal untuk rintisan usaha di bidang olahan makanan untuk menambah penghasilan keluarga sehingga akan berimplikasi pada peningkatan kesejahteraan keluarga.

2. METODE

Khalayak sasaran yang terlibat dalam program pelatihan diversifikasi ikan nila sebagai Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) adalah kader PKK dan wanita kelompok tani Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung. Kegiatan pengabdian dilaksanakan dengan pendekatan *blended learning* karena menyesuaikan dengan kondisi masa pandemi Covid-19, dengan jumlah peserta dibatasi sesuai protokol kesehatan yang diberlakukan di Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.

Pemecahan masalah dilakukan melalui pelatihan diversifikasi ikan nila menjadi aneka produk olahan ikan nila yang memiliki nilai gizi berprotein tinggi. Program kegiatan yang dilakukan melalui pendekatan *blended learning* serta metode ceramah, demonstrasi, diskusi, tanya jawab dan praktik.

Media pelatihan yang digunakan adalah video tutorial dan multimedia agar materi tersampaikan secara sistematis dan dapat diserap oleh para peserta pelatihan secara optimal. Video tutorial ini dapat membantu peserta pelatihan dalam membuat produksi aneka olahan ikan nila di luar waktu pengabdian, karena video tutorial ini telah disampaikan kepada pihak penerima manfaat melalui media sosial yaitu *whatsapp*.

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat sebagai program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) melalui pelatihan diversifikasi ikan nila di Desa Sukamanah dilakukan tahapan sebagai berikut:

- (a) Perancangan program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) melalui pelatihan diversifikasi ikan nila.

- (b) Konfirmasi waktu pelaksanaan program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) dengan Kader PKK Desa Sukamanah.
- (c) Memberikan penjelasan tentang gambaran program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) kepada kelompok tani sebagai khalayak sasaran.
- (d) Memberikan pembekalan materi teori yang berkaitan dengan karakteristik dan kandungan gizi ikan lele secara daring.
- (e) Pelatihan praktik pembuatan aneka olahan ikan nila dalam bentuk produk sosis, baso dan naget secara luring.

Evaluasi program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) secara beresinambungan, baik pada saat kegiatan pelatihan berlangsung maupun ketika pelatihan mandiri melalui pendampingan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

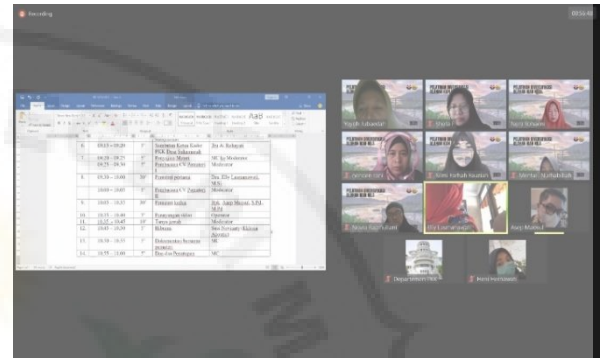
Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung, yang diikuti oleh lima (5) orang kader PKK dan lima (5) orang wanita kelompok tani. Peserta pelatihan jumlahnya dibatasi sesuai protokol kesehatan di Desa Sukamanah, karena pada saat ini sedang dalam kondisi masa Pandemi Covid-19. Kader PKK yang sudah mengikuti pelatihan dijadikan mediator, fasilitator dan sumber belajar bagi ibu-ibu kelompok tani lainnya di wilayah Desa Sukamanah. Materi pelatihan ditentukan berdasarkan analisis kebutuhan ibu-ibu kelompok tani dan kondisi masyarakat setempat dengan harapan peserta pelatihan dapat mengikuti dengan optimal (Wilujeng dan Nuryana, 2016).

Kegiatan pelatihan dilaksanakan dengan pendekatan *blended learning* karena saat ini sedang diberlakukan PPKM, sehingga kegiatan pelatihan dalam bentuk daring, praktik mandiri melalui pendampingan dan praktik langsung secara luring. Dengan *blended learning* materi bahan ajar dapat divirtualisasikan dalam berbagai format sehingga lebih menarik dan lebih dinamis sehingga mampu memotivasi peserta pelatihan untuk lebih berminat dalam mengikuti pelatihan hingga selesai (Islami dan Sunni, 2021). Tahapan kegiatan pengabdian melalui pelatihan diversifikasi ikan nila sebagai Upaya Peningkatan Gizi Keluarga bagi wanita kelompok tani Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung sebagai berikut:

- (a) Analisis kebutuhan yang dilakukan melalui media sosial *WhatsApp* kepada kader PKK Desa Sukamanah.

Hasil analisis kebutuhan diantaranya perlu adanya program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga bagi wanita kelompok tani yang berkesinambungan melalui pelatihan peningkatan pengetahuan dan keterampilan dibidang olahan ikan nila. Sebagai tindak lanjut dari kegiatan analisis kebutuhan

dilakukan FGD Perancangan program pelatihan diversifikasi ikan nila dengan pendekatan *blended learning*. Dokumentasi kegiatan FGD seperti tertera pada Gambar 1.



Gambar 1. Kegiatan FGD Penyusunan Program Pelatihan Diversifikasi Ikan Nila

Program pelatihan diversifikasi ikan nila dengan pendekatan *blended learning* ini dirancang materi teori atau pengetahuan disampaikan melalui daring dengan aplikasi Zoom meeting. Untuk materi praktek akan dilakukan melalui luring dengan peserta yang dibatasi sesuai protokol kesehatan di Desa Sukamanah, karena pada saat ini sedang dalam kondisi masa Pandemi Covid-19. Di samping itu dilakukan praktik mandiri dengan pendampingan dari tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Pendidikan Indonesia.

- (b) Uji coba pembuatan sosis ikan nila.

Dalam kondisi diberlakukannya PPKM, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan uji coba pembuatan olahan ikan nila berupa produk sosis untuk menghasilkan formula sosis ikan nila yang standar. Dengan uji coba akan diperoleh cara atau teknik dan takaran bahan dan bumbu secara tepat, sehingga resep yang diujicoba akan menjadi formula yang standar (Budi dkk., 2017).

Dengan pertimbangan produk sosis ikan nila merupakan hal yang baru dan belum pernah ada di pasaran, maka tim memberikan pelatihan olahan makanan tersebut kepada masyarakat terutama bagi kader PKK dan wanita kelompok tani di Desa Sukamanah. Sementara untuk pembuatan baso dan naget akan dilakukan praktik mandiri dengan pendampingan, karena pada kegiatan pelatihan sebelumnya sudah diperoleh formula yang standar. Produk sosis ikan nila sebagai hasil dua kali uji coba resep seperti tertera pada Gambar 2

Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat 8 September 2021, Seminar dalam Jaringan LPPM Universitas Negeri Medan



Gambar 2. Hasil Uji Coba Resep Sosis Ikan Nila

(c) Pelatihan Diversifikasi Ikan Nila Secara Daring

Pelatihan diversifikasi ikan nila dilaksanakan secara daring dengan menggunakan aplikasi *Zoom meeting*. Pelatihan baru dalam tahap rancangan program dan sosialisasi kepada calon peserta pelatihan yang akan menjadi sasaran program Desa Binaan. Flyer kegiatan pelatihan diversifikasi ikan nila seperti tertera pada Gambar 3.



Gambar 3. Flyer Pelatihan Diversifikasi Ikan Nila

Materi yang diberikan pada pelatihan daring berupa pengetahuan dan keterampilan dalam pembuatan aneka olahan ikan nila menjadi produk sosis ikan nila, baso ikan nila dan naget ikan nila. Pada pelaksanaan pelatihan secara daring dilakukan demonstrasi pembuatan produk olahan ikan nila melalui video tutorial sebagai luaran dari program pengabdian Desa Binaan. Video tutorial berprosedur pembuatan sosis ikan nila sebagai media pelatihan yang dapat dijadikan panduan untuk praktik mandiri para peserta pelatihan dengan pendampingan dan evaluasi produk yang dihasilkan.

(d) Praktik Pembuatan Olahan Ikan Nila Secara Luring

Tahap praktik secara luring sebagai lanjutan dari pelatihan daring dilaksanakan sesuai dengan kebijakan kepala Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung. Peserta pelatihan praktik dibatasi sesuai protokol kesehatan di Desa Sukamanah, karena masih masa Pandemi Covid-19. Untuk kelancaran terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat, maka alat dan bahan kegiatan disiapkan oleh tim pelaksana pengabdian sebagai modal awal dalam membantu wanita kelompok tani untuk merintis usaha di bidang olahan ikan nila.

Dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pelatihan diversifikasi ikan nila secara umum memperoleh hasil yang dapat meningkatkan peningkatan gizi keluarga (UPGK) wanita kelompok tani di Desa Sukamanah. Secara khusus dari kegiatan pelatihan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan wanita kelompok tani dan kader PKK di Desa Sukamanah dalam bidang olahan ikan nila. Tujuan pengabdian ini diharapkan masyarakat di Desa Sukamanah dapat melakukan kegiatannya secara mandiri setelah memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam diversifikasi ikan nila. Tujuan ini sesuai dengan tahapan yaitu 1) tahap penyadaran dan pembentukan perilaku melalui sosialisasi program pada program pengabdian sebelumnya., 2) tahap transformasi kemampuan berupa wawasan pengetahuan, kecakapan keterampilan melalui pelatihan daring, dan 3) tahap peningkatan kemampuan intelektual, kecakapan keterampilan yang dilaksanakan melalui demonstrasi dan praktik pembuatan diversifikasi ikan nila secara langsung dengan wanita kelompok tani di Desa Sukamanah (Ulfiiana dan Has, 2019).

4. KESIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat melalui Desa Binaan yang sudah dilaksanakan ini merupakan salah satu pemberdayaan perempuan bagi wanita kelompok tani yang dapat memanfaatkan waktu luangnya dengan menambah produktifitas sebagai Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK). Sesuai saran dari para peserta pelatihan, perlu ditindaklanjuti pada pelatihan praktik pembuatan aneka olahan ikan nila secara luring untuk menghasilkan produk bernilai gizi tinggi yang mengandung protein hewani seperti sosis, baso dan naget yang dapat dijadikan produk rintisan usaha untuk menambah pendapatan keluarga

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih pada pihak Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Pendidikan Indonesia yang telah mendanai kegiatan program pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, T., & Rosidah, R. (2011). Pemberdayaan Perempuan Melalui Wirausaha Pembuatan Makanan Kecil Berbasis Pisang Di Kelurahan Tlogosari Wetan Kecamatan Pedurungan Kodya Semarang. *Jurnal Abdimas*, 15(2), 104-109.
- Budi, F. S., Herawati, D., Purnomo, J., Sehabudin, U., & Nugroho, T. (2017). Peningkatan kualitas dan diversifikasi produk ikan teri untuk pemberdayaan masyarakat di Desa Saramaake, Halmahera Timur. *Agrokreatif: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(2), 89-99.
- Darmadi, N. M., Pandit, I. G. S., & Sugiana, I. G. N. (2019). Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Nugget Ikan (Fish Nugget). *Community Service Journal (CSJ)*, 2(1), 18-22.
- Herawati, V. E., Saraswati, L. D., & Juniarto, A. Z. (2020). Penguatan Komoditi Unggulan Masyarakat Melalui Diversifikasi Produk Olahan Ikan Di Desa Asinan Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang. *Jurnal Pasopati: Pengabdian Masyarakat dan Inovasi Pengembangan Teknologi*, 2(4).
- Islami, A. V., & Sunni, M. A. (2021). Pelatihan Blended Learning Sebagai Alternatif Pembelajaran Selama Pandemi. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(3), 883-887.
- Justicia, A., Liviawaty, E., & Hamdani, H. (2012). Fortifikasi Tepung Tulang Nila Merah Sebagai Sumber Kalsium Terhadap Tingkat Kesukaan Roti Tawar. *Jurnal Perikanan Kelautan*, 3(4).
- Nico, M., Riyadi, P. H., & Wijayanti, I. (2014). Pengaruh Penambahan Karagenan Terhadap Kualitas Sosis Ikan Kurisi (*Nemipterus* sp.) Dan Sosis Ikan Nila (*Oreochromis* sp.). *Jurnal Pengolahan dan Bioteknologi Hasil Perikanan*, 3(2), 99-105.
- Paliling, I. P. H., Metusalach, M., & Amir, N. (2018). Kualitas Dan Kesukaan Bakso Ikan Nila (*Oreochromis niloticus*) Dengan Penambahan Ekstrak Karotenoid Dari Cangkang Udang Putih (*Litopenaeus vannamei*). *Jurnal IPTEKS Pemanfaatan Sumberdaya Perikanan*, 5(10).
- Siregar, E. S. Y., Ghazali, T. M., Rosmasita, R., Manurung, D. F., Siburian, J. P., Rahimah, I., & Sahraini, S. (2021). Gemar Makan Ikan untuk Kecerdasan Anak Sekolah di MTS Al-Maidar Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah. *Abdimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Merdeka Malang*, 6(3), 455-464.
- Solikhah, B., Suryarini, T., & Wahyudin, A. (2019). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Melalui Pelatihan Hidroponik. *Jurnal Abdimas*, 22(2), 121-128.
- Sulistiyowati M, Winarna, Haryanto AT. (2016). Pelatihan dan Pendampingan pada Pengusaha Tiwul Ayu Berbahan Dasar Tepung Ketela Pohon Dalam Rangka Ketahanan Pangan Kabupaten Wonogiri. Universitas Negeri Semarang: *Jurnal ABDIMAS Vol. 20 No. 2, Desember 2016, Hal. 101-106*.
- Ulfiana, E., & Has, E. M. M. (2019). Pemberdayaan Kaum Ibu Melalui Pengolahan Susu Kedelai Sebagai Upaya Peningkatan Gizi Keluarga. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dalam Kesehatan*, 1(1), 21-25.
- Wilujeng, S., & Nuryana, I. (2017). Pengembangan Rumah Pemberdayaan Susu Melalui Manajemen Usaha Dan Produksi Di Kelurahan Songgokerto Kota Batu. *Jurnal Abdimas*, 20(2), 133-142.