

## GEMARIKAN WARGA KELURAHAN MANGGAR BARU, BALIKPAPAN TIMUR : KONSUMSI IKAN KEKINIAN MELALUI INOVASI PRODUK OLAHAN IKAN

Nurmawati<sup>1</sup>, Rima Gusriana Harahap<sup>2</sup>,  
Amalia Ika Wulandari<sup>3</sup>

<sup>1,2)</sup> Program Studi Teknik Kelautan  
/Jurusan Sains, Teknologi Pangan, dan  
Kemaritiman, Institut Teknologi  
Kalimantan

<sup>3)</sup> Program Studi Teknik Perkapalan  
/Jurusan Sains, Teknologi Pangan, dan  
Kemaritiman, Institut Teknologi  
Kalimantan

Email penulis korespondensi:  
nurmawati@lecturer.itk.ac.id

### Abstraks

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kegemaran masyarakat dalam mengkonsumsi ikan terutama anak-anak usia sekolah. Melalui inovasi dan kreativitas dalam mengolah ikan, kita dapat membangun budaya makan ikan ke arah yang kekinian alias lebih modern. Konsumsi ikan Kalimantan Timur berkisar 45 kg per kapita per tahun. Angka ini masih jauh di bawah target konsumsi perikanan nasional 2019 (54,5 kg per kapita per tahun) sehingga masih perlu mengkampanyekan Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (Gemarikan) secara menyeluruh. Kelurahan Manggar Baru merupakan salah satu pemasok ikan-ikan segar di Kota Balikpapan. Kegiatan pelatihan pembuatan nugget, spring roll, dan ekado dari ikan berhasil dilaksanakan dengan indikasi antusiasme masyarakat cukup besar terutama pada kegiatan sosialisasi dan demonstrasi yang disertai partisipasi anak-anak sebagai tester. Inovasi produk olahan ikan bisa menjadi solusi peningkatan minat anggota keluarga khususnya anak-anak untuk konsumsi ikan sejak dini. Serta sangat memungkinkan untuk menciptakan peluang usaha bagi masyarakat pesisir.

*Keywords:* gemarikan, ikan, olahan produk, ibu rumah tangga, Balikpapan.

### Abstract

This community service activity aims to increase people's interest in consuming fish, especially school-age children. Through innovation and creativity in processing fish, we can build a culture of eating fish in a more modern alias. East Kalimantan fish consumption ranges from 45 kg per capita per year. This figure is still far below the 2019 national fisheries consumption target (54.5 kg per capita per year) so it still needs to campaign for the Movement to Promote Fish Eating (Gemarikan) as a whole. Manggar Baru Village is one of the suppliers of fresh fish in the city of Balikpapan. The training activity of making nuggets, spring roll, and ekado from fish was successfully carried out with an indication that the community's enthusiasm was quite large, especially in the socialization and demonstration activities accompanied by the participation of children as testers. Processed fish product innovation can be a solution to increase the interest of family members, especially children, for fish consumption from an early age. And it is very possible to create business opportunities for coastal communities.

*Keywords:* gemarikan, fish, processed products, housewives, Balikpapan.

### PENDAHULUAN

Potensi sumber daya ikan di Indonesia sangat berlimpah. Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP) mencatat, potensi sumber daya

ikan tahun 2018 mencapai 9,9 juta ton. Potensi luas lahan budidaya mencapai 83,6 juta hektar. Namun, minat masyarakat untuk mengonsumsi



ikan sebagai lauk masih tergolong rendah dibandingkan negara lain. Saat ini konsumsi ikan nasional trennya memang selalu naik namun masih harus terus ditingkatkan untuk mencapai target konsumsi perikanan nasional menjadi 54,49 kg per kapita per tahun pada tahun 2019 (KKP, 2018).

Beragam program pemerintah terus digalakkan untuk mencapai target konsumsi perikanan nasional, mencetak generasi sehat dan pintar. Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP) terus mendongkrak angka konsumsi ikan melalui kampanye Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (Gemarikan). Kementerian Kesehatan juga turut berperan dalam meningkatkan konsumsi ikan nasional diantaranya melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS); Gerakan Makan Sayur, Buah dan Ikan; Promosi peningkatan gizi bersumber protein ikan; dan Gerakan peningkatan gizi pada 1000HPK.

Potensi sumber daya ikan di Kalimantan Timur juga cukup tinggi. Pada tahun 2017 produksi perikanan tangkap Kalimantan Timur berkisar 81 ribu ton (KKP, 2018). Produksi perikanan Balikpapan berkisar 4500 ton. Konsumsi ikan pulau Kalimantan jauh lebih baik dibandingkan pulau Jawa dan Sumatera yang berkisar 40 kg per kapita per tahun. Khusus Kalimantan Timur berkisar 45 kg per kapita per tahun. Namun nilai tersebut masih jauh di bawah target konsumsi perikanan nasional 2019 sehingga masih perlu mengkampanyekan Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (Gemarikan) secara menyeluruh.

Kelurahan Manggar Baru merupakan salah satu kelurahan pesisir dengan tingkat kepadatan penduduk terpadat di Balikpapan Timur. Letaknya yang berada di wilayah pesisir menjadikan Kelurahan Manggar Baru sebagai salah satu pemasok ikan-ikan segar di Kota Balikpapan. Namun sayangnya potensi tersebut belum dimanfaatkan secara maksimal terutama bentuk olahan ikan yang kekinian. Berdasarkan hasil survei, pemahaman masyarakat Kelurahan Manggar Baru dalam mengolah ikan yang sifatnya kekinian masih terbatas. Selain itu masyarakat Kelurahan Manggar Baru masih tergolong masyarakat Pra sejahtera (Kec. Balikpapan Timur dalam Angka, 2018).

Melihat kondisi tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan kegiatan pelatihan pengolahan hasil laut terutama ikan. Kegiatan ini diharapkan mampu membuka wawasan/mengedukasi ibu rumah tangga akan pentingnya konsumsi ikan sejak dini. Ikan memiliki kandungan gizi yang sangat baik seperti protein sebagai sumber pertumbuhan, asam lemak omega 3 dan 6 yang bermanfaat bagi kesehatan ibu dan pembentukan otak janin, vitamin, serta berbagai mineral yang sangat bermanfaat bagi ibu dan janin. Saat ini Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi pada Balita yang tersebar di seluruh daerah. Berdasarkan Global Nutrition Report yang dirilis pada 2014, sebanyak 37,2 persen Balita mengalami pertumbuhan kerdil (stunting), 12,1 persen pertumbuhan kurang dari standar usianya (wasting) dan 11,9 persen mengalami kelebihan berat badan (overweight). Kelebihan lain dari ikan dapat diproses lebih lanjut menjadi berbagai macam produk olahan. Melalui kegiatan ini juga diharapkan para ibu rumah tangga bisa lebih kreatif dan inovatif dalam mengolah makanan dari bahan ikan. Hal ini sejalan dengan program KKP yang menggagas Seafood Lovers Millennial, yakni membangun budaya makan ikan ke arah yang kekinian alias lebih modern. Ikan bisa diolah menjadi bahan makanan yang praktis dan simple seperti nugget ikan, bakso ikan, sosis ikan, abon dan lainnya. Harapannya anggota keluarga terutama anak-anak yang mengonsumsi ikan tidak akan merasa bosan bahkan minatnya semakin tinggi.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan pelatihan pengolahan ikan dilakukan dengan beberapa tahapan sebagai berikut:



**Gambar 1. Tahapan pelaksanaan program**

Pelaksanaan kegiatan pelatihan pengolahan ikan berlangsung Minggu, 22 September 2019 di RT 33 Kelurahan Manggar Baru Kecamatan Balikpapan Timur. Rincian tahapan sebagai berikut :

1. Persiapan
  - (a) Perekrutan mahasiswa peserta
  - (b) Koordinasi dengan pemerintah setempat dan kelompok sasaran sebagai mitra
  - (c) Briefing pembagian tugas antara dosen dan mahasiswa
  - (d) Penyiapan materi, alat, dan bahan yang digunakan
2. Pelaksanaan
  - (a) Pembukaan dan sambutan
  - (b) Sosialisasi/ penyampaian materi tentang pentingnya konsumsi ikan
  - (c) Pembagian buku resep kepada peserta disertai penjelasan singkat tentang pengolahan ikan
  - (d) Demonstrasi/ praktik pengolahan ikan. Adapun menu yang dipraktikkan adalah nugget, spring roll, dan ekado
  - (e) Evaluasi dan pembagian kuisisioner kepada peserta.  
Kuisisioner digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan program

(f) Penutup

## PEMBAHASAN

(a) Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pelatihan pengolahan ikan diawali dengan Koordinasi pemerintah setempat dan kelompok sasaran sebagai mitra.



**Gambar 2. Koordinasi dengan RT, Ketua PKK, dan warga RT 33 Kel. Manggar Baru**

Pelaksanaan kegiatan inti pelatihan pengolahan ikan sudah terealisasi 100%. Kegiatan inti yang telah dilakukan yaitu (1) penyuluhan/sosialisasi tentang pentingnya konsumsi ikan sejak dini; (2) pelatihan/demonstrasi membuat nugget ikan, spring roll, dan ekado dengan bahan baku (ikan) lokal yang ada di Kelurahan Manggar Baru. Pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan pengolahan ikan ini dititikberatkan pada ibu-ibu rumah tangga yang ada di RT 33 Kelurahan Manggar Baru. Tujuannya untuk meningkatkan keterampilan ibu rumah tangga dalam mengolah makanan hasil laut terutama ikan. Output yang dihasilkan dari kegiatan ini adalah produk olahan ikan berupa nugget, spring roll, dan ekado; serta resep olahan ikan untuk para peserta pelatihan.



**Gambar 3. Penyuluhan/sosialisasi tentang pentingnya konsumsi ikan sejak dini**



**Gambar 4. Pembagian resep olahan ikan**

Sasaran utama gemarikan adalah anak-anak usia produktif. Pendekatan yang digunakan yakni pemahaman melalui orang tua (ibu rumah tangga) dengan inovasi aneka macam olahan ikan yang disukai anak-anak. Semakin ibu rumah tangga kreatif dan inovatif dalam mengolah bahan makanan (ikan) maka anggota keluarga terutama anak-anak tidak akan merasa bosan bahkan minatnya untuk konsumsi ikan semakin tinggi. Hal ini sejalan dengan program KKP yang menggagas Seafood Lovers Millennial, yakni membangun budaya makan ikan ke arah yang kekinian alias lebih modern.



**Gambar 5. Peserta kegiatan pelatihan pembuatan nugget, spring roll, dan ekado dari ikan sangat antusias**



**Gambar 6. Produk yang dihasilkan sebelum digoreng (ekado)**



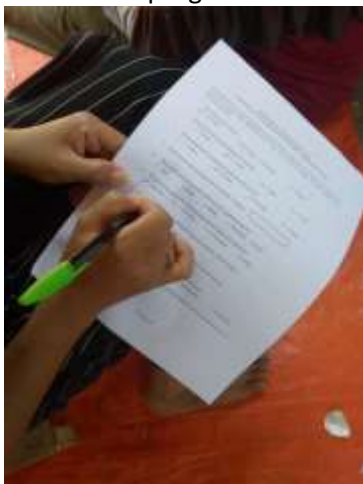
**Gambar 7. Produk yang dihasilkan (nugget, spring roll, dan ekado dari ikan)**

Selain itu, kegiatan ini merupakan proses edukasi yang berorientasi pada peningkatan wawasan ibu rumah tangga akan pentingnya konsumsi ikan sejak dini. Untuk menciptakan generasi muda yang cerdas, sehat, dan inovatif dibutuhkan konsumsi gizi yang seimbang. Pola makan merupakan perilaku paling penting yang

dapat mempengaruhi keadaan gizi karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi tingkat kesehatan individu dan masyarakat. Hal ini tidak bisa terlepas dari peranan ibu rumah tangga. Seorang ibu rumah tangga akan menentukan kualitas makanan yang dikonsumsi oleh anggota keluarganya. Kebutuhan gizi yang lengkap bisa kita peroleh dari konsumsi ikan yang memiliki kandungan protein, vitamin, mineral, lemak, omega 3 dan lainnya. Ikan memiliki banyak manfaat untuk tubuh terutama untuk perkembangan otak anak. Ikan termasuk bahan makanan yang mudah didapatkan terutama di Indonesia yang merupakan negara maritime dan kepulauan. Harga ikan relative lebih murah dibandingkan daging, serta proses pengolahannya jauh lebih mudah (murah dan simple). Menurut Kemenkes (2014), salah satu ciri bangsa maju adalah memiliki tingkat kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas kerja yang tinggi dimana ketiga hal ini dipengaruhi oleh keadaan gizi.

#### **Evaluasi Kegiatan**

Evaluasi kegiatan dilakukan setelah demonstrasi menu olahan ikan selesai. Tim melakukan evaluasi terhadap hasil olahan ikan para peserta disertai dengan pembagian kuisisioner untuk mengetahui pendapat peserta tentang pelatihan yang dilakukan. Tujuannya untuk mengetahui tingkat kepuasan peserta serta tingkat keberhasilan program ini.



**Gambar 8. Pengisian kuisisioner oleh peserta pelatihan**

Peserta pelatihan terbagi dalam 4 kelompok. Hasil olahan ikan para peserta sangat disukai anak-anak. Hal ini bisa terlihat dari anak-anak peserta pelatihan yang ikut berpartisipasi sebagai tester. Bahkan ada menu dari sebagian kelompok yang belum sempat didokumentasikan karena sudah terlanjur habis. Namun ada juga sebagian kelompok yang adonannya masih terlalu padat serta keasinan. Selebihnya memuaskan. Para peserta bahkan berinisiatif untuk menjadikan menu yang dipraktikkan sebagai menu jualan mereka. Kebanyakan dari peserta memiliki usaha kecil-kecilan dengan berjualan. Hal tersebut merupakan dampak yang sangat positif dari kegiatan ini.



**Gambar 9. Beberapa anak peserta yang berpartisipasi sebagai tester**

Baik warga maupun pemerintah setempat sangat mengapresiasi adanya kegiatan ini. Rekomendasi yang didapatkan dari para peserta agar kegiatan seperti ini rutin dilakukan di Kelurahan Manggar Baru. Selain untuk konsumsi keluarga, tercermin adanya tindakan usaha perbaikan dalam rangka menunjang peningkatan ekonomi keluarga. Harapan kedepannya, kegiatan seperti ini dapat menciptakan peluang usaha bagi masyarakat pesisir sehingga tujuan peningkatan kesejahteraan masyarakat Kelurahan Manggar Baru bisa tercapai.



**Gambar 10. Dukungan Pak RT dari awal - akhir kegiatan (turut berpartisipasi sebagai tester)**

Adapun faktor-faktor yang mendukung berlangsungnya kegiatan pengabdian, yaitu: 1) sambutan dan dukungan positif dari warga dan pemerintah RT 33 Kelurahan Manggar Baru. Menyiapkan lokasi dan alat yang digunakan selama kegiatan berlangsung; 2) antusias para peserta terkait dalam partisipasinya untuk kegiatan pengabdian masyarakat; dan 3) masyarakat menerima kegiatan ini dan ikut terlibat aktif dalam pelaksanaan kegiatan.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan Pengabdian, dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Kegiatan pelatihan pembuatan nugget, spring roll, dan ekado dari ikan berhasil dilaksanakan dengan indikasi antusiasme masyarakat cukup besar terutama pada kegiatan sosialisasi dan demonstrasi yang disertai partisipasi anak-anak sebagai tester
2. Inovasi produk olahan ikan bisa menjadi solusi peningkatan minat anggota keluarga khususnya anak-anak untuk konsumsi ikan sejak dini. Serta sangat memungkinkan untuk menciptakan peluang usaha bagi masyarakat pesisir
3. Kegiatan Pengabdian telah mampu menciptakan kerjasama antara Institut Teknologi Kalimantan sebagai salah satu lembaga Perguruan Tinggi dengan masyarakat.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Institut Teknologi Kalimantan (LPPM ITK) yang sudah mendanai kegiatan pengabdian ini. Terima kasih kepada Mitra RT 33 Kelurahan Manggar Baru yang sudah berpartisipasi dan mendukung penuh kegiatan ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- [BPS] Badan Pusat Statistik Kota Balikpapan. 2018. Kota Balikpapan dalam angka 2018. Balikpapan.
- [BPS] Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Timur. 2018. Provinsi Kalimantan Timur dalam angka 2018. Kalimantan Timur.
- [Kemenkes]. Kementerian Kesehatan. 2014. Pedoman Umum Gizi Seimbang. Jakarta.
- [KKP] Kementerian Kelautan dan Perikanan. 2018. Kelautan dan Perikanan dalam angka 2018. Jakarta.