
**PELATIHAN PEMBUATAN NUGGET IKAN, GUNA
MENINGKATKAN PENDAPATAN NELAYAN PESISIR
KELURAHAN PUDAY KECAMATAN ABELI
KOTA KENDARI SULAWESI TENGGARA**

Asrianti Dja'wa¹, Rudi Abdullah^{2*}, Andriani Puspitaningsih³

^{1,3}Jurusan Ekonomi dan Studi Pembangunan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Halu
Oleo, Kendari, Sultra Indonesia.

² Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Univeristas Muhammadiyah Buton, Baubau
Sultra, Indonesia

Corresponding Author*:

Rudi Abdullah

Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Univeristas

Muhammadiyah Buton

Email: rudiazra9140@gmail.com

ABSTRAK

Penduduk di Kelurahan Puday berjumlah 1.457 orang, sebagian besar penduduknya ($\pm 70\%$) bekerja sebagai nelayan. Selama ini produk ikan yang dihasilkan oleh nelayan dijual dalam keadaan segar kepada masyarakat, dan ini menyebabkan pendapatan nelayan mengalami fluktuatif. Pada saat musin tangkapan ikan melimpah harga ikan akan turun, selain itu juga kondisi ikan yang cepat layu menyebabkan harga ikan menurun jika tidak cepat laku terjual. Untuk mengatasi masalah tersebut maka diperlukan suatu inovasi pengolahan ikan lebih lanjut yang dapat dilakukan oleh nelayan dalam menjaga kualitas ikan dan harga tidak jatuh di pasar pada saat hasil tangkapan melimpah. Salah satu cara yaitu ikan hasil tangkapan selain di jual dalam keadaan segar dapat dijadikan sebagai makanan olahan, seperti nugget ikan (fishnugget). Khalayak sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah istri nelayan. Adapun metode pelaksanaan dari kegiatan pelatihan ini adalah Ceramah, Proses tanya jawab, Proses pelatihan pembuatan nugget, pelatih menunjukkan cara-cara membuat nugget ikan. Peserta pelatihan melakukan praktek secara berkelompok didampingi oleh pelatih. Tanggapan dari peserta pelatihan pembuatan nugget ikan sangat positif. Mereka sangat mendukung atas kegiatan ini dan berharap ini menjadi peluang usaha bagi industri rumah tangga.

Kata Kunci: Nugget ikan, Peningkatan Pendapatan, Nelayan.

PENDAHULUAN

Kelurahan Puday merupakan salah satu Kelurahan di Kecamatan Abeli Kota Kendari. Akses menuju Kelurahan ini sangat mudah karena memiliki sarana dan prasarana cukup baik. Secara administratif batas-batas wilayah yang dimiliki Kelurahan Puday yaitu, sebelah Utara berbatasan dengan Teluk Kendari, sebelah Timur berbatasan dengan Kelurahan Lapulu, sebelah Barat berbatasan dengan Kelurahan Mata Bubu dan sebelah Selatan berbatasan dengan Kelurahan Abali. Kelurahan Puday memiliki luas wilayah 120 ha yang melintang dari barat ke timur dan merupakan kelurahan berada pada pesisir teluk kendari (Profil Kelurahan Puday 2016).

Penduduk di Kelurahan Puday berjumlah 1.457 orang yang terdiri atas 730 orang laki-laki dan 727 orang perempuan dengan jumlah kepala keluarga 365 KK. Sebagian besar penduduknya ($\pm 70\%$) bekerja sebagai nelayan. Jenis mata pencaharian penduduk yang mayoritas sebagai nelayan dipengaruhi oleh kondisi geografis dari kelurahan yang berbatasan langsung dengan teluk kendari.

Hasil tangkapan para nelayan di Kelurahan Puday umumnya berupa ikan. Ikan merupakan salah satu makanan yang mengandung berbagai macam zat, selain harga yang umumnya lebih murah, absorpsi protein ikan lebih tinggi dibandingkan dengan produk hewani lain seperti daging sapi dan ayam, karena daging ikan mempunyai serat-serat protein lebih pendek dari pada serat-serat protein daging sapi atau ayam. Menurut Budiarmo (1998), Ikan merupakan bahan pangan yang sangat baik mutu gizinya, karena mengandung kurang lebih 18 gram protein untuk setiap 100 gram ikan segar. Sedangkan ikan yang telah dikeringkan dapat mencapai kadar protein 40 gram dalam 100 gram ikan kering. Didukung dengan Astawan (2004), dibandingkan dengan bahan makanan lainnya, ikan mengandung asam amino esensial yang lengkap dan sangat diperlukan oleh tubuh manusia, oleh karena itu mutu protein ikan sebanding dengan mutu protein daging.

Ikan memiliki jenis yang sangat beragam dan mempunyai beberapa kelebihan, diantaranya adalah mengandung omega 3 (Khomsom, 2004). Ada beberapa fungsi asal Omega-3. Pertama dapat menurunkan kadar kolesterol darah yang berakibat terjadinya penyumbatan pembuluh darah. Kedua, manfaat lain dari lemak Omega-3 adalah berperan dalam proses tumbuh kembang otak. Lemak ikan mempunyai keunggulan khusus dibandingkan lemak hewani lainnya. Keunggulan khusus tersebut terutama dilihat dari konsumsi asam lemaknya. Ikan diketahui banyak mengandung asam lemak takjenuh dan beberapa diantaranya esensial bagi tubuh. Asam lemak Omega-3 hampir terdapat pada semua jenis ikan laut, tetapi kandungan asam lemaknya bervariasi antara satu jenis ikan dengan jenis ikan lainnya.

Ikan merupakan komoditas yang paling banyak ditangkap oleh nelayan di Kelurahan Puday dan merupakan sumber protein yang paling banyak dikonsumsi oleh masyarakat Provinsi Sulawesi Tenggara. Dan selama itu produk ikan yang dihasilkan oleh nelayan dijual dalam keadaan segar kepada masyarakat, dan ini

menyebabkan pendapatan nelayan mengalami fluktuatif. Pada saat musin tangkapan ikan melimpah harga ikan akan turun, selain itu juga kondisi ikan yang cepat layu menyebabkan harga ikan menurun jika tidak cepat laku terjual.

Untuk mengatasi masalah tersebut maka diperlukan suatu inovasi pengolahan ikan lebih lanjut yang dapat dilakukan oleh nelayan dalam menjaga kualitas ikan dan harga tidak jatuh di pasar pada saat hasil tangkapan melimpah. Salah satu cara yaitu ikan hasil tangkapan selain di jual dalam keadaan segar dapat dijadikan sebagai makanan olahan, seperti nugget ikan (*fishnugget*). Dimana hasil dari olahan ini harganya tidak mudah fluktuatif, tahan lama dan kualitas proteinnya tetap terjaga. Selain itu hasil olahan ikan berupa nugget ikan ini akan menjadi salah satu alternatif bagi masyarakat dalam mengonsumsi ikan.

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan di Kelurahan Pudey didapatkan informasi bahwa sampai saat ini belum pernah ada pelatihan pembuatan makanan olahan berbahan baku ikan seperti nugget. Sehingga berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan pelatihan pengolahan nugget ikan. Diharapkan dengan hasil olahan tersebut akan menjaga kualitas dari ikan dan menjadi sumber pendapatan lain bagi nelayan selain menjual ikan secara segar.

METODE

Khalayak sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah istri nelayan yang berada di Kelurahan Padey, Kecamatan Abeli Kota Kendari. Adapun metode pelaksanaan dari kegiatan pelatihan ini adalah sebagai berikut:

- a. Ceramah, yaitu memberikan penjelasan singkat tentang maksud dari kegiatan dilaksanakan, pentingnya mengolah pengolahan ikan, hal-hal yang dibutuhkan selama pelatihan dalam menyampaikan ceramah menggunakan media LCD.
- b. Proses tanya jawab, tujuannya agar terjadi komunikasi dua arah antara narasumber/pelatih. Kegiatan tanya jawab ini dilakukan pada saat ceramah maupun saat melakukan pelatihan proses pembuatan nugget ikan.
- c. Proses pelatihan pembuatan nugget, pelatih menunjukkan cara-cara membuat nugget ikan.
- d. Peserta pelatihan melakukan praktek secara berkelompok didampingi oleh pelatih

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan yang telah dilakukan menghasilkan suatu jenis makanan baru yang berprotein tinggi yaitu nugget ikan sehingga pengolahan ikan di kelurahan Pudey lebih moderen tanpa mengurangi kandungan protein, asam lemak dan kandungan gizi lainnya secara berarti. Kami memilih ikan tuna dalam pembuatan nugget ikan ini karena kandungan nilai protein dan asam lemak Omega-3 tinggi meskipun lebih rendah dari ikan tengiri, namun ketersediaan jenis ikan ini dibandingkan dengan jenis ikan lainnya lebih banyak, harganya relatif murah, dan tidak susut jika diolah,

sehingga sangat cocok untuk dijadikan bahan baku nugget yang akan dijual. Daging ikan tuna juga memiliki warna dagingnya putih dimana akan berpengaruh pada daya tarik nugget ikan itu sendiri.

Adapun langkah-langkah dalam mengolah atau membuat ikan menjadi nugget adalah sebagai berikut:

1. Alat: Kompor Gas, Gas, Oven, Dandang, Peralatan penggorengan, Freezer, Pisau, Timbangan, Blender, Baskom, Cetakan kue, Sendok pengaduk,
2. Bahan: 1 kg daging ikan tuna tanpa tulang, 350 gram tepung tapioka, 100 gram terigu, 50 gram tepung maizena, 1 sdt ragi instan, 3 butir telur, 500 gram tepung roti, 2 saset susu kental manis, 1 bungkus penyedap rasa, Garam, 5 siung bawang putih haluskan, 5 siung bawang merah haluskan, 2 sendok makan minyak wijen
3. Cara membuat nugget ikan:
 - Daging ikan tanpa tulang yang akan digunakan sebaiknya disimpan dulu dalam ruang pendingin (2°C) selama minimal semalam.
 - Giling daging ikan beku dengan menggunakan penggilingan daging (Chopper) Masukkan daging ikan giling kedalam baskom, bersama dengan bahan-bahan lainnya.
 - Lakukan pengguteran, agar daging dan campurannya merata.
 - Timbang berat adonan yang dihasilkan.
 - Cetak adonan berbentuk persegi berukuran 2,5 x 3 cm² dengan tebal 1,5 cm kemudian dibekukan dalam freezer.
 - Nugget yang telah dicetak dikukus selama ± 30 menit Gulir-gulirkan nugget yang sudah dikukus dengan tepung roti.
 - Timbang berat total produk nugget setelah melewati tahap diatas.
 - Nugget ikan dikemas dalam plastik pembungkus dan siap dipasarkan.
 - Nugget ikan harus tetap dalam keadaan beku walaupun dalam dikemas.

Tanggapan dari peserta pelatihan pembuatan nugget ikan sangat positif. Mereka sangat mendukung atas kegiatan ini dan berharap ini menjadi peluang usaha bagi industri rumah tangga.

KESIMPULAN

Adanya kesimpulan yang dapat diambil dari hasil kegiatan pengabdian ini yaitu pelatihan pembuatan nugget ikan bagi istri-istri nelayan:

1. Istri-istri nelayan peserta pelatihan mendapatkan ilmu cara mengolah ikan menjadi produk yang memiliki nilai tambah ekonomi yaitu nugget ikan, yang dapat digunakan sebagai usaha yang dapat meningkatkan pendapatan keluarga.
2. Peserta pelatihan mengikuti pelatihan dengan semangat,
3. Pelaksanaan kegiatan berhasil dengan baik tanpa ada hambatan

Perlu dilakukan kegiatan-kegiatan keterampilan seperti ini sehingga dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta inisiatif istri-istri nelayan untuk lebih

terampil dengan tujuan membantu menopang ekonomi mereka.

TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada Lurah Kelurahan Puday atas fasilitas tempat yang berikan dan mengordinir masyarakat khususnya ibu-ibu nelayan sebagai khalayak sasaran.

DAFTAR PUSTAKA

Ali Khomson. 2004. *Peranan Pangan dan Gizi Untuk Kualitas Hidup*. PT.Gramedia Widiasarana Indonesia: Jakarta

Astawan, Made. 2008. *Sehat dengan Hidangan Hewani*. Penerbit: Swadaya. Jakarta

Budiarso. 1998. *Rakus Ikan Menyehatkan*, <http://www.gizi.net>, diakses tanggal 13 September 2016

Profil Kelurahan Puday, Kecamatan Abeli, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara 2016