

PELATIHAN PENGOLAHAN PANGAN HEWANI (IKAN PATIN) PADA IBU-IBU KADER DESA RANAH SINGKUANG DALAM RANGKA MENINGKATKAN PERANAN WANITA MENUJU KELUARGA SEHAT

Sri Mulyani^{1*}, Lily Restusari¹, Magdalena²

¹Prodi DIII Gizi Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Riau, Indonesia

²Prodi DIII Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Riau, Indonesia

* Penulis Korespondensi : srimulyani@pkr.ac.id

Abstrak

Perempuan memiliki peranan penting dalam mewujudkan kesehatan keluarganya khususnya dalam bidang ketahanan pangan, gizi dan kesehatan keluarga. Pengolahan makanan yang baik dalam keluarga memiliki syarat-syarat seperti memenuhi zat gizi, bahan pangan yang disajikan mudah didapat dan murah, mengandung gizi yang cukup dalam jumlah dan mutu, disajikan bervariasi. Melimpahnya sumber pangan lokal berupa ikan patin yang dibudidayakan oleh masyarakat telah diolah menjadi beberapa produk. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Ibu dalam pengolahan berbagai menu atau olahan makanan sumber bahan pangan protein hewani (Ikan Patin). Kegiatan ini dilaksanakan dari bulan Januari-Agustus 2023 di Desa Ranah Singkuang Kabupaten Kampar. Peserta pengabdian kepada masyarakat adalah para ibu kader di desa Ranah Singkuang dengan menggunakan metode pre-test dan post-test, penyuluhan, praktik pengolahan menu dan advokasi. Hasil yang dicapai yaitu mengalami peningkatan pada saat post-test yaitu dari 67,25% menjadi 78,83%. Penyuluhan yang dilakukan dimulai dari pengenalan jenis pangan hewani, cara memilihnya dan bagaimana cara pengolahan yang baik. Kemudian juga dilakukan pemutaran video tentang pengolahan berbagai jenis olahan ikan patin seperti dendeng ikan patin, abon, nugget dan kerupuk. Dapat disimpulkan kegiatan yang telah dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu kader tentang pengolahan pangan hewani khususnya ikan yang secara umum dapat meningkatnya peranan wanita menuju keluarga sehat.

Kata kunci: pangan hewani; peranan wanita; keluarga sehat; pengetahuan; keterampilan

Abstract

Women have an important role in realizing the health of their families, especially in the fields of food security, nutrition and family health. Good food processing in the family has requirements such as fulfilling nutrients, food ingredients that are served are easy to obtain and cheap, contain adequate nutrition in quantity and quality, served varied. The abundance of local food sources in the form of catfish cultivated by the community has been processed into several products. The purpose of this community service is to increase the knowledge and skills of mothers in processing various menus or processed food sources of animal protein food (Patin Fish). This activity was carried out from January to August 2023 in Ranah Singkuang Village, Kampar Regency. Community service participants are cadre mothers in Ranah Singkuang village using pre-test and post-test methods, counseling, menu processing practices and advocacy. The results achieved were an increase in the post-test, from 67.25% to 78.83%. The counseling begins with the introduction of animal food types, how to choose them and how to process them properly. It can be concluded that the activities that have been carried out can increase the knowledge and skills of cadre mothers about animal food processing, especially fish, which in general can increase the role of women towards healthy families.

Keywords: animal food; role of women; healthy family; knowledge; skills

1. PENDAHULUAN

Keputusan Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan Republik Indonesia No. 41 Tahun 2007 tentang Pedoman Umum Revitaliasi Program P2WKSS. Program terpadu Peningkatan Peranan Wanita menuju Keluarga Sehat dan

Sejahtera (P2WKSS) adalah program yang ditujukan bagi peningkatan sumber daya manusia khusus pada perempuan untuk dapat lebih berperan dan lebih memiliki kapabilitas terutama dalam mewujudkan keluarga sehat sejahtera.

Perempuan memiliki peranan penting dalam mewujudkan kesehatan keluarganya khususnya dalam bidang ketahanan pangan, gizi dan kesehatan keluarga. Seorang ibu mengatur makanan yang akan dikonsumsi keluarga mulai dari pemilihan bahan pangan, mengatur makanan keluarga yang akan berdampak terhadap kesehatan keluarga. Perempuan sangat berperan dalam mengatur menu masakan yang akan dikonsumsi keluarga dalam satu hari sehingga dapat mengatur berapa pengeluaran dan pemasukan dalam rumah tangganya.

Ikan patin termasuk ikan yang hidup di dasar sungai, ikan patin merupakan salah satu ikan air tawar yang sedang digalakkan untuk dibudidayakan di Provinsi Riau. Ikan patin mengandung protein sebanyak 17 g; lemak 6,6 g; fosfor 173 mg; kalsium 31 mg dan kalium 346 mg (TKPI, 2017). Ikan patin juga mengandung lemak yang cukup banyak dibandingkan dengan jenis ikan air tawar lainnya sekitar 40% (Santoso et al. 2019). Ikan patin termasuk bahan pangan yang pengolahannya sudah banyak dikembangkan (Hardi, 2017).

Ikan patin pada umumnya dapat diolah dengan berbagai teknik pengolahan. Ikan patin dapat diolah menjadi asam padeh ikan patin, ikan salai, bakso, nugget, batagor, bakso goreng, kerupuk kulit ikan patin (Rahmawati et al. 2018). Produk olahan ikan patin dapat menghilangkan kejenuhan pada makanan sehari-hari yang monoton seperti ikan goreng, disup atau dibakar saja.

Pengolahan makanan yang baik dalam keluarga dengan syarat-syarat, yaitu memenuhi zat gizi, bahan pangan yang disajikan mudah didapat dan murah, mengandung gizi yang cukup dalam jumlah dan mutu, disajikan bervariasi untuk

menghindari kebosanan, memasak bahan pangan yang benar, mudah memasaknya dan cara menyajikannya cukup menarik untuk menimbulkan selera makan (Kalsum and Gandini 2016). Menurut Mulia dalam Amalia et al. (2015) makanan merupakan salah satu kebutuhan pokok bagi kehidupan manusia, dimana makanan mempunyai fungsi memelihara proses dalam pertumbuhan/ perkembangan, memperoleh energi untuk aktifitas sehari-hari, mengatur metabolisme dan berperan di dalam mekanisme pertahanan tubuh terhadap penyakit. Agar makanan dapat berfungsi sebagaimana mestinya, kualitas makanan harus diperhatikan. Kualitas makanan sangat dipengaruhi dan ditentukan oleh pemilihan bahan mentahnya, penyimpanan, pengolahan atau proses dan penyajian.

Desa Ranah Singkuang merupakan salah satu desa yang masuk dalam wilayah administrasi Kecamatan Kampar, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau. Kabupaten Kampar mempunyai banyak potensi yang masih dapat dimanfaatkan, terutama di bidang pertanian dan perikanan budidaya. Kegiatan perikanan di daerah ini terdiri dari kegiatan budidaya ikan di kolam dan keramba. Ikan yang dihasilkan di Kabupaten Kampar ini diantaranya adalah ikan Patin (*Pangasius sutchi*) (Lubis, Bathara, and Warningsih 2020).

Poltekkes Kemenkes Riau sebagai wadah untuk mengkaji dan sebagai media informasi dan teknologi berkewajiban meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap masalah yang dihadapi oleh masyarakat melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Salah satu cara meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap potensi pangan lokal yang melimpah di daerah tersebut yang dapat bermanfaat bagi keluarga dan masyarakat sekitarnya adalah dengan melakukan Pelatihan Pengolahan Pangan Hewani (Ikan Patin) Pada Ibu-Ibu Kader Desa Ranah Singkuang Dalam Rangka Meningkatkan Peranan Wanita Menuju Keluarga Sehat.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi beberapa metode, yakni:

- a. Penyusunan buku resep menu olahan pangan hewani (Ikan Patin) dengan memanfaatkan pangan lokal yaitu ikan patin.
- b. Pre-test
Bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu mengenai pengolahan pangan hewani (Ikan Patin) potensi pangan lokal sebelum diberikan pelatihan.
- c. Sosialisasi
Dilakukan dalam bentuk penyuluhan yang bertujuan untuk memberikan informasi terkait pengolahan pangan hewani (Ikan Patin) dan peran wanita dalam meningkatkan kesehatan keluarga. Penyuluhan dalam kegiatan ini juga disampaikan bagaimana cara pengolahan pangan hewani (Ikan Patin) yang tepat dengan menggunakan bahan pangan lokal. Pada saat penyuluhan, khalayak sasaran diberikan motivasi secara lisan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengolahan pangan hewani (Ikan Patin) untuk meningkatkan peranan wanita menuju keluarga sehat.
- d. Praktik pengolahan menu

Uji coba resep dilakukan terlebih dahulu hingga didapatkan formula yang tepat untuk di susun dalam buku resep. Resep masakan yang akan diolah adalah nugget ikan, dendeng ikan, abon ikan dan kerupuk ikan. Ikan yang digunakan adalah ikan patin. Praktik pengolahan menu dilakukan secara sederhana. Dimulai dari tahap persiapan, pengolahan hingga penyajian.

e. Evaluasi

Evaluasi kegiatan yang dilakukan berupa evaluasi pengetahuan dan evaluasi keterampilan dalam mengolah dan menyusun menu. Evaluasi pengetahuan berupa penilaian menggunakan lembar penilaian mulai dari tahap persiapan hingga pengolahan dan posttest di akhir kegiatan pengabmas.

f. Advokasi

Kegiatan advokasi ditujukan kepada kepala desa, ketua PKK dan para kader di Desa Ranah Singkuang Kabupaten Kampar. Diharapkan dengan adanya advokasi ini, ibu-ibu dapat menerapkan informasi yang diperoleh mengenai pengolahan pangan hewani (Ikan Patin) yang tepat kepada keluarga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan media modul pangan hewani (ikan) dalam meningkatkan pengetahuan ibu lurah, ibu RT/RW, dan ibu-ibu kader dalam pengolahan hewani (ikan). Modul ini menjelaskan tentang pengenalan pangan hewani, pengolahan makanan dan aneka ragam olahan pangan hewani khususnya ikan. Pembuatan buku dilakukan pada bulan Januari – Februari 2023. Buku ini dirancang untuk mempermudah ibu lurah, ibu RT/RW, dan ibu kader mendapatkan informasi tentang definisi pangan hewani, jenis pangan hewani, ciri hewani yang baik, pengolahan makanan, dan aneka ragam olahan pangan hewani (ikan).

Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah Ibu Lurah, Ibu RT/RW, dan ibu-ibu kader yang ada di Desa Ranah Singkuang. Pelatihan edukasi dilaksanakan pada bulan Januari hingga Mei 2023. Kegiatan pertama yang dilakukan adalah penyampaian materi dengan peserta sebanyak 12 orang dengan metode pemaparan materi secara ceramah dan diskusi menggunakan media infocus dan standing banner yang telah disiapkan oleh tim pengabdian masyarakat.

Pelatihan diberikan dalam bentuk ceramah dan diskusi bertujuan untuk memberikan edukasi tentang pengolahan pangan hewani (ikan). Materi disampaikan langsung oleh dosen Poltekkes Kemenkes Riau bagian dari tim pengabdian masyarakat.

Sebelum pemaparan materi berlangsung untuk mengetahui pengetahuan awal kader posyandu, tim pengabdian masyarakat melakukan pre – test kepada para kader menggunakan kuisioner yang berisi 15 pertanyaan tentang materi dari buku yang dibuat sebelumnya. Para ibu lurah, ibu RT/RW, dan ibu-ibu kader yang hadir saat pemaparan materi mengenai pengolahan hewani (ikan) tampak fokus dan antusias mendengarkan penyampaian materi yang diberikan. Selanjutnya dilakukan sesi tanya jawab dan diikuti dengan kegiatan evaluasi untuk mengukur pengetahuan para kader setelah intervensi.

Berikut hasil karakteristik dari responden yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Karakteristik	n	%
1.	Usia		
	- Remaja akhir (17 – 25 tahun)	3	25,0
	- Dewasa awal (26 – 35 tahun)	7	58,3
	Dewasa akhir (36 – 45 tahun)	2	16,7
	Total	12	100
2.	Pendidikan Terakhir		
	- Tidak Sekolah	0	0
	- SD	0	0
	- SMP	2	16,7
	- SMA	9	75,0
	- Perguruan Tinggi	1	8,3
	Total	12	100

Kader yang ada di posyandu Desa Ranah Singkuang usia terbanyak yaitu usia dewasa awal dari 26 – 35 tahun sebanyak 58,3 %. Dan pendidikan terakhir tamatan SMA sebanyak 75 %.

Sebelum diberikan pemaparan materi oleh tim pengabdian masyarakat, terlebih dahulu diberikan pre test kepada kader untuk melihat tingkat pengetahuan kader sebelum diberikan materi. Setelah semua materi dijelaskan, diakhir penyuluhan peserta diberikan evaluasi untuk melihat sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang telah dijelaskan.

Peningkatan pengetahuan kader dapat dilihat dari hasil pre-test dan post-test, dimana sebelum adanya kegiatan ini kader masih kurang mengetahui tentang pengolahan pangan hewani (ikan) yang dapat dilihat dari nilai pre-test yang rendah. Berdasarkan hasil pre-test sebelum penyuluhan kader masih belum mengetahui tentang pengenalan pangan hewani, pengolahan makanan dan aneka ragam olahan pangan hewani khususnya ikan. Sedangkan setelah penyuluhan, hasil post-test menunjukkan bahwa pengetahuan kader mengenai materi tersebut mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil yang sudah dilakukan, bahwa pengetahuan kader meningkat dengan melihat nilai rata-rata hasil pre-test yang diperoleh mengalami peningkatan pada saat post-test yaitu dari 67,25% menjadi 78,83%.

Sebelum dilakukan evaluasi ditampilkan pengenalan olahan pangan hewani melalui video. Para ibu kader tampak fokus dan antusias dalam menonton olahan pangan hewani. Tujuan video pengenalan olahan pangan hewani ini adalah untuk memperkenalkan berbagai resep olahan pangan hewani khususnya dari ikan patin mulai dari alat dan bahan serta cara pembuatannya.

Kemudian, dilanjutkan evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat melalui lembar evaluasi dan pemilihan produk berdasarkan menu pada buku pengolahan hewani (ikan) kepada peserta untuk memastikan peserta memilih produk olahan yang akan dikembangkan/dibuat dan dapat digunakan sebagai PMT posyandu serta dapat menjadikan produk tersebut sebagai usaha. Dari hasil evaluasi pemilihan produk, didapatkan bahwa ibu-ibu memilih produk nugget ikan patin dikarenakan pembuatan yang mudah dipahami, memiliki kandungan gizi yang tinggi serta disukai oleh anak-anak.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Ranah Singkuang dalam kegiatan pelatihan pangan hewani (ikan) mengalami peningkatan pengetahuan mengenai pengenalan pangan hewani, pengolahan makanan dan aneka ragam olahan pangan hewani khususnya ikan.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada poltekkes kemenkes riau yang telah memfasilitasi pengabdian masyarakat dan ibu-ibu kader Desa Ranah Singkuang yang turut berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Icca Stella, Eni Rohaeni, and Deasy Muriawati. 2015. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Praktik Hygiene Sanitasi Penjamah Makanan Di Kecamatan Kdugede Kabupaten Kuningan Tahun 2013." *Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Bhakti Husana Kuningan* 04: 52–57.
- Bimantara, Arif, and Nosa Septiana Anindita. 2018. "Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan Sejak Usia Dini Melalui Pelatihan Pengolahan Ikan Bagi Orang Tua Siswa Kelas I SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta Fish Consumption Socialization Since an Early Age Program Through Fish Processing Training for First Grade Student's Parents at Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta Elementary School." *Jurnal Pengabdian Masyarakat MIPA dan Pendidikan MIPA* 2(2): 72–77.
- Dua Nita, Maria Helena, Juni Sine, Maria Goreti Pantaleon, and Kristina R Nenotek. 2022. "Pemberdayaan Kader Melalui Teknologi Pengolahan Ikan Sebagai Sumber Protein Hewani Dalam Mencegah Stunting Pada Balita Di Daerah Terpencil Di Pulau Semau Kabupaten Kupang." *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat Kepulauan Lahan Kering* 3(2 SE-): 44–49.
- Fahrullah, Fahrullah et al. 2023. "Pendampingan Pembuatan Chicken Nugget Singkong Untuk Meningkatkan Keanekaragaman Produk Pangan Hewani." *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA* 6(1 SE-Artikel): 358–62.
- Handayani, Ratih et al. 2022. "Edukasi Pengolahan dan Peningkatan Konsumsi Protein Hewani disaat Pandemi COVID-19." *MARTABE : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 5(5): 1–6.
- Hardi, h. (2017). Peningkatan pemahaman pembuatan bakso dari ikan patin dalam jajanan sehat untuk keluarga. *Diklat review: jurnal manajemen pendidikan dan pelatihan*, 1(3), 129-133
- Kalsum, Umi, and Lis Arning Gandini. 2016. "Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pengolahan Makanan Dengan Status Gizi Balita." *Health Policy* 1(1): 47–56.
- Lubis, Rahmatika, Lamun Bathara, and Trisla Warningsih. 2020. "Analisis Usaha Pembesaran Ikan Patin (Pangasius Sutchi) Dalam Kolam Di Desa Padang Mutung Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar Provinsi Riau." *Jurnal Perikanan dan Kelautan* 25(2): 129–37.
- Rahmawati, Noviana Dini, M. Anas Dzakiy, Agnita Siska P., and Achmad Buchori. 2018. "Pengenalan Entrepreneurship Variasi Olahan Ikan Patin Di Grobogan." *E-Dimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* 9(2): 177.
- Santoso, Heri Budi, Badruzaufari, Hidayaturrahmah, and Fadlilaturrahmah. 2019. "Pemanfaatan Teknologi Dalam Upaya Pemberdayaan Perempuan Melalui Peningkatan Kreativitas Istri Pembudidaya Ikan Patin Di Desa Cindai Alus." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat MEDITEG* 4(2): 26–31.