

## Upaya Peningkatan Minat Masyarakat Dalam Mengonsumsi Produk Berbahan Ikan Melalui Kegiatan Sosialisasi Mengenai Kandungan Gizi Ikan

### Efforts to Increase Community Interest in Consuming Fish-Based Products Through Socialization Activities Regarding the Nutritional Content of Fish

Erna<sup>1</sup>, A Ana Humairah<sup>2</sup>, Muh Fajar Maulana<sup>2</sup>, Fitri Ramadhani<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Pengelolaan Pelabuhan Perikanan, Teknologi Kemaritiman, Politani Pangkep

<sup>2</sup>Pengelolaan Pelabuhan Perikanan, Teknologi Kemaritiman, Politani Pangkep

Korespondensi : [ernafattah0@gmail.com](mailto:ernafattah0@gmail.com)

#### ABSTRAK

Salah satu tujuan pembangunan perikanan adalah meningkatkan gizi masyarakat melalui produk-produk perikanan. Untuk mencapai tujuan pembangunan perikanan tersebut, yaitu peningkatan nilai gizi melalui pembuatan dan pengolahan makanan, kaum perempuan dari rumah tangga nelayan memiliki kontribusi besar karena kaum perempuan lebih banyak beraktifitas dalam pembuatan dan pengolahan makanan, minimal dalam lingkungan keluarga mereka. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah 1). Mengoptimalkan kontribusi kelompok wanita pesisir Kab. Pangkep dalam peningkatan gizi keluarga melalui peningkatan pengetahuan tentang nilai gizi daripada ikan/produk berbahan baku ikan, dan 2). Berkontribusi dalam peningkatan nilai jual ikan/produk berbahan baku ikan sebagai salah satu potensi daerah. Kegiatan pengabdian pada Masyarakat dengan judul "Upaya Peningkatan Minat Masyarakat Dalam Mengonsumsi Produk Berbahan Ikan Melalui Kegiatan Sosialisasi Mengenai Kandungan Gizi Ikan" ini terlaksana pada tanggal 22 September 2023 pukul 10.00 – 14.00 WITA di Dusun Lamasa, Desa Boddie, Kecamatan Mandalle, Kabupaten Pangkep. Adapun peserta kegiatan terdiri atas tim pengabdian dari Prodi Pengelolaan Pelabuhan Perikanan, Jurusan Teknologi Kemaritiman, Politeknik Pertanian Negeri Pangkep dan ibu2 nelayan di dusun tersebut yang berjumlah 20 orang. Kegiatan menampilkan seorang pembicara dari pihak kampus dengan materi penyuluhan sebagaimana judul kegiatan dan menggunakan alat bantu berupa media terproyeksi berupa power point dan beberapa hasil olahan makanan berbahan baku ikan seperti Ekado dan Sambal berbahan baku Ebi sebagai bagian dari metode penyuluhan.

**Kata Kunci** : *Konsumsi, Masyarakat, Produk Berbahan Ikan*

#### ABSTRACT

One of the goals of fisheries development is to improve community nutrition through fishery products. To achieve the goal of fisheries development, namely increasing nutritional value through making and processing food, women from fishing households have a big contribution because women are more active in making and processing food, at least within their family environment. The objectives of this service activity are 1). Optimizing the contribution of coastal women's groups in the District. Pangkep in improving family nutrition through increasing knowledge about the nutritional value of fish/fish-based products, and 2). Contribute to increasing the selling value of fish/products made from fish as one of the regional potentials. This community service activity with the title "Efforts to Increase Community Interest in Consuming Fish-Based Products Through Socialization Activities Regarding the Nutritional Content of Fish" was carried out on September 22 2023 at 10.00 - 14.00 WITA in Lamasa Hamlet, Boddie Village, Mandalle District, Pangkep Regency. The activity participants consisted of a service team from the Fisheries Harbor Management Study Program, Maritime Technology Department, Pangkep State Agricultural Polytechnic and 20 fishermen women in the village. The activity featured a speaker from the campus with outreach material as stated in the title of the activity and using tools in the form of projected media in the form

of power points and several processed food products made from fish such as Ekado and Sambal made from Ebi as part of the outreach method.

**Keywords:** *Consumption, Fish Products, Society*

## **PENDAHULUAN**

Seiring dengan perubahan paradigma pembangunan Indonesia secara umum dan termasuk pada sektor kelautan dan perikanan, seperti yang tertuang dalam Undang- Undang Otonomi Daerah No. 22 Tahun 1999, mengamanatkan pemberian kewenangan secara luas kepada pemerintah daerah dalam melakukan upaya pengelolaan dan pemanfaatan sumberdaya alam kelautan dan perikanan yang dimiliki sesuai dengan potensi daerah yang ada. Perubahan sifat paradigma pembangunan itu yang semula *top-down* menjadi *bottom-up*, dilakukan dengan pertimbangan bahwa daerah lebih mengetahui potensi dan kebutuhan masyarakatnya. Dengan demikian, tujuan pembangunan perikanan menjadi lebih mudah diwujudkan dan tepat sasaran. Masyarakat pesisir termasuk keluarga nelayan yang menjadi sasaran utama pembangunan perikanan bukan hanya suami atau anak laki-laki yang berprofesi sebagai nelayan, tetapi juga kaum perempuan yang secara langsung maupun tidak langsung dapat memberi kontribusi positif bagi peningkatan taraf hidup keluarga mereka.

Kabupaten Pangkep di Sulawesi Selatan sejak dulu dikenal sebagai salah satu produsen ikan hasil tangkapan, namun kelangsungan hidup nelayan tradisional di wilayah pesisir pantai Kabupaten Pangkep dalam memenuhi kebutuhan hidupnya dihadapkan pada kondisi yang tidak menentu akibat adanya perubahan musim, dan mulai tahun 2020 hingga tahun 2023 ini lebih parah lagi dengan merebaknya pandemik virus covid 19 yang menyebar ke seluruh dunia, termasuk di Kabupaten Pangkep. Adanya kondisi tersebut mengakibatkan terjadinya perubahan produksi hasil tangkapan yang berimbas pada penurunan pendapatan usaha tangkap nelayan dan berdampak pula pada pengeluaran untuk konsumsi rumah tangga nelayan.

Salah satu tujuan pembangunan perikanan adalah meningkatkan gizi masyarakat melalui produk-produk perikanan. Untuk mencapai tujuan pembangunan perikanan tersebut, yaitu peningkatan nilai gizi melalui pembuatan dan pengolahan makanan, kaum perempuan dari rumahtangga nelayan memiliki kontribusi besar karena kaum perempuan lebih banyak beraktifitas dalam pembuatan dan pengolahan makanan, minimal dalam lingkungan keluarga mereka.

Bertitik tolak dari pertimbangan tersebut, maka kegiatan pengabdian masyarakat kali ini difokuskan pada peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya mengkonsumsi ikan, baik secara langsung maupun melalui produk berbahan baku ikan . Diharapkan dengan pengabdian ini masyarakat semakin memahami nilai gizi yang terkandung pada daging ikan, kesehatan masyarakat menjadi lebih baik karena tingkat konsumsi daging ikan yang semakin meningkat dan juga nantinya akan meningkatkan nilai jual dari pangan berbahan baku ikan/

## **METODE**

### **Waktu dan Tempat**

Kegiatan pengabdian pada Masyarakat dengan judul “Upaya Peningkatan Minat Masyarakat Dalam Mengonsumsi Produk Berbahan Ikan Melalui Kegiatan Sosialisasi Mengenai Kandungan Gizi Ikan” ini terlaksana pada tanggal 22 September 2023 pukul 10.00 –14.00 WITA di Dusun Lamasa, Desa BoddiE, Kecamatan Mandalle, Kabupaten Pangkep.

### **Kelompok Sasaran/Mitra**

Kelompok masyarakat yang menjadi sasaran kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini adalah istri istri dari nelayan yang berdomisili di lokasi yang menjadi tempat pelaksanaan kegiatan.

### **Metode Pelaksanaan**

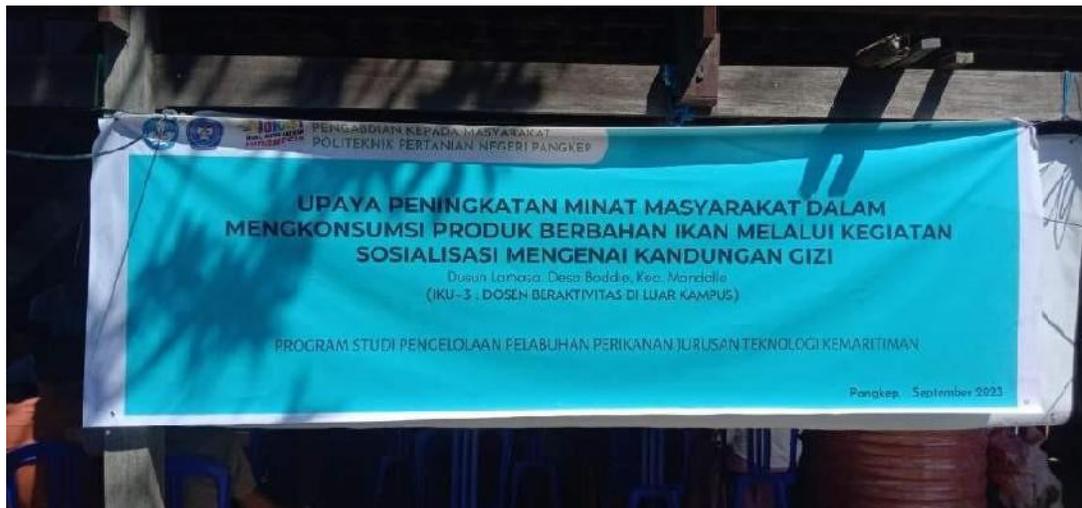
Metode penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode Pendidikan Masyarakat/Penyuluhan yang mana metode ini merupakan suatu bentuk kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dalam bentuk penyuluhan dengan tujuan meningkatkan pemahaman serta kesadaran Masyarakat terkait peningkatan minat dalam mengonsumsi produk olahan berbahan baku ikan.

### **Analisis Data**

Tingkat pemahaman masyarakat kelompok sasaran yang terlibat dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat terkait judul kegiatan ini selanjutnya dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan indicator berupa tingkat antusiasme kelompok sasaran pada saat pelaksanaan diskusi serta beragamnya masalah terkait judul yang ditanyakan kepada tim pengabdian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berikut adalah dokumentasi dari kegiatan pengabdian pada masyarakat kelompok kami



Gambar 1. Spanduk Kegiatan



Gambar 2. Pemberian Materi



Gambar 3. Contoh Produk Olahan Berbahan Baku Ikan (Sambal Ebi)



Gambar 4. Contoh Produk Olahan Berbahan Baku Ikan (Ekado)

Pemberian materi disertai dengan contoh produk olahan dilakukan dengan tujuan untuk lebih memperkuat pemahaman kelompok sasaran. Adapun produk olahan tersebut diantaranya adalah Ekado yang mana produk ini dibuat dari ikan (ikan kakap) sebagai bahan utamanya. Sebagaimana dikemukakan oleh Kartasapoetro (2004) bahwa ikan kakap memiliki kandungan sebesar 20,51 gram protein, 0,31 gram asam lemak omega 3 untuk setiap 100 gram daging ikan, serta vitamin B kompleks dan berbagai mineral penting seperti zink, folat, kalsium, dll yang mana mineral ini mampu mencukupi kebutuhan tubuh manusia akan mineral. Asam amino protein ikan merupakan protein yang jauh lebih lengkap dibandingkan dengan protein dari bahan makanan lain, selanjutnya di dalam asam amino ini terdapat kandungan zat yang disebut sebagai taurine yang akan merangsang perkembangan sel otak manusia, oleh karenanya ikansangat diperlukan utamanya oleh balita. Asam lemak omega 3 merupakan salah satu zat penting yang tidak mampu dibuat oleh tubuh manusia, harus di suplai dari luar, padahal ketercukupan akan zat ini sangat perlu oleh karena zat ini akan menjaga fungsi jantung tetap baik, kolesterol tetap berada dalam rentang nilai yang normal.

Produk olahan lainnya yang disertakan sebagai contoh dalam kegiatan ini adalah sambal dengan penambahan ebi (udang kecil). Sambal merupakan salah satu jenis makanan tambahan favorit Masyarakat Indonesia di mana hampir semua masyarakat Indonesia akan menyediakan sambal setiap kali akan bersantap. Dengan memanfaatkan kondisi ini, gizi masyarakat dapat ditingkatkan dengan cara melakukan penambahan ikan (dalam hal ini adalah ebi). Menurut Saparinto (2011), Udang adalah jenis *seafood* yang lezat, bergizi dan mudah diolah untuk berbagai macam hidangan. Meskipun ukurannya kecil, namun ternyata udang memiliki segudang manfaat yang baik untuk kesehatan. Udang mengandung berbagai macam vitamin yang sangat dibutuhkan oleh tubuh seperti vitamin A, C, D, E, dan B12. Selain itu, udang juga mengandung banyak mineral esensial yang terdiri dari fosfor, selenium, zinc, kalsium, magnesium, dan kalium. Tidak sampai disitu, udang juga memiliki kandungan asam lemak omega-3 yang baik untuk kesehatan jantung dan perkembangan otak. Adapun manfaat mengkonsumsi udang antara lain untuk membantu menjaga kesehatan jantung, mencegah gejala osteoporosis, membantu produksi sel dan jaringan tubuh, menjaga kulit tetap sehat, membantu mengatasi obesitas, mencegah penyakit gondok dan kemandulan, mengurangi rasa nyeri saat menstruasi, mencegah kerontokan rambut, mengatasi gejala anemia, mencegah penyakit kanker.

## **SIMPULAN**

Peningkatan minat masyarakat dalam mengkonsumsi produk olahan berbahan baku ikan sangat penting untuk dilakukan dalam rangka membentuk dan menjaga kualitas SDM. Upaya ini akan lebih efektif jika disertakan informasi dan pengetahuan tentang berbagai produk olahan berbahan baku ikan.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim Pengabdian Pada Masyarakat dengan judul "Upaya PeningkatanMinat Masyarakat DalamMengkonsumsi Produk Berbahan Ikan Melalui Kegiatan Sosialisasi Mengenai Kandungan Gizi Ikan" mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Politani Pangkep dan PPPM Politani Pangkep untuk support yang diberikan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Kartasapoetra G, Marsetyo H, 2004. Ilmu Gizi (Korelasi Gizi, Kesehatan dan Produktifitas Kerja), Rineka Cipta, Jakarta.
- Saparinto C, 2011. Variasi Olahan Produk Perikanan Skala Industri & Rumah Tangga, Lili Publisher, Yogyakarta.
- Sri Purwaningsih, 2000. Teknologi Pembekuan Udang. Penebar Swadaya (cetakan kedua).Jakarta