

OPTIMALISASI PEMANFAATAN IKAN LELE SEBAGAI PRODUK PANGAN BERGIZI UNTUK ANAK BALITA DAN PELUANG UMKM DI MARGOMULYO

Siti Umi Fadhilah¹, Muji Bagus Triyana², Kiki Kristiya Ana³, Dito Mei Triono⁴, Maystaladika⁵, Fitria Anugrahini⁶, Tika Sindi Fardani⁷, Ryan Aldiyansah⁸, Asma Asmara Sukma⁹, Yushinta Lailatul Rohmah¹⁰, Pamela Nuryatman¹¹, Rini Astuti¹²

1), 2), 3), 4), 5), 6), 7), 8), 9), 10), 11), 12) Prodi Pendidikan Sekolah Dasar, Pendidikan Profesi Guru (PPG) Universitas PGRI Madiun

E-Mail:

sitiumifadhilah@gmail.com¹⁾, mujibagustriyana@gmail.com²⁾, ppg.kikiana98630@program.belajar.id³⁾, ditomeitriono@gmail.com⁴⁾, maystaladika@gmail.com⁵⁾, fitriaanugrahini@gmail.com⁶⁾, tikasindifardani@gmail.com⁷⁾, ryanaldiyansah@gmail.com⁸⁾, asmaasmarasukma@gmail.com⁹⁾, yushintalailatulrohmah@gmail.com¹⁰⁾, pamelianuryatman@gmail.com¹¹⁾, riniastuti@gmail.com¹²⁾

Submitted:
30-08-2024
Accepted:
27-09-2024
Published:
01-10-2024

ABSTRAK

Ikan lele merupakan salah satu ikan yang menempati urutan teratas dalam jumlah hasil produksi yang dihasilkan dalam budidaya perikanan. Selama ini, ikan lele menyumbang lebih dari 10% produksi perikanan budidaya nasional dengan tingkat pertumbuhan mencapai 17- 18%. Anak balita membutuhkan asupan gizi yang cukup untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Sedangkan kandungan dalam ikan lele secara utuh mengandung lemak besar 3,70%, abu sebesar 2,70%, karbohidrat sebesar 2,60%, kalsium sebesar 5,59%. Dengan menyajikan abon lele sebagai produk pangan bergizi, dapat membantu memastikan kecukupan gizi anak balita, terutama dalam menghadapi tantangan gizi pada masa pertumbuhan. Sementara itu dengan adanya menyajikan abon lele sebagai produk pangan yang bergizi, dapat membuat peluang UMKM yang ada di daerah sekitar, dalam kasus ini berada di lokasi Margomulyo, Kabupaten Bojonegoro.

Kata kunci: Kandungan Gizi pada ikan Lele; Peluang UMKM; Kabupaten Bojonegoro

ABSTRACT

Catfish is one of the fish that occupies the top rank in terms of the amount of production produced in aquaculture. So far, catfish contribute more than 10% of national aquaculture production with a growth rate reaching 17-18%. Children under five need adequate nutritional intake to support their growth and development. Meanwhile, whole catfish contains 3.70% fat, 2.70% ash, 2.60% carbohydrates, 5.59% calcium. By serving shredded catfish as a nutritious food product, it can help ensure adequate nutrition for children under five, especially when facing nutritional challenges during the growth period. Meanwhile, by serving shredded catfish as a nutritious food product, it can create opportunities for MSMEs in the surrounding area, in this case in the Margomulyo location, Bojonegoro district.

Keywords: Nutritional Content of Catfish; MSME opportunities; Bojonegoro District

Corresponding Author:
Siti Umi Fadhilah

PENDAHULUAN

Ikan lele merupakan salah satu ikan yang menempati urutan teratas dalam jumlah hasil produksi yang dihasilkan dalam budidaya perikanan. Selama ini, ikan lele menyumbang lebih dari 10% produksi perikanan budidaya nasional dengan tingkat pertumbuhan mencapai 17- 18%. Ikan lele memiliki kadar protein yang cukup tinggi yaitu sebesar 17, 71%, yang sangat baik untuk dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Selain itu ikan lele adalah salah satu ikan yang menjadi pilihan dimana ikan lele dapat diolah menjadi salah satu pangan dengan kadar gizi yang cukup tinggi serta baik untuk balita. Kandungan kadar ikan lele secara utuh mengandung lemak besar 3,70%, abu sebesar 2,70%, karbohidrat sebesar 2,60%, kalsium sebesar 5,59% (Amar et al., 2022). Adapun Ketersediaan ikan lele yang melimpah menyebabkan ikan lele mudah didapat dan harganya terjangkau, oleh karenanya saat ini ikan lele banyak diolah menjadi produk-produk perikanan seperti nugget lele, fish finger, stick lele, dendeng lele dan abon ikan lele. Dalam bentuk abon, lele dapat menjadi alternatif makanan yang bergizi tinggi untuk memenuhi kebutuhan gizi anak balita yang sedang dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan (Ridwan & Wahyudi, 2020).

Pengolahan lele menjadi abon tidak hanya menciptakan variasi dalam produk pangan, tetapi juga memberikan nilai tambah melalui inovasi dalam pengolahan pangan lokal. Hal ini dapat mendukung diversifikasi pangan dan memperkaya pilihan makanan sehat untuk anak balita. Lele merupakan ikan air tawar yang cukup mudah didapatkan dan dipelihara juga merupakan salah satu komoditas perikanan air tawar yang paling unggul di pasaran, selain itu ikan lele memiliki budidaya yang cukup bagus sehingga mudah untuk di budidayakan (Wardani et al., 2023). Dengan pemanfaatan lele sebagai bahan baku abon, hal ini dapat memberikan peluang bagi para peternak lele lokal untuk meningkatkan nilai tambah produk mereka dan mendukung ekonomi lokal.

Anak balita membutuhkan asupan gizi yang cukup untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Dengan menyajikan abon lele sebagai produk pangan bergizi, dapat membantu memastikan kecukupan gizi anak balita, terutama dalam menghadapi tantangan gizi pada masa pertumbuhan. Sementara itu dengan adanya menyajikan abon lele sebagai produk pangan yang bergizi, dapat membuat peluang UMKM yang ada di daerah sekitar, dalam kasus ini berada di lokasi Margomulyo, kabupaten Bojonegoro.

Dengan adanya pembuatan abon lele akan membuat UMKM di Margomulyo memiliki potensi untuk mengembangkan ekonomi lokal melalui berbagai produk dan jasa yang dihasilkan. Dengan memberdayakan UMKM, dapat menciptakan lapangan kerja baru dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat setempat. UMKM di Margomulyo memiliki potensi untuk berkembang melalui kreativitas dan inovasi dalam produk dan layanan yang ditawarkan. Dengan memanfaatkan potensi lokal dan memenuhi kebutuhan pasar, UMKM dapat tumbuh dan bersaing secara sehat. Dengan memanfaatkan peluang yang ada dan meningkatkan kualitas produk serta layanan, UMKM di Margomulyo memiliki potensi untuk memperluas jangkauan pasar, baik secara lokal maupun regional, dan meningkatkan daya saing di pasar yang semakin kompetitif.

METODE

Ada beberapa metode yang digunakan dalam memperoleh data, diantaranya adalah sebagaimana berikut:

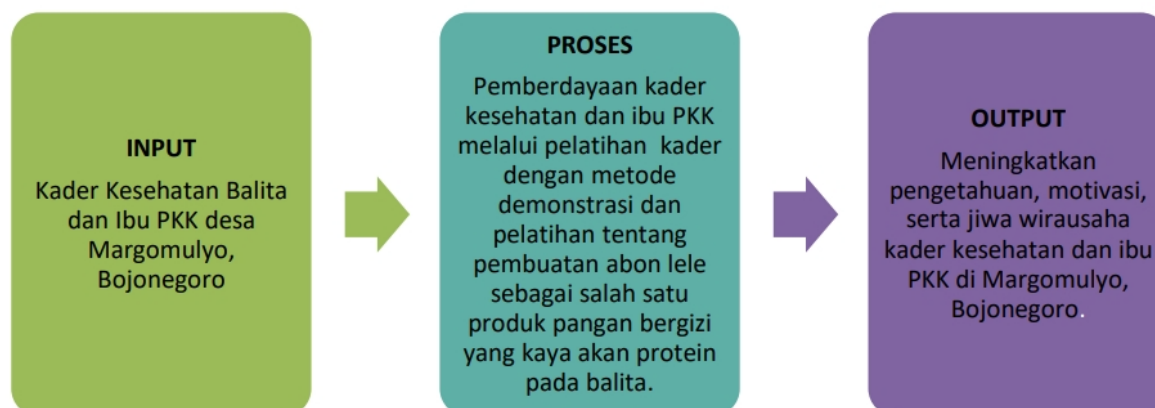
- 1) Perencanaan pada tahap ini memiliki tiga tindakan yaitu: a) identifikasi kebutuhan mitra, b) kerjasama kemitraan, dan c) sosialisasi kegiatan yang akan dilakukan (Ridwan & Wahyudi, 2020).
- 2) Tindakan memuat beberapa tahapan diantaranya: a) pelatihan prosedur kerjasama, b) pelatihan manajemen UMKM, c) manajemen pemasaran, d) pelatihan pengolahan ikan lele menjadi produk abon lele atau produk siap saji, dan e) pelatihan pengemasan produk (Ridwan & Wahyudi, 2020).

- 3) Pendampingan pada tahap ini berkegiatan mendampingi peserta pelatihan dalam melakukan kerjasama (Ridwan & Wahyudi, 2020).
- 4) Simulasi adalah metode nyata yang digunakan untuk memberikan contoh kepada kader posyandu dan warga desa Margomulyo, Kabupaten Bojonegoro untuk memberikan contoh mengenai pemanfaatan lele untuk abon sebagai produksi pangan bergizi untuk anak balita dan peluang UMKM di Margomulyo (Sulaeman, 2020). Berikut merupakan table sajian rancangan kegiatan yang dilakukan di Desa Margomulyo, Bojonegoro:

Table 1. Rancangan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Nama Kegiatan	Waktu															
	Juni				Juli				Agustus				September			
	1 (1)	2 (2)	3 (3)	4 (4)	1 (5)	2 (6)	3 (7)	4 (8)	1 (9)	2 (10)	3 (11)	4 (12)	1 (13)	2 (14)	3 (15)	4 (16)
1. Observasi - Tempat pembuatan abon - Lokasi pelaksanaan																
2. Pembuatan dan konsultasi proposal (garis besar)																
1. Revisi 2. Koordinasi pelatihan pembuatan abon (mahasiswa)																
1. Pelatihan pembuatan abon (Mahasiswa) 2. Pembuatan surat menyurat																
Koordinasi pelaksanaan proyek kepemimpinan																
Persiapan																
Pelaksanaan																
Pembuatan laporan																
Revisi (kalau ada)																

Gambar 1. Kerangka Pelaksanaan Kegiatan



HASIL DAN PEMBAHASAN

Adanya kegiatan pelatihan yang dilakukan mahasiswa PGRI Madiun tentang aneka olahan ikan lele, adalah bertujuan untuk menjadikan taraf kehidupan ibu-ibu rumah tangga, khususnya ibu-ibu yang memiliki balita dan kader-kader PKK di daerah sekitar UMKM di Margomulyo, Kabupaten Bojonegoro menjadi lebih baik. Dimana dalam kegiatan ini diikuti oleh 12 orang anggota yang mewakili baik dari kader kesehatan yang akan menyalurkan pada ibu-ibu yang memiliki balita dan Ibu-ibu PKK yang nantinya akan menyalurkan hasil pelatihan kepada masyarakat sekitar. Dalam kegiatan ini dimulai dengan mengidentifikasi beberapa kebutuhan yang dibutuhkan oleh mitra, salah satunya adalah pemahaman tentang diversifikasi ikan lele, dan juga pemasaran produk dari berbagai olahan ikan lele. Dalam hal ini, produk yang dibuat adalah pementan abon lele. Oleh karenanya, diperluhkan adanya pelatihan tentang bagaimana mengolah ikan lele menjadi berbagai macam produk, seperti, kripik ikan lele, dan abon lele. Dengan diversifikasi produk yang akan dipasarkan, maka akan membuat keuntungan yang di dapat menjadi semakin meningkat.

Adapun Kegiatan pengabdian masyarakat tersebut dilakukan di Desa Margomulyo, Bojonegoro ini dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas PGRI Madiun, dosen, dan beberapa kader kesehatan dan ibu-ibu PKK Desa Margomulyo, Kabupaten Bojonegoro. Dengan hasil kegiatan sebagaimana berikut:

1) Observasi Lingkungan yang Berada di Sekitar UMKM di Margomulyo, Bojonegoro

Pada kegiatan observasi dilakukan pada minggu ke dua dan ketiga bulan Juni. Pada kegiatan ini mahasiswa yang melakukan pengabdian masyarakat melakukan observasi di beberapa tempat di Margomulyo, untuk melihat peluang UMKM yang ada di daerah sekitar. Observasi dilakukan dengan menemui beberapa petinggi desa seperti, kepala desa dan warga sekitar untuk bertanya perihal potensi sumber daya yang ada di daerah tersebut. Dari hasil obesrvasi diperoleh hasil bahwa, ikan lele adalah salah satu sumber daya yang melimpah yang terdapat di desa Margomulyo, Bojonegoro tersebut. Namun dari informasi yang di dapat, olahan ikan lele hanya di olah sebagai bahan pangan sederhana penambah aneka lauk seperti (digoreng). Dari hasil obeservasi tersebut, diperoleh ide untuk memberdayakan sumber daya masyarakat sekitar tentang aneka olahan lele, dimana seperti yang diketahui ikan lele memiliki banyak gizi yang terkandung di dalamnya. Sehingga membuat ikan lele menjadi produk yang kaya akan gizi yang baik untuk balita yang mengkonsumsinya. INPUT Kader

Kesehatan Balita dan Ibu PKK desa Margomulyo, Bojonegoro PROSES Pemberdayaan kader kesehatan dan ibu PKK melalui pelatihan kader dengan metode demonstrasi dan pelatihan tentang pembuatan abon lele sebagai salah satu produk pangan bergizi yang kaya akan protein pada balita. OUTPUT Meningkatkan pengetahuan, motivasi, serta jiwa wirausaha kader kesehatan dan ibu PKK di Margomulyo, Bojonegoro.

Namun, dikarenakan balita tidak dapat mengkonsumsi ikan lele secara langsung, maka dibuatlah proyek berupa pengolahan ikan lele dalam bentuk abon, sehingga tidak hanya orang dewasa saja yang dapat mengkonsumsinya.



Gambar 2. Observasi Lingkungan di Desa Margomulyo, Bojonegoro

2) Sosialisasi Gizi yang Terkandung dalam Ikan Lele Sebagai Produk Pangan Bergizi untuk Balita

Kegiatan diawali dengan memberikan penyuluhan kepada ibu-ibu kader kesehatan dan kader PKK terkait kandungan gizi pada ikan lele. Sehingga memberikan mereka pengetahuan tentang gizi-gizi apa saja yang terdapat pada ikan lele. Pada kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 11 Agustus 2024, yang di pimpin oleh saudara Bagus Muji Triyana. Dalam pertemuan tersebut dihadiri oleh 12 orang ibu-ibu kader, ibu-ibu PKK, bapak kepala desa Margomulyo, Bojonegoro. Ibu dosen, dan mahasiswa. Dalam pertemuan tersebut acara sosialisasi menggunakan metode ceramah dan tanya jawab.



Gambar 3. Sosialisasi Gizi Yang Terkandung Dari Ikan Lele Sebagai Produk Pangan Bergizi Di Desa Margomulyo, Bojonegoro

Dari kegiatan sosialisasi tersebut dapat diketahui bahwa 70% kesadaran masyarakat tentang gizi yang terkandung dalam ikan lele, yang dapat dijadikan salah satu pangan dengan nilai gizi yang tinggi bagi balita. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil survey saat sosialisasi yang dihadiri oleh 12 orang sebagai perwakilan dari masyarakat desa Margomulyo saat mengikuti sosialisasi. Namun dalam hal pengolahan masih 100% masyarakat bingung untuk mengolah olahan ikan lele selain dalam bentuk lauk (ikan goreng). Sehingga ikan lele hanya dijadikan lauk bagi masyarakat yang sudah dewasa. Oleh karenanya diharapkan dengan sosialisasi ini dapat menabuh wawasan bagi para orang tua khususnya yang berada di desa Margomulyo tentang banyaknya jenis olahan ikan lele sehingga bisa di nikmati oleh masyarakat secara keseluruhan mulai dari balita, anak-anak, hingga dewasa. Berikut data tentang hasil survey yang dilakukan di desa Margomulyo.



Gambar 4. Diagram pertama

Pada Diagram pertama dijelaskan bahwa sebanyak 70% Masyarakat Desa yang diwakili oleh kader Ibu-ibu PKK dan Kader Kesehatan yang berjumlah 12 orang telah mengetahui kandungan gizi yang ada pada ikan lele.



Gambar 5. Diagram kedua

Pada Diagram kedua dijelaskan bahwa sebanyak 100% (atau secara keseluruhan) masyarakat desa Margomulyo yang diwakili oleh kader Ibu-ibu PKK dan Kader Kesehatan yang berjumlah 12 orang tidak mengetahui ragam olahan ikan lele selain dalam bentuk di goreng.

3) Pelatihan Pembuatan dan pengemasan Abon Lele Sebagai Salah Satu Produk Pangan Bergizi untuk Balita

Pelatihan pembuatan dan pengemasan abon lele dilakukan pada tanggal 18 Agustus 2024, di balai desa Margomulyo, Bojonegoro dengan di hadiri oleh ibu-ibu PKK dan ibu-ibu kader yang berjumlah 11 orang, dalam kegiatan tersebut ibu-ibu PKK dan Ibu-ibu kader kesehatan melakukan demonstrasi tentang pembuatan abon lele yang di pandu oleh mahasiswa UNIPMA. Dalam kegiatan tersebut dimulai dengan mengenalkan bagaimana tahapan-tahapan pembuatan abon lele yang di praktikan langsung oleh ibu-ibu kader dan ibu PKK. Dalam prosesnya mereka di bagi menjadi dua kelompok yang terdiri dari kelompok pertama lima orang, dan kelompok ke dua ena orang. Dari hasil demonstrasi yang dilakukan oleh ibu-ibu di desa Margomulyo tersebut yang terdiri dari ibu-ibu PKK dan ibu-ibu kader kesehatan posyandu balita, dapat diketahui bahwa pembuatan abon lele dapat dikatakan berhasil secara 100% baik dari kelompok satu dan kelompok dua. Sehingga dari keberhasilan tersebut dapat menjelaskan bahwa pelatihan pembuatan abon yang di pandu langsung oleh mahasiswa telah berhasil dan dapat mengantarkan ibu-ibu kader dan ibu-ibu PKK dalam membuat pangan bergizi berbahan dasar lele untuk balita.

Selanjutnya pada tahap pengemasan, ibu-ibu warga desa Margomulyo yang mengikuti pelatihan tersebut diajak secara langsung dalam praktik pengemasan yang di pandu oleh mahasiswa. Dalam praktik tersebut mahasiswa memberikan arahan tentang abon yang harus di keringkan terlebih dahulu, dan bagaimana abon yang tidak bisa di masukkan dalam keadaan panas-sampai pada tahap pengemasan selesai. Dari tahapan tersebut dapat diketahui antusiasme ibu-ibu desa Margomulyo yang terdiri dari ibu-ibu PKK dan Ibu-ibu kader kesahatan balita yang berjumlah 12 orang, sangat antusias menyimak dan mempraktikkan langgung apa yang telah menjadi hasil olahan mereka saat praktik pembuatan abon lele.



Gambar 6. Pelatihan Pembuatan dan pengemasan Abon Lele Sebagai Produk Pangan Bergizi Di Desa Margomulyo, Bojonegoro

4) Sosialisasi Pemasaran Abon Lele Sebagai Salah Satu Produk Pangan Bergizi untuk Balita dan Peluang UMKM di Margomulyo

Pada tahapan sosialisasi pemasaran ini, dilakukan pada tanggal 24 Agustus 2024 yang bertempat di balai desa Margomulyo, Bojonegoro. Dalam sosialisasi tersebut, dihadiri oleh 12 orang ibu-ibu dari desa Margomulyo yang terdiri dari ibu-ibu PKK dan ibu-ibu kader kesehatan balita yang telah mengikuti sosialisasi arahan tentang kandungan gizi yang ada pada ikan lele, pelatihan pembuatannya hingga, pengemasan abon dari hasil pelatihan yang mereka lakukan.

Pada tahapan ini, mahasiswa UNIPMA yang berjumlah 12 orang memberikan arahan dan sosialisasi tentang pemasaran abon lele sebagai salah satu produk pangan bergizi untuk balita. Dalam pemasaran tersebut mahasiswa membimbing dan memberikan arahan kepada ibu-ibu desa Margomulyo yang hadir tentang bagaimana cara memasarkan hasil abon lele yang telah di buat. Dalam hal ini, pemateri yang di isi oleh mahasiswa UNIPMA sendiri memberikan arahan bahwa dalam memasarkan dapat dilakukan baik dengan cara online maupun *off line*. *Online* disini, pemateri memberikan banyak contoh plat form yang bisa di pakai untuk memasarkannya, diantaranya, shoppe, Lazada, dll. Adapun untuk offline lebih ke bagaimana cara ibu-ibu untuk memasarkan kepada sesame rekan PKK dan kader-kader lain, dan juga pada masyarakat sekitar.

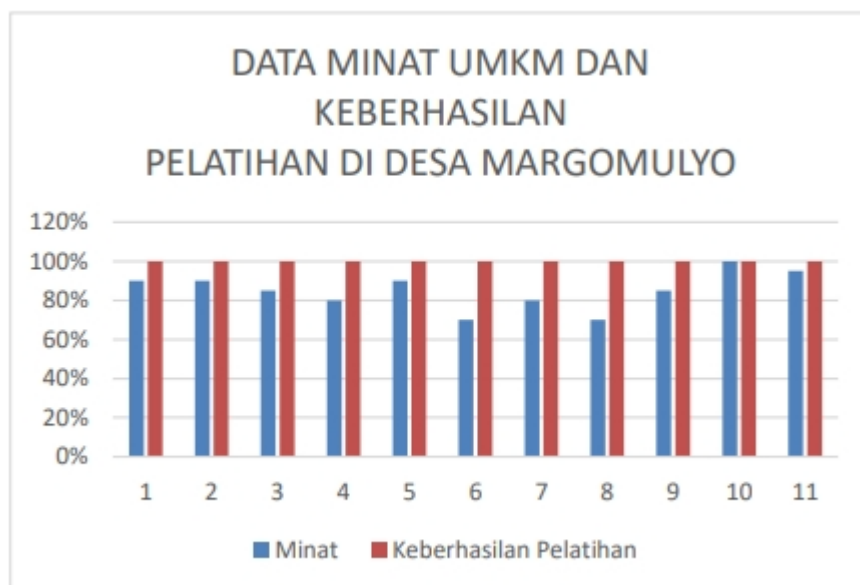


Gambar 7. Sosialisasi Pemasaran Abon Lele Sebagai Produk Pangan Bergizi Di Desa Margomulyo, Bojonegoro

5) Evaluasi Kegiatan

Dari kegiatan tersebut, dapat diketahui bahwa banyaknya minat UMKM pada masyarakat desa Margomulyo khususnya ibu-ibu PKK dan ibu-ibu kader kesehatan balita. Dan juga tingginya tingkat antusiasme ibu-ibu warga desa Margomulyo pada tingkat pangan

bergizi untuk balita. Sehingga pelatihan dapat berjalan lancar. Hal tersebut dapat dilihat pada presentase berikut ini:



Gambar 8. Evaluasi kegiatan

KESIMPULAN

Dari rangkaian hasil kegiatan tersebut, dapat di simpulkan bahwa dengan adanya sosialisasi yang diadakan di desa Margomulyo tentang pentingnya memenuhi produk pangan bergizi pada bayi, dan rangkaian pelatihan yang di peroleh. Diketahui bahwa warga desa Margomulyo, khususnya ibu-ibu yang mengikuti pelatihan sangat antusias, dan mengikuti pelatihan dengan seksama. Sehingga pelatihan berjalan dengan lancar dan mendapatkan hasil yang maksimal.

REFERENSI

- Amar, M. I., Martana, B., Nasrulloh, N., & Wahyuningsih, U. (2022). Pendampingan Kader Posyandu Melalui Inovasi Olahan Lele Cegah Stunting Desa Sukadami Kecamatan Cikarang Selatan. *Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2022 Penguatan Ekonomi Bangsa Melalui Inovasi Digital Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Yang Berkelanjutan Jakarta, 20 Oktober 2022* *PENDAMPINGAN*, 1(1), 493–498. Umkm, Kader Posyandu, Zero Waste%0APENDAHULUAN
- Ridwan, I., & Wahyudi, D. (2020). Pemberdayaan Perempuan Melalui Pelatihan Pengolahan Ikan Lele Dan Diversifikasi Produk Di Umkm Mutiara Timur. *Jurnal Dedikasi Masyarakat*, 3(2), 2598–7984.
- Sulaeman, M. M. (2020). Sosialisasi Kewirausahaan dalam Upaya Peningkatan UMKM Desa Palangan Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan. *Jurnal Abdimas Berdaya : Jurnal Pembelajaran, Pemberdayaan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(01), 16. <https://doi.org/10.30736/jab.v2i01.34>

Wardani, H. F., Rahmawati, F. A., Daniela, H. F., Listianti, T., & Fajar, F. (2023). Pemanfaatan Ikan Lele Menjadi Produk Olahan Abon Lele dalam Rangka Mengembangkan UMKM Desa Sidomulyo. *Jurnal Bina Desa*, 5(1), 54–59. <https://doi.org/10.15294/jbd.v5i1.41109>.