

Upaya Peningkatan Gizi Keluarga Melalui Program Pelatihan Diversifikasi Ikan Nila Bagi Wanita Kelompok Tani Di Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung

Yoyoh Jubaedah¹, Nenden Rani Rinekasari¹, Neni Rohaeni¹, Elly Lasmanawati¹

¹Departemen Pendidikan Kesejahteraan Keluarga – Universitas Pendidikan Indonesia

Email: yoyohjubaedah@upi.edu

Article History:

Received: 30 November 2021

Revised: 15 Desember 2021

Accepted: 28 Desember 2021

Keywords: *Enterpreneurial ability, micro small medium enterprise, training*

Kata kunci: UPGK, program pelatihan, diversifikasi, ikan nila, kelompok tani

Doi: [10.17509/lentera.v1i3.42203](https://doi.org/10.17509/lentera.v1i3.42203)

Abstrak: Permasalahan ini timbul karena perlu adanya Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) bagi keluarga kelompok tani di Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung, disebabkan mereka masih banyak yang memiliki anak balita, usia pra sekolah dan usia sekolah. UPGK ini sebagai program pemberdayaan keluarga bagi wanita kelompok tani yang dapat menambah keterampilan yang inovatif dalam menghasilkan produk olahan ikan nila yang berprotein tinggi untuk tumbuh kembang anak. Berdasarkan analisis kebutuhan masyarakat di Desa Sukamanah yang memiliki ternak ikan nila, diperoleh temuan bahwa sesuai dengan perkembangan kuliner serta permintaan keluarga kelompok tani, diperlukan program pelatihan diversifikasi olahan ikan nila. Program pelatihan dirancang sesuai dengan kondisi pandemi Covid-19, yaitu dilaksanakan dengan pendekatan Blended Learning dengan pembatasan jumlah peserta kepada wanita kelompok tani dan kader PKK Desa Sukamanah sebagai mediator yang akan menjadi sumber belajar bagi masyarakat di dalam meningkatkan gizi keluarga. Pelatihan menggunakan metode ceramah, demonstrasi, diskusi, tanya jawab serta praktik pembuatan aneka olahan ikan nila. Hasil pelatihan menunjukkan ada peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader PKK dan wanita kelompok tani dalam bidang olahan ikan nila berupa produk sosis, baso, dan naget yang berprotein tinggi serta memiliki nilai jual sebagai peluang usaha di bidang makanan. Kegiatan pelatihan sebagai program pengabdian kepada masyarakat melalui Desa Binaan yang sudah dilaksanakan ini merupakan salah satu pemberdayaan perempuan bagi kader PKK dan wanita kelompok tani yang dapat memanfaatkan waktu luangnya dengan menambah produktifitas sebagai upaya peningkatan gizi keluarga.

Pendahuluan

Masyarakat di Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung yang semula bermata pencaharian sebagai petani saat ini banyak yang beralih pada peternakan ikan nila, dikarenakan penghasilan dari sawah pertaniannya selalu terjadi penurunan. Ikan nila merupakan salah satu usaha yang dikembangkan dengan pemasaran dijual langsung kepada konsumen. Ikan nila termasuk kelompok ikan yang harganya murah di pasaran, tetapi mengandung kandungan gizi yang tinggi terutama kandungan protein yang dapat diolah dan dikonsumsi menjadi makanan sehat dan aneka kuliner (Prabowo RE, Mulyani S, 2015).

Sebagai hasil wawancara dengan kader PKK di Desa Sukamah bahwa, para wanita kelompok tani sebagai ibu rumah tangga memiliki waktu luang dan membutuhkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan pengolahan makanan untuk Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) melalui kegiatan pelatihan yang terprogram dan berkesinambungan. Ibu-ibu yang

tergabung dalam kader PKK memiliki potensi besar untuk diberdayakan yang dapat dilakukan melalui berbagai pelatihan (Solikhah B, Suryani T, Wahyudin A, 2018).

Tugas ibu sebagai pengelola makanan keluarga memiliki peran penting dalam membuat hidangan untuk keluarga terutama yang memiliki anak balita, anak pra sekolah dan anak usia sekolah; mulai dari pemilihan bahan makanan bergizi, menyusun menu seimbang sesuai kebutuhan dan selera keluarga sangat diperlukan. Perilaku ibu dalam pemenuhan kebutuhan gizi berpengaruh terhadap gizi keluarga. (Ulfiana dan Has, 2019). Berbagai permasalahan gizi pada anak dapat terjadi terutama karena kekurangan asupan zat gizi seperti protein hewani. Protein hewani diantaranya dapat mengkonsumsi ikan nila. (Herawati, dkk., 2020). Peran ibu sangat penting di dalam mengenalkan rasa ikan nila dan aneka olahannya, karena tidak sedikit anak-anak yang tidak suka makan ikan nila karena berduri padahal mengandung protein yang sangat baik untuk pertumbuhannya. Oleh karena itu, perlu adanya Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) melalui pelatihan disersifikasi ikan nila menjadi produk sosis, baso dan naget.

Dari fenomena yang terjadi pada kelompok tani di Desa Sukamanah tersebut, perlu adanya solusi pemecahan masalah yang dihadapi untuk membantu meningkatkan gizi keluarga. UPGK dapat dilakukan melalui terpenuhinya kebutuhan makanan sehat untuk setiap individu di dalam keluarga. Pemenuhan kebutuhan makanan sehat untuk setiap keluarga akan tergantung pada perilaku ibu, sehingga perlu adanya solusi dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap di dalam mengelola makanan keluarga yang akan berkontribusi pada peningkatan gizi keluarga. Upaya dapat dilakukan melalui pelatihan dan pendampingan dalam membuat produk aneka kuliner yang memiliki kandungan gizi khususnya berprotein tinggi yang dapat membantu pertumbuhan anak sesuai dengan tingkat usianya (Sulistyowati M, Winarna, Haryanto AT, 2016).

Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) dapat dianalisis dari ketahanan pangan, sehingga sebagai alternatif pemecahan masalah yang dihadapi kelompok tani akan dilakukan melalui program pelatihan diversifikasi ikan nila menjadi aneka kuliner ikan nila dengan berbagai teknik pengolahan bagi wanita kelompok tani, sehingga menghasilkan produk olahan makanan yang bervariasi dan kaya akan protein. Alternatif ini sebagai pemberdayaan perempuan di dalam mengisi waktu luangnya dan optimalisasi pemanfaatan produksi ikan nila di Desa Sukamanah, sehingga di samping sebagai UPGK dapat juga menjadi rintisan usaha aneka kuliner yang komersial. Diversifikasi ikan nila dapat berupa: Sosis ikan nila, Baso ikan nila, dan Naget ikan nila yang sangat diminati oleh anak-anak dan remaja karena dapat dijadikan alternatif makanan siap saji yang enak dan sehat. Melalui pemberdayaan perempuan akan berimplikasi pada pemberdayaan masyarakat, sehingga dapat meningkatkan kehidupan masyarakat secara ekonomi di dalam mengatasi menurunnya penghasilan keluarga (Agustina T, Rosidah, 2011).

Penilaian hedonik terhadap sosis ikan nila memperoleh hasil disukai konsumen karena memiliki rasa yang enak dan kriteria harum segar serta dari kenampakkan memiliki kriteria bentuk dan kerataan warna sesuai karakteristik sosis (Nico, dkk., 2014). Hasil untuk baso ikan nila juga memperoleh penilaian yang sama yaitu disukai konsumen karena memiliki kenampakkan bentuk bukat merata, bau khas ikan nila, memiliki rasa dominan ikan nila, memiliki kekenyalan dan warna sesuai karakteristik baso ikan nila (Paliling, dkk., 2018). Hasil penelitian terkait olahan ikan menjadi lebih disukai anak dengan penyajian inovatif dalam bentuk naget dan snack atau kudapan, sehingga tingkat konsumsi masyarakat Indonesia pada umumnya akan lebih baik (Parmeswari, 2018; Kresnasari, dkk., 2019).

Metode

Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) melalui pelatihan diversifikasi ikan nila dilaksanakan dengan pendekatan *blended learning* karena menyesuaikan dengan kondisi masa pandemi Covid-19, dengan jumlah peserta dibatasi sesuai protokol kesehatan yang diberlakukan di Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.

Pemecahan masalah dilakukan melalui pelatihan diversifikasi ikan nila menjadi aneka produk olahan ikan nila yang memiliki nilai gizi berprotein tinggi berupa sosis, baso dan naget. Program kegiatan yang dilakukan melalui pendekatan *blended learning* serta metode ceramah, demonstrasi, diskusi, tanya jawab dan praktik.

Kegiatan pelatihan ditunjang dengan penggunaan media pelatihan berupa video tutorial dan media realia agar materi tersampaikan secara sistematis dan dapat diserap oleh para peserta pelatihan secara optimal. Video tutorial ini telah disampaikan kepada pihak penerima manfaat melalui media sosial yaitu *whatsapp*, sehingga dapat membanru peserta pelatihan dalam membuat produksi aneka olahan ikan nila di luar waktu pengabdian secara mandiri.

Program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) melalui pelatihan diversifikasi ikan nila di Desa Sukamanah dilakukan tahapan sebagai berikut :

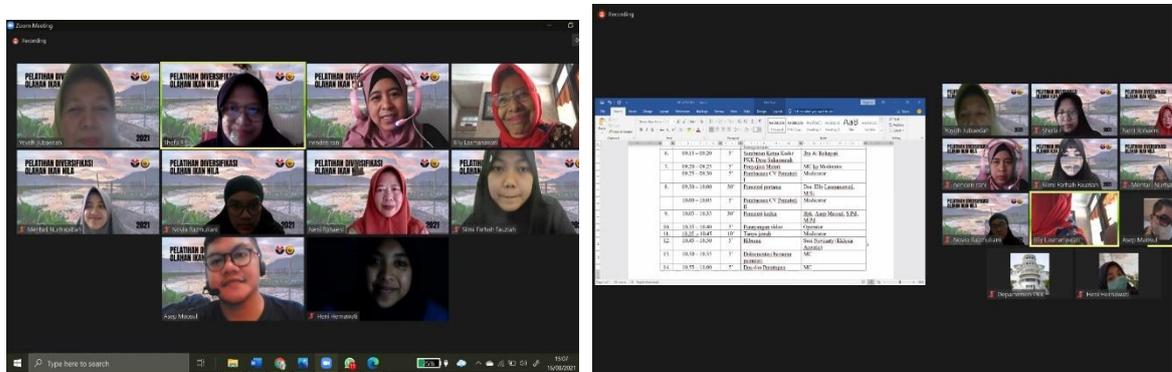
1. Perancangan program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) melalui pelatihan diversifikasi ikan nila.
2. Konfirmasi waktu pelaksanaan program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) dengan Kader PKK Desa Sukamanah.
3. Memberikan penjelasan tentang gambaran program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) kepada kelompok tani sebagai khalayak sasaran.
4. Memberikan pembekalan materi teori yang berkaitan dengan karakteristik dan kandungan gizi ikan nila secara daring.
5. Pelatihan praktik pembuatan aneka olahan ikan nila dalam bentuk produk sosis, baso dan naget secara luring.
6. Evaluasi program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) secara beresinambungan, baik pada saat kegiatan pelatihan berlangsung maupun ketika pelatihan mandiri melalui pendampingan.

Hasil dan Pembahasan

Program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) melauai pelatihan diversifikasi ikan nila dilaksanakan dengan pendekatan *blended learning* karena saat ini sedang diberlakukan PPKM. Kegiatan pelatihan dilaksanakan dalam bentuk daring, praktik mandiri melalui pendampingan dan praktik langsung secara luring. Pendekatan *blended learning* ini dapat menampilkan materi pelatihan yang divirtualisasikan dalam berbagai format sehingga lebih menarik dan lebih dinamis yang juga mampu memotivasi peserta pelatihan untuk lebih berminat dalam mengikuti pelatihan hingga selesai (Islami, A.P. dan Sunni, M.A., 2021). Tahapan program UPGK melalui pelatihan diversifikasi ikan nila bagi wanita kelompok tani Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung sebagai berikut :

1. Analisis kebutuhan yang dilakukan melalui media sosial WhatsApp kepada kader PKK Desa Sukamanah.

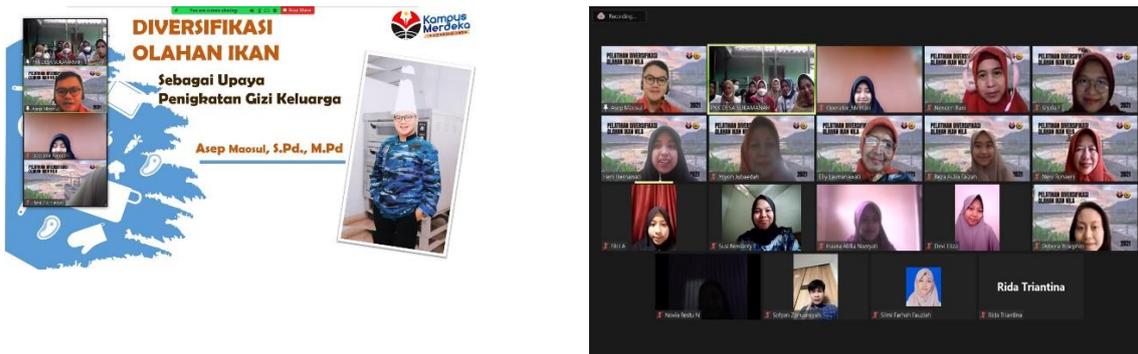
Hasil analisis kebutuhan diantaranya perlu adanya program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga bagi wanita kelompok tani yang berkesinambungan melalui pelatihan peningkatan pengetahuan dan keterampilan dibidang olahan ikan nila. Sebagai tindak lanjut dari legiatan analisis kebutuhan dilakukan FGD Perancangan program pelatihan diversifikasi ikan nila dengan pendekatan *blended learning*. Dokumentasi kegiatan FGD seperti tertera pada Gambar 4.1.



Program UPGK melalui pelatihan diversifikasi ikan nila dengan pendekatan *blended learning* ini dirancang untuk materi teori disampaikan melalui daring dengan aplikasi Zoom meeting. Untuk materi praktek akan dilakukan melalui luring dengan peserta yang dibatasi sesuai protokol kesehatan di Desa Sukamanah, karena pada saat ini sedang dalam kondisi masa Pandemi Covid-19. Sebagai upaya peningkatan kualitas produk berupa sosis ikan nila, baso ikan nila, dan naget ikan nila dilakukan praktik mandiri dengan pendampingan dari tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Pendidikan Indonesia.

2. Pelatihan Diversifikasi Ikan Nila Secara Daring

Pelatihan diversifikasi ikan nila telah dilaksanakan secara daring dengan menggunakan aplikasi Zoom meeting. Pelatihan telah terlaksana dengan jumlah peserta pelatihan sebanyak 11 orang yang terdiri dari Kader PKK dan wanita kelompok tani di Desa Sukamanah. Kegiatan pelatihan diversifikasi ikan nila seperti tertera pada Gambar 2.



Gambar 2. Foto Kegiatan Pelatihan Diversifikasi Ikan Nila

Materi yang diberikan pada pelatihan daring berupa pengetahuan dan keterampilan dalam pembuatan aneka olahan ikan nila menjadi produk sosis ikan nila, baso ikan nila dan naget ikan nila. Pada pelaksanaan pelatihan secara daring dilakukan demonstrasi pembuatan produk olahan ikan nila melalui video tutorial sebagai luaran dari program pengabdian Desa Binaan. Video tutorial yang berisi tentang prosedur pembuatan sosis ikan nila sebagai media pelatihan yang dapat dijadikan panduan untuk praktik mandiri para peserta pelatihan dengan pendampingan dan evaluasi produk yang dihasilkan.

3. Praktik Pembuatan Olahan Ikan Nila Secara Luring

Tahap praktik secara luring sebagai lanjutan dari pelatihan dilaksanakan sesuai dengan kebijakan kepala Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung. Peserta pelatihan praktik dibatasi sesuai protokol kesehatan di Desa Sukamanah, karena pada saat ini sedang dalam kondisi masa Pandemi Covid-19 sebanyak 11 orang. Untuk kelancaran terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat, maka alat dan bahan kegiatan disiapkan oleh tim pelaksana pengabdian sebagai modal awal dalam membantu wanita kelompok tani untuk merintis usaha di bidang olahan ikan nila. Praktik diversifikasi ikan nila seperti tertera pada Gambar 3.



Gambar 3. Foto Kegiatan Pelatihan Diversifikasi Ikan Nila

Hasil pelatihan diversifikasi ikan nila dalam bentuk produk sosis, baso dan ikan nila tertera pada Gambar 4.



Gambar 4. Foto Produk Olahan Ikan Nila

Dari pelaksanaan kegiatan program UPGK melalui pelatihan diversifikasi ikan nila memperoleh hasil meningkatnya pengetahuan dan keterampilan wanita kelompok tani dan kader PKK di Desa Sukamanah dalam bidang olahan ikan nila. Kader PKK dan wanita kelompok tani di Desa Sukamanah mampu membuat produk aneka olahan ikan nila, yang dapat dimanfaatkan sebagai peningkatan gizi keluarga dan adanya peluang untuk rintisan usaha dibidang kuliner.

Simpulan

Program Upaya Peningkatan Gizi Keluarga (UPGK) melalui pelatihan diversifikasi ikan nila yang sudah dilaksanakan ini merupakan pemberdayaan keluarga bagi wanita kelompok tani yang dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dibidang olahan ikan nila. Wanita kelompok tani memiliki minat untuk merintis usaha dibidang olahan ikan nila berupa sosis ikan nila, baso ikan nila dan naget ikan nila yang mengandung protein hewani yang bermanfaat untuk dikonsumsi keluarga sebagai makanan sehat.

Daftar Pustaka

- Agustina T, Rosidah. (2011). *Pemberdayaan Perempuan Melalui Wirausaha Pembuatan Makanan Kecil Berbasis Pisang Di Kelurahan Tlogosari Wetan Kecamatan Pedurungan Kodya Semarang*. Universitas Negeri Semarang.: Jurnal ABDIMAS Vol. 15 No. 2, Desember 2011, Hal. 104-109.
- Herawati, V.E., Saraswati, L.D., dan Juniarto, A.Z. (2020). *Penguatan Komoditi Unggulan Masyarakat Melalui Diversifikasi Produk Olahan Ikan Di Desa Asinen Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang*. Jurnal Pasopati, Vol. 2 No. 3, Tahun 2020.
- Islami, P.A. dan Sunni, M.A. (2021). *Pelatihan Blended Learning sebagai Alternatif Pembelajaran selama Pandemi*. Selaparang, Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkrmajuan, Volume 4, Nomor 3, Agustus 2021, Hal. 882-887.
- Kresnasari, D., Mustikasai, D., dan Kurniawaty, A. (2019). *Pembuatan Nugget Ikan (Fish Nugget) Sebagai Salah Satu Usaha Diferensiasi Pengolahan Ikan Di Sekolah Alam Banyu Belik*. Cendekia: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat, Vol.1 No. 2, Desember 2019, Hal. 42-50.
- Nico, M., et al. (2014). *Pengaruh Penambahan Karagenan Terhadap Kualitas Sosis Ikan Kurisi Dan Sosis Ikan Nila*. Jurnal Pengolahan dan Bioteknologi Hasil Perikanan. Volume 3, Nomor 2, Tahun 2014, Hal. 99-105.
- Paliling, I.P.H., Metusalach, daan Amir, N. (2018). *Kualitas Dan Kesukaan Baso Ikan Nila Dengan Penambahan Ekstrak Karotenoid Dari Cangkang Udang Putih (Litopenaeus vannamei)*. Jurnal IPTEKS PSP. Vol. 5 (10) Oktober 2018, 132-148.
- Parmeswari, G.N. (2018). *Promosi Gizi Terhadap Sikap Gemar Makan Ikan Pada Anak Usia Sekolah*. Journal Of Health Education, Vol. 3 (1) : 1-6, ISSN 2527 – 4252.
- Prabowo RE, Mulyani S. (2015). *IBM Kelompok Kuliner Pesisir Desa Kartika Jaya, Kecamatan Patebon, Kabupaten Kendal*. Universitas Negeri Semarang: Jurnal ABDIMAS Vol. 19 No. 2, Desember 2015, Hal. 115-120.

- Solikhah B, Suryani T, Wahyudin A. (2018). *Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Melalui Pelatihan "Hidroponik"*. Universitas Negeri Semarang: Jurnal ABDIMAS Vol. 22 No. 2, Desember 2018, Hal. 121-127.
- Sulistyowati M, Winarna, Haryanto AT. (2016). *Pelatihan dan Pendampingan pada Pengusaha Tiwul Ayu Berbahan Dasar Tepung Ketela Pohon Dalam Rangka Ketahanan Pangan Kabupaten Wonogiri*. Universitas Negeri Semarang: Jurnal ABDIMAS Vol. 20 No. 2, Desember 2016, Hal. 101-106.
- Ulfiana, E. dan Has, E.M.M. (2019). *Pemberdayaan Kaum Ibu Melalui Pengolahan Susu Kedelai Sebagai Upaya Peningkatan Gizi Keluarga*. Jurnal Pengabdian dalam Kesehatan, Vol. 1 No. 1, Oktober 2019.