

PKM Pengolahan Kaki Naga Ikan Air Tawar untuk Meningkatkan Gizi Keluarga

Firlianty* dan Yetrie Ludang

Universitas Palangka Raya Jl. Yos Sudarso, Kalimantan Tengah. Indonesia

*Penulis Korespondensi : firlianty80@gmail.com

Abstrak

Kelurahan Pahandut adalah salah satu kelurahan di wilayah Kecamatan Pahandut, Kota Palangka Raya dengan topografi dataran rendah. Masyarakatnya secara umum bertempat tinggal di bantaran sungai Kahayan, dengan model rumah panggung terbuat dari kayu dan akses jalan didominasi oleh jembatan kayu (titian), sehingga tidak mempunyai lahan pekarangan yang memadai. Sepanjang tepi sungai terdapat budidaya ikan dalam keramba apung yang diletakkan di tepi sungai dengan jenis ikan bervariasi seperti ikan mas, nila, patin dan bawal, namun hasil budidaya ikan jika sudah layak menjadi ikan konsumsi langsung dijual dalam bentuk segar nilai ekonominya masih terbatas. Untuk itu diperlukan peningkatan pengetahuan (sains) dan ekonomi masyarakat melalui kegiatan-kegiatan yang melibatkan peran aktif masyarakat. Metode dari pelaksanaan kegiatan ini adalah dengan penyuluhan dan pelatihan praktek secara langsung. Diversifikasi pengolahan kaki naga ikan air tawar ini diharapkan mampu meningkatkan gizi masyarakat dan juga dapat menambah pengetahuan keterampilan masyarakat untuk berbagai olahan dari ikan air tawar.

Kata Kunci : Kaki naga, Pengolahan Ikan, Peningkatan gizi

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah penduduk yang semakin bertambah setiap tahun nya berimbas kepada pendapatan masyarakat. Periode tahun 2019-2020 rata-rata pengeluaran perkapita sebulan penduduk mengalami penurunan dari Rp 1.861.948,- menjadi Rp 1.841.485,-. Hal ini terutama diakibatkan oleh adanya Pandemi Covid-19. Bila dilihat persentasenya pengeluaran untuk makanan mengalami penurunan dari 43,17 persen pada tahun 2019 menjadi 42,64 pada tahun 2020. Sebaliknya, pengeluaran bukan makanan meningkat dari 56,83 persen menjadi 57,36 persen. Beban tanggungan setiap 100 orang penduduk mencapai 39 orang. Pekerjaan yang banyak digeluti masyarakat sebagai sumber utama mata pencaharian di kelurahan pahandut seberang sebagian besar berprofesi sebagai buruh lepas, nelayan dan wiraswasta. Jumlah Rumah Tangga Perikanan Budidaya Keramba yang diusahakan di sepanjang Sungai Kahayan, pada Tahun 2019 sebesar 1.367 buah (90%) dari

seluruh jenis perikanan budidaya lainnya sehingga potensi untuk dikembangkan lebih lanjut (BPS, 2020). Umumnya tingkat pendapatan penduduk rata-rata tiap bulannya hanya cukup untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari dengan tingkat pengeluaran yang disesuaikan dengan pendapatan yang diperoleh. Pada tahun 2020 konsumsi energi/ kalori penduduk Palangka Raya sebesar 1.999,47 kkal. Secara rata-rata, nilai konsumsi tersebut belum memenuhi syarat kecukupan gizi yang telah ditentukan dan berada dibawah konsumsi kalori penduduk Kalimantan Tengah dengan nilai konsumsi kalori sebesar 2.141,22 kkal. Pada kurun waktu 2018 s.d 2020, pola konsumsi energi Palangka Raya selalu lebih rendah dari Kalimantan Tengah.

Kelurahan pahandut seberang adalah salah satu kelurahan di wilayah Kecamatan Pahandut, Kota Palangka Raya dengan topografi dataran rendah, dan merupakan daerah rawa yang selalu tergenang pada musim hujan. Mata pencaharian penduduk sebagian besar sebagai buruh harian lepas, nelayan, wiraswasta/pedagang dan

sebagian kecil sebagai PNS (guru) (BPS, 2017). Lokasi kegiatan Pahandut Seberang merupakan salah satu wilayah pemukiman yang cukup padat di kelurahan Pahandut dimana masyarakatnya secara umum bertempat tinggal di bantaran sungai Kahayan, dengan model rumah panggung yang terbuat dari kayu dan akses jalan sempit didominasi oleh jembatan kayu (titian), sehingga tidak mempunyai lahan pekarangan yang memadai. Sebagian warga masyarakat yang berprofesi sebagai nelayan tangkap maupun nelayan budidaya ikan dalam keramba apung yang diletakkan di tepi sungai Kahayan dengan jenis ikan bervariasi seperti ikan mas, nila, patin dan bawal, dimana hasil tangkapan ikan langsung dijual dalam bentuk segar, jika dalam satu siklus hasil panen melimpah maka ikan hasil budidaya ini dijual dengan harga murah sehingga nilai ekonominya masih sangat kecil. Peningkatan pendapatan yang diharapkan masyarakat yang telah memelihara ikan sekian lama menjadi jauh dari harapan. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dapat menumbuhkan kreativitas dalam mengolah produk ikan untuk keperluan konsumsi dan usaha kuliner sebagai sumber pendapatan keluarga.

Keterbatasan diversifikasi pengolahan produk berbahan dasar ikan bila hasil tangkapan dan produksi ikan keramba yang melimpah khususnya ikan patin menyebabkan harga jual menjadi rendah/murah. Untuk mengatasi permasalahan tersebut diperlukan adanya pelatihan/pendampingan bagi masyarakat mengingat perlu adanya peningkatan gizi dan peningkatan pendapatan masyarakat terlebih pada masa sekarang masyarakat sedang menghadapi masa pandemi covid-19 kegiatan ini akan bersinergi dengan bentuk kegiatan lain yang sudah berjalan.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk: 1) Memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat di kelurahan pahandut seberang dalam diversifikasi pengolahan daging ikan menjadi produk kaki naga dari ikan patin.

2) Menjadi sarana promosi kampung kuliner yang dicanangkan untuk kelurahan pahandut seberang dengan kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan kualitas sains dan ekonomi masyarakat di sekitarnya.

METODE PELAKSANAAN

Waktu Pelaksanaan

Waktu pelaksanaan kegiatan PKM pembuatan kaki naga ikan air tawar ini dilaksanakan 21 November 2020, pelaksanaan kegiatan pengabdian dengan sesuai dengan protokol kesehatan karena masih dalam kondisi pandemi covid 19.

Metode Kegiatan

Metode pendekatan yang diberikan kepada mitra adalah pendampingan, pelatihan dan pengolahan produk hasil perikanan. Kegiatan pendampingan sesuai kesepakatan bersama untuk mengatasi permasalahan mitra.

Evaluasi Keberhasilan Kegiatan

Pada akhir kegiatan akan dilakukan evaluasi terhadap kegiatan program dengan indikator pada, pengetahuan masyarakat terhadap kesehatan lingkungan, gizi dan kesehatan keluarga meningkat, mampu memperbaiki ekonomi keluarga dengan mampu membuat diversifikasi olahan ikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian ini dilaksanakan dengan memperhatikan protokol kesehatan dimana dilakukannya Pelatihan Pengolahan Kaki Naga dengan memanfaatkan hasil perikanan berupa ikan patin (*Pangasius sp*) secara *online* dan *onsite* bagi beberapa orang perwakilan ibu-ibu PKK. Kegiatan ini dilakukan dengan memanfaatkan teknologi, yang bertujuan untuk meminimalisir terkena dampak virus Covid-19 yang sangat berimbas pada pendapatan masyarakat dan keperluan untuk meningkatkan imunitas tubuh dengan konsumsi makanan bergizi.

Pelatihan ini dilakukan di Kelurahan Pahandut Seberang dan untuk pengolahan dilakukan di Laboratorium THP, Jurusan Perikanan, Fakultas Pertanian, Universitas Palangkaraya. Pada hari Senin, 9 November 2020, dikarenakan masih kondisi pandemic maka hanya beberapa orang saja yang mengikuti kegiatan secara onsite, dan Sebagian mengikuti secara online ditempat masing-masing.

Pelatihan yang dilakukan secara online untuk masyarakat di kelurahan pahandut seberang mempermudah untuk mendapatkan tutorial pembuatan kaki naga ikan patin (*Pangasius sp*). Kegiatan ini diawali dengan persiapan pelatihan, pelaksanaan pelatihan, persiapan publikasi, dan terakhir adalah publikasi hasil pelatihan yang sudah dilakukan.

Kegiatan Pengabdian sangat membantu masyarakat dalam meningkatkan keterampilan

dan pengetahuan masyarakat. Pengabdian ini sangat diperlukan masyarakat dan dalam pengolahan produk yang berbahan dari hasil perairan diperlukan untuk meningkatkan gizi masyarakat, terlebih pada masa pandemic seperti sekarang dimana imunitas tubuh sangat diperlukan untuk mempertahankan kondisi Kesehatan tubuh agar tidak mudah terserang penyakit.

Pelaksanaan kegiatan yang dilakukan pada RT 03 Kelurahan Pahandut seberang sangat didukung ketua RT dan masyarakat dilingkungan tersebut. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan memberikan arahan yang baik untuk terlaksananya peningkatan keterampilan kelompok masyarakat. Adapun bahan yang digunakan untuk pembuatan kaki naga berikut ini :

Tabel 1. Bahan dan Fungsi

No	Bahan	Jumlah (g)	Fungsi
1	Daging ikan patin	1000	Bahan utama pembuatan kaki naga
2	Tepung tapioka dan terigu	500	Bahan pengisi pembuatan kaki naga
3	Garam	10	Sebagai pemberi cita rasa
4	Lada	2,5	Sebagai penyedap rasa
5	Daun sop	2,0	Memberi aroma pada kaki naga
6	Bawang putih	20	Memberikan aroma dan rasa khas
7	Wortel	30	Bahan tambahan untuk memperkaya nutrisi
8	Royco	9	Sebagai penyedap rasa
9	Es batu	900	Untuk mengempukkan adonan
10	Tepung panir	100	Melapisi adonan yang mau di goreng
11	Telur	Secukupnya	Bahan perekat antara adonan dan dengan panir
12	Stik	Secukupnya	Menusuk adonan kaki naga

Sumber : Data Primer (2020)



Gambar 1. Dokumentasi Pengolahan Kaki Naga

Kaki naga merupakan makanan hasil perikanan favorit semua kalangan masyarakat di daerah metropolitan seperti Jakarta. Mengingat masyarakat umumnya menyukai makanan yang praktis dan cepat saji dikarenakan dapat menghemat waktu dalam proses mempersiapkan hidangan makanan. Keberagaman produk hasil olahan perikanan menjadikan konsumsi ikan di masyarakat menjadi semakin meningkat. Produk kaki naga merupakan salah satu bentuk diversifikasi

produk hasil pertanian, terutama perikanan. Biasanya kaki naga dimanfaatkan sebagai makanan penunjang atau pelengkap dari makanan pokok. Kaki naga yang praktis serta cepat disajikan dan kaya akan kandungan gizi menyebabkan makanan ini banyak digemari baik dari anak kecil hingga orang dewasa. Selain itu produk ini sifatnya gurih sehingga dapat membantu mereka menambah nafsu makan, dengan diolah menjadi berbagai bentuk yang menarik membuat produk ini banyak

disukai konsumen untuk membelinya. Pemilihan usaha kaki naga dilakukan karena bahan baku utama berupa fillet ikan mudah didapatkan. Pengolahan hasil perikanan menjadi kaki naga menjadi salah satu cara yang dilakukan untuk memperpanjang masa simpan dari hasil perikanan, disimpan didalam *freezer* agar terjaga kualitas dari produk kaki naga tersebut sehingga produk olahan ini dapat bertahan selama beberapa hari tanpa berubah rasa.

Prosedur Pembuatan

Prosedur pembuatan kaki naga dari jenis ikan patin adalah sebagai berikut :

1. Campur ikan, air es, bawang putih, dan tepung tapioka. Aduk sampai rata.
2. Garam ditambahkan kedalam lumatan daging ikan sambil terus diaduk hingga berbentuk adonan yang lengket / kalis.
3. Tambahkan 1 butir telur, 1 sdt merica. Tiap-tiap penambahan bahan diuleni hingga homogen.
4. Tambahkan tepung tapioka dan terigu masing-masing sebanyak 250 gr dan uleni hingga homogen
5. Tambahkan daun sop yang telah diiris / dirajang dan diuleni hingga tercampur rata.
6. Bentuk adonan agak bulat lonjong dan dikepalkan dalam stick
7. Lakukan pengukusan menggunakan dandang selama + 10 menit
8. Angkat dan dinginkan, kemudian lakukan pelapisan tepung roti.

Kaki naga dalam bentuk seperti ini bisa disimpan dalam lemari pendingin /freezer atau dapat langsung digoreng. Kaki naga merupakan hasil olahan yang cukup digemari yang saat ini tengah dikembangkan oleh masyarakat perikanan. Karena kaki naga merupakan diversifikasi dari kamaboko yang merupakan bahan untuk surimi. Maka kaki naga dapat mengikuti SNI surimi, berdasarkan SNI Nomor 01-2693-1992, maka kaki naga adalah diversifikasi dari kamaboko, yang memiliki

standar mutu dengan elastisitas berkisar antara 26,73% - 65,66%; kadar abu antara 0,44% – 0,69%; kadar protein antara 10,44% - 16,40%; dan kadar lemak antara 0,09% - 0,55%. Gizi dari kaki naga ikan tergantung dari jumlah ikan yang digunakan dalam adonan, dalam pengolahan hasil perikanan dimana makin banyak jumlah ikan maka gizi produk akan semakin baik. Perbandingan tepung dan ikan yang diajarkan ke kelompok mitra PKM ini adalah 1:2, artinya jika menggunakan tepung 100 gr maka ikan yang digunakan adalah 200 gr. Akhir pelaksanaan pelatihan dan penyuluhan ini dilakukan evaluasi yaitu dengan menyebarkan angket untuk dijawab anggota masyarakat yang mengikuti pelatihan. Angket tersebut berisi pertanyaan berhubungan dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang sudah dilaksanakan, hal tersebut untuk mengukur pengetahuan yang didapatkan masyarakat yang mengikuti pelatihan secara tertulis. Dengan adanya pandemi Covid-19, tidak hanya masalah kesehatan yang timbul, namun semua aspek dalam kehidupan ikut terdampak termasuk perekonomian. Perekonomian mulai menurun sejak diberlakukannya pembatasan aktivitas. Hal ini terlihat dari pertumbuhan ekonomi yang masih menurun sampai pada triwulan III tahun 2020. Penurunan tersebut juga berdampak pada dinamika ketenagakerjaan di Indonesia. Pengolahan kaki naga dari ikan menginspirasi masyarakat agar memanfaatkan hasil perikanan yang melimpah disekitar dengan bijaksana sehingga gizi masyarakat terpenuhi dan juga dapat memberikan peningkatan secara ekonomi jika pengolahan kaki naga ini dapat dijadikan usaha dalam pengembangan kuliner produk hasil perikanan air tawar.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah dilaksanakan menyimpulkan :

1. Pendampingan dalam pengolahan hasil perikanan berupa kaki naga memberikan pengetahuan dan keterampilan bagi masyarakat di pahandut seberang dalam

diversifikasi pengolahan hasil perikanan. Kaki naga ikan sebagai makan sehat, bergizi dan mempunyai rasa yang lezat yang bisa dikembangkan sebagai skala usaha rumah tangga.

2. Pembinaan dan peningkatan pengetahuan bagi masyarakat di kelurahan Pahandut seberang memberikan manfaat yang sangat berguna bagi masyarakat, dengan adanya diversifikasi dari olahan ikan air tawar ini juga akan memperkenalkan Kota Palangkaraya terutama pahandut seberang yang telah dicanangkan sebagai daerah kuliner untuk kota Palangka Raya.

Rahmawati, F. 2012. Aneka ragam Pengolahan Ikan. Materi Kegiatan Pemberdayaan Sosial untuk Kegiatan Pendidikan Alternatif dalam Pengolahan Potensi Lokal. Kerjasama Kementerian Pembangunan Daerah Tertinggal dengan Fakultas Pertanian UGM. Sumba Tengah, 13-16 Agustus 2012.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, T.W. & F. Swastawati. 2003. Pemanfaatan Hasil Perikanan Sebagai Produk Bernilai Tambah (Value-Added) dalam Upaya Penganekaragaman Pangan. J. Teknologi dan Industri Pangan Vol XIV, No. 1. 74-81
- Biro Pusat Statistik. 2017. Kecamatan Pahandut Dalam Angka. Palangka Raya.
- Dotulong Verly dan Montolalu Lita. 2019. Jurnal Media Teknologi Hasil Perikanan Vol. 7, No. 3. 88-92
- Monografi Kelurahan Pahandut. 2017. Kelurahan Pahandut, Kota Palangka Raya.
- Nugroho Aditya, Swastawati Fronthea, Anggo Dwi Apri. 2014. Pengaruh Bahan Pengikat Dan Waktu Penggorengan Terhadap Mutu Produk Kaki Naga Ikan Tenggiri (*Scomberomorus Sp.*) Jurnal Pengolahan dan Bioteknologi Hasil Perikanan Volume 3, Nomor 4, Halaman 140 -149.