

## **Pemberdayaan Ibu-Ibu Rumah Tangga Melalui Ketrampilan Pembuatan Bakso Ikan Laut Guna Menumbuh Kembangkan Usaha Kreatif Lokal Kabupaten Trenggalek**

### ***Empowering Household Women Through The Skills Of Making Sea Fish Meatballs To Grow Local Creative Business In Trenggalek District***

**Sasi Utami<sup>a</sup>, Endang Triwidyati<sup>b</sup>, Ria Lestari<sup>c</sup>, Budi Susanto<sup>d</sup>**  
Universitas Kediri<sup>a,b,c,d</sup>

<sup>a</sup>sasi@unik-kediri.ac.id, <sup>b</sup>ending riwidyati@unik-kediri.ac.id

Disubmit : 11 Juni 2023, Diterima : 14 Juli 2023, Dipublikasi : 15 Juli 2023

#### **Abstract**

*Sea fish has the property to spoil quickly, to keep the taste from changing, it is better to consume it close to the place of production, if you want to consume it far from the place of production, sea fish needs to be preserved. This community service starts with seeking information from the community, especially housewives who have a lot of free time and want to be empowered, but do not have plans to make anything that can increase their income. Empowering Housewives Through Skills in Making Fish Balls using the lecture method and hands-on practice. The training participants were housewives, totaling 6 people as representatives from Rt 26 Rw 06 Tasikmadu Village, Prigi District, Trenggalek Regency. The training was held on October 22, 2022, in one of the houses of the residents of Rt 26 Rw 06, Tasikmadu Village, Prigi District, Trenggalek Regency whose name was Mrs. Winarti Santoso as well as the training resource. Results of the training Everyone can understand the process of processing fish into meatballs which can be refrigerated so that they last longer and have a higher selling value so that they can increase their income.*

**Keywords:** Sea Fish, Meatballs, Housewives, Income

#### **Abstrak**

Ikan laut memiliki sifat cepat busuk, untuk menjaga rasa agar tidak berubah maka sebaiknya di konsumsi dekat dengan tempat produksi, apabila ingin dikonsumsi jauh dari tempat produksi maka ikan laut perlu diawetkan. Pengabdian masyarakat ini dimulai dari mencari informasi ke masyarakat terutama ibu-ibu rumah tangga yang memiliki banyak waktu luang dan mau diberdayakan, tetapi belum memiliki rencana ingin membuat apa yang bisa menambah pendapatan bagi ibu-ibu tersebut. Pemberdayaan Ibu-Ibu Rumah Tangga Melalui Ketrampilan Pembuatan Bakso Ikan Laut dengan menggunakan metode ceramah dan praktek langsung. Peserta pelatihan yaitu ibu-ibu rumah tangga yang berjumlah 6 orang sebagai wakil dari Rt 26 Rw 06 Desa Tasikmadu Kecamatan Prigi Kabupaten Trenggalek. Pelatihan dilaksanakan pada tanggal 22 Oktober 2022, disalah satu rumah warga Rt 26 Rw 06 desa tasikmadu Kecamatan Prigi Kabupaten Trenggalek yang bernama ibu Winarti Santoso sekaligus sebagai narasumber pelatihan. Hasil Pelatihan semua bisa mengetahui proses mengolah ikan menjadi bakso yang bisa difrezer agar tahan lebih lama dan memiliki nilai jual lebih tinggi sehingga bisa meningkatkan pendapatan mereka.

**Kata Kunci:** Ikan Laut, Bakso, Ibu-Ibu Rumah Tangga, Pendapatan

### **1. Pendahuluan**

Ikan laut memiliki sifat cepat busuk, untuk menjaga rasa agar tidak berubah maka sebaiknya di konsumsi dekat dengan tempat produksi, apabila ingin dikonsumsi jauh dari dari tempat produksi maka ikan laut perlu diawetkan atau diolah terlebih dahulu (Widyaningsih dan Martini 2006). Rantai perikanan merupakan kegiatan penting yang harus dilakukan berupa penanganan dan pengolahan ikan agar peningkatan produksi ikan tidak sia-sia. Penanganan dan pengolahan bertujuan mempertahankan mutu ikan selama mungkin dengan cara menghambat dan

menghentikan penyebab kemunduran mutu maupun penyebab kerusakan ikan, agar ikan tetap baik sampai ke konsumen (Andarwulan *et al.* 2011).

Bakso dapat digolongkan makanan yang siap saji dan digemari oleh masyarakat mulai anak kecil sampai orang dewasa (Wibowo, (1995). Bakso yang berkuwalitas bagus dapat dibuat tanpa penambahan kimia apapun. Bahan baku bakso terdiri dari bahan utama dan bahan tambahan. Ikan Lumedang (*Coryphaena hippurus*) adalah jenis ikan yang hidup di perairan Indonesia dan merupakan salah satu komoditas ikan yang banyak disukai oleh masyarakat. Karakteristik ikan ini, berdaging putih, abu2, padat. Ikan Lumedang (*Coryphaena hippurus*) termasuk ikan yang tidak banyak mengandung duri, cocok dibuat bakso, memiliki kandungan kalium, fosfor, protein, magnesium cukup tinggi sehingga tekstur bakso yang dihasilkan bagus. Selain itu, jenis ikan ini juga banyak ditemukan di pasaran dan harganya relatif murah (Riyadi dan Atmaka 2010). Menurut Amelia Putri (2022) Ikan Lumedang (*Coryphaena hippurus*) memiliki banyak manfaat seperti mengurangi peradangan kronis, penyakit jantung, gangguan autoimun dan kondisi neurologis dengan banyak kandungan omega 3, juga melindungi tubuh dari berbagai masalah kesehatan jangka panjang.

ikan lumedang atau mahi mahi hidup sepanjang musim sehingga tidak kekurangan produksi, selain itu ikan lumedang juga mudah berkembang biak dalam jumlah besar. Bakso ikan laut ini dibuat dengan penambahan tepung tapioka, dan sebagai salah satu bahan pangan bernilai gizi tinggi sehingga dapat dijadikan alternatif produk atau jajanan yang menarik, sehat dan ekonomis. Pengabdian masyarakat ini dimulai dari mencari informasi ke masyarakat terutama ibu-ibu rumah tangga yang memiliki banyak waktu luang dan mau diberdayakan, tetapi belum memiliki rencana ingin membuat apa yang bisa menambah pendapatan bagi ibu-ibu tersebut. Berdasarkan latar belakang tersebut maka penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan produk olahan bakso ikan lumedang dengan konsentrasi tepung tapioka sehingga mendapatkan cita rasa yang gurih dan layak dikonsumsi dan bernilai ekonomis

## 2. Metode

1. Dalam pelatihan ini metode yang digunakan adalah metode ceramah dan praktek langsung. Dosen sebagai pendamping mencari dan menemui mitra yang memiliki ketrampilan dibidangnya. Mitra yang kami temui adalah ibu Winarti selaku narasumber yang akan memberikan pelatihan kepada ibu – ibu rumah tangga di Rt 26 Rw 06 yang mana beliau memiliki kompetensi membuat bakso ikan laut, ikan laut yang digunakan sebagai bahan baku untuk membuat bakso yakni ikan Lumedang (*Coryphaena hippurus*) atau ikan Hai-Hai.

2. Peserta Pelatihan

Peserta pelatihan yaitu ibu-ibu rumah tangga yang ada di wilayah Rt 26 Rw 06 Desa Tasikmadu Kecamatan Prigi Kabupaten Trenggalek.

3. Pelaksanaan pelatihan

Pelatihan dilaksanakan pada tanggal 22 Oktober 2022, di salah satu rumah warga Rt 26 Rw 06 yang bernama ibu Winarti Santoso, pelatihan ini diikuti oleh 6 orang. menggunakan beberapa alat seperti; gilingan daging (Cooper) timbangan, kompor, panci perebusan, Sedangkan sebagai bahan dasar yang digunakan ikan lumedang atau mahi-mahi dengan tepung tapioka, bawang putih, telur, minyak ikan, lada / merica bubuk, gula pasir, garam, penyedap rasa, air bersih dan air es. Proses pembuatan bakso : Pemilihan ikan lumedang atau mahi-mahi, dibersihkan, setelah

itu ikan di fillet untuk memisahkan kulit, tulang dan daging hitam. Pencucian filet dengan air es. Pelumatan filet (pemisahan serat, daging dan duri), selanjutnya ikan dihaluskan dengan menggunakan alat penghalus daging (cooper) sampai merata. Ikan yang dihaluskan dicampur dengan bumbu – bumbu dan tepung tapioka kemudian diaduk hingga adonannya merata. Lalu adonan dibuat bulat dan direbus hingga matang. Setelah mengapung bola bola tadi diangkat kemudian didinginkan baru dikemas dan dimasukkan ke freezer

### 3. Hasil Dan Pembahasan

Desa Prigi, Kabupaten Trenggalek merupakan wilayah yang dekat dengan pantai, penduduk disana kebanyakan bekerja sebagai nelayan, sedangkan para isteri mereka sebagai ibu rumah tangga. Ikan merupakan hasil laut, sebagian dijual dan sebagian lagi diolah sendiri sebagai lauk-pauk keluarga. Selama ini ikan yang diolah hanya digoreng atau dibuat sayur, belum ada pengolahan dalam bentuk kenekaragaman olahan lain. Berdasarkan informasi ini kami sebagai dosen melakukan pengabdian masyarakat untuk mendampingi mereka dalam mengolah ikan laut menjadi lebih beraneka ragam. Bakso ikan laut lumedang atau ikan hai hai merupakan pilihan dalam pelatihan ini, memilih ikan ini karena selalu tersedia di pasar tidak banyak duri daging ikannya padat warna daging ikan putih cenderung keabu-abuan, ini cocok untuk membuat bakso yang enak.

Selanjutnya kami sebagai pendamping berkoordinasi dengan pelatih untuk melaksanakan pelatihan. Peserta pelatihan adalah para ibu-ibu yang berdomisili di Desa Prigi. Hasil dari pelatihan ini adalah setelah pelatihan ibu-ibu merasa senang, karena ikan yang didapat bisa juga diolah menjadi bakso yang banyak digemari oleh putra putri mereka dan keluarga. Selain itu untuk meningkatkan konsumsi ikan menjadi tidak bosan, menyehatkan dan meningkatkan nilai gizi. Untuk membuat tekstur bakso menjadi kenyal perlu ditambahkan dengan transglutaminase (Herbudhi Cahyo, 2019).

Selain ikan lumedang hampir semua ikan laut bisa diolah menjadi bakso, tinggal memilih mana yang sesuai dengan kemampuan beli dari para peserta (Wiwit, 2019). Apabila ingin menambah gizi dapat juga ditambahkan dengan bahan lain seperti rumput laut dan lain-lain. Bakso selain dapat meningkatkan gizi keluarga juga bisa digunakan sebagai peluang usaha untuk dapat menambah pendapatan ibu-ibu. Dengan pelatihan ini terjadi perubahan sosial yang tadinya waktu luang para ibu-ibu tidak dimanfaatkan, setelah pelatihan waktu luang dimanfaatkan salah satunya untuk membuat bakso, bisa dalam bentuk frozen atau langsung dikonsumsi. Hurlock (2010) menyatakan bahwa perilaku seseorang dapat berubah tergantung dari minatnya yang akhirnya dapat mempengaruhi pola hidup seseorang. Perubahan yang diminati oleh para ibu-ibu rumah tangga adalah perubahan yang berkaitan masalah peningkatan kesehatan, pendapatan atau ekonomi, dan peran sosial (Goldstein, 2002). Berikut contoh gambar pengabdian.



Gambar 1. Foto Produk Yang Dihasilkan



Gambar 2. Foto Bahan Untuk Pelatihan



Gambar 3. Foto Dokumentasi Saat Pelatihan

#### 4. Simpulan

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Prigi Kecamatan Watulimo bentuknya adalah pendampingan terhadap pemberdayaan Ibu-Ibu rumah tangga dengan melakukan pelatihan pada pembuatan bakso ikan laut jenis lumedang atau ikan hai-hai. Tujuan dari pelatihan pemberdayaan ibu – ibu rumah tangga agar dapat meningkatkan kemandirian dalam mengolah sumber daya yang dimiliki yakni ikan menjadi bakso ikan yang digemari semua orang dan dapat meningkatkan gizi keluarga. Selain itu dengan pelatihan diharapkan dapat memperpanjang hasil panen ikan dalam bentuk bakso frozen. Dengan pelatihan ibu-ibu merasa senang dan harapannya bisa digunakan sebagai ladang bisnis yang berguna untuk meningkatkan pendapatan keluarga. Selain itu ibu-ibu juga merencanakan untuk membuat bakso dalam jumlah yang lebih banyak dalam bentuk frozen dan bisa dijual sehingga bisa meningkatkan pendapatan ibu-ibu.

#### 5. Ucapan Terimakasih

Terima Kasih kepada Universitas Kadiri yang telah memberikan kesempatan dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Terima kasih kepada masyarakat desa prigi yang sudah menyempatkan waktu untuk mengikuti pelatihan pembuatan bakso ikan sehingga pelatihan bisa berjalan lancar. Terima kasih juga kepada bapak ketua RT dan bapak kepala Desa Tasikmadu kabupaten Trenggalek yang mengizinkan kami untuk melakukan pengabdian masyarakat di Desa Tasikmadu. Serta terima kasih kepada teman dosen dan mahasiswa yang telah membantu mesukseskan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## 6. Daftar Pustaka

- Alqahtani, S. M. A. (2016). Motivational Strategies and EFL Teachers ' Perceptions : A Saudi Survey. *Theory and Practice in Language Studies*, 6(4), 663–674. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17507/tpls.0604.02>
- Bower, K. (2017). Explaining motivation in language learning: a framework for evaluation and research evaluation and research. *The Language Learning Journal*, 0(0), 1–17. <https://doi.org/10.1080/09571736.2017.1321035>
- Chiou, B. (2019). The Application of Problem-based Learning Approach in English Grammar Instruction : A Pilot Study. *Journal of Language Teaching and Research*, 10(3), 446–453. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17507/jltr.1003.01>
- Cruz, A. O. de la. (2019). Surface Structure Taxonomy – Based Analysis of Errors in Written English Sentences of ESL Learners. *Asian EFL Journal Research Articles*, 24(4), 13–37. Retrieved from <http://www.asian-efl-journal.com>
- Degrave, P. (2019). Music in the Foreign Language Classroom : How and Why ? *Journal of Language Teaching and Research*, 10(3), 412–420. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17507/jltr.1003.02>
- Farahani, K. A. A. (2019). The Relationship between the Emotional Intelligence of Iranian EFL Learners and Their Performance on the Listening Section of IELTS. *Journal of Language Teaching and Research*, 10(3), 469–476. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17507/jltr.1003.09>
- Katamba, C. V, & Buli, R. (2018). Improving Speaking Skills Using the Gallery Walk Technique. *Catalyst*, 17, 98–103.
- Martin, J. T. (2019). English Speaking Anxiety of Physical Education Major Students. *Asian EFL Journal Research Articles*, 23(3), 105–112. Retrieved from <http://www.asian-efl-journal.com>
- Nambi, R. (2019). Secondary School Students ' Experiences with Reading Aloud in Uganda : A Case Study. *Journal of Language Teaching and Research*, 10(2), 224–231. [https://doi.org/DOI: http://dx.doi.org/10.17507/jltr.1002.02](https://doi.org/DOI:http://dx.doi.org/10.17507/jltr.1002.02)
- Peng, J. (2015). L2 Motivational Self System , Attitudes , and Affect as Predictors of L2 WTC: An Imagined Community Perspective. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 24, 433–443. <https://doi.org/10.1007/s40299-014-0195-0>
- Santos, M. E. (2019). Utilization of English Language using Role Play in Teaching Filipino Female College Students in their Physical Education Class. *Asian EFL Journal Research Articles*, 23(3), 249–255. Retrieved from <http://www.asian-efl-journal.com>
- Shaan, I. E.-N. A. W. (2019). Remodeling Teachers ' and Students ' Roles in Self-directed Learning Environments : The Case of Saudi Context. *Journal of Language Teaching and Research*, 10(3), 549–556. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17507/jltr.1003.19>

- Stein-smith, K. (2019). Rethinking the Role of Languages in the US : Toward a More Diverse Cultural Identity. *Journal of Language Teaching and Research*, 10(3), 403–411. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17507/jltr.1003.01>
- Ushioda, E. (2016). Thinking Allowed Language learning motivation through a small lens : A research. *Lang. Teach*, 49(4), 564–577. <https://doi.org/10.1017/S0261444816000173>
- Widodo, M., Ariyani, F., & Setiyadi, A. B. (2018). Attitude and Motivation in Learning a Local Language. *Theory and Practice in Language Studies*, 8(1), 105–112. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17507/tpls.0801.14>
- Yuanyuan, C. (2019). Enhancing EFL Students ' English Competency Through Drama : A Case Study in a Primary School in China. *English Language Teaching*, 12(7), 68–74. <https://doi.org/10.5539/elt.v12n7p68>