



PELATIHAN PEMBUATAN *NUGGET* IKAN NILA SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN POTENSI DESA TUGU MULYA, LAMPUNG BARAT

Suryadi Islami¹, Ervina Damayanti², Sofyan Musyabiq Wijaya¹, Selvi Marcellia¹, Linda Septiani¹

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

²Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

¹ E-mail address suryadi.islami@fk.unila.ac.id

Abstract

Tugu Mulya Village is one of the villages in Kebun Tebu Sub-district, West Lampung Regency, Lampung Province. This village has potential that needs attention, namely the community's tilapia farming, which is usually only sold fresh and cooked simply. In addition, animal protein consumption in Lampung Province is still low, even though this is very important for improving the quality of public health. This community service was carried out with the objective of training the Tugu Mulya Village community to make tilapia nuggets in an effort to increase the village's potential. The training was carried out with the presentation and the practice of making tilapia nuggets directly. The results obtained were that the participants knew and understood the benefits of tilapia as a source of animal protein, the importance of tilapia consumption, and the processing of tilapia into nuggets that have a longer shelf life and higher selling value. In addition, this training can provide participants with the ability to make tilapia nuggets independently.

Keywords: *Training, Nugget, Tilapia, Tugu Mulya Village*

Abstrak

Desa Tugu Mulya merupakan salah satu desa di Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung. Desa ini memiliki potensi yang perlu diperhatikan yaitu masyarakatnya memiliki budidaya ikan nila yang biasanya hanya dijual segar dan diolah sederhana. Di samping itu, konsumsi protein hewani di Provinsi Lampung masih rendah padahal hal ini sangat penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk melatih masyarakat membuat *nugget* ikan nila sebagai upaya peningkatan potensi desa. Pelatihan dilaksanakan dengan pemaparan terlebih dahulu dan dilanjutkan dengan praktik pembuatan secara langsung oleh peserta. Hasil yang diperoleh yaitu peserta mengetahui dan memahami manfaat ikan nila sebagai sumber protein hewani, pentingnya konsumsi ikan nila dan pengolahan ikan nila menjadi *nugget* yang memiliki masa simpan lebih lama dan nilai jual lebih tinggi. Selain itu, pelatihan ini dapat memberikan kemampuan peserta dalam membuat *nugget* ikan nila secara mandiri.

Kata Kunci: Pelatihan, *Nugget*, Ikan Nila, Desa Tugu Mulya

PENDAHULUAN

Tugu Mulya merupakan desa (pekon) dengan persentase luas sebesar 4,95% (105 km²) yang ada di Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Bandar Lampung (Badan Pusat Statistik Kabupaten Lampung Barat, 2022:6). Masyarakat Desa Tugu Mulya memiliki usaha budidaya ikan nila sehingga banyak ditemukan produksi ikan nila di desa ini. Ikan nila hasil budidaya biasanya langsung dipasarkan dalam bentuk ikan segar dan juga dikonsumsi dengan cara sederhana. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat dalam hal pengembangan dan diversifikasi produk. Ikan nila segar yang langsung dipasarkan memiliki kekurangan, seperti masa simpannya yang tahan tidak begitu lama dan nilai jual juga tidak terlalu tinggi. Selain itu, kurangnya pengetahuan tentang pengolahan produk yang lebih kreatif juga dapat mengurangi minat untuk konsumsi ikan nila padahal ikan nila memiliki berbagai keunggulan yang bermanfaat bagi kesehatan manusia.

Ikan nila merupakan salah satu jenis ikan air tawar yang dapat menjadi sumber protein tinggi dari hewan (protein

hewani). Selain protein tinggi, terkandung pula berbagai vitamin dan mineral yang baik untuk tubuh, seperti niacin, vitamin B12, fosfor, selenium dan kalium (Setiawan dan Hamzah, 2020:266). Konsumsi protein sangat penting bagi manusia karena memiliki berbagai peran meliputi proses metabolisme struktural tubuh seperti pembentukan dan regenerasi jaringan; serta sistem imun. Kurangnya asupan protein menyebabkan berbagai masalah gizi (malnutrisi) seperti marasmus, kwashiorkor dan stunting. Protein hewani memiliki kandungan asam amino lengkap dan berperan penting pada masa pertumbuhan balita maupun fase kehidupan selanjutnya (Bhutta dan Sadiq, 2013:82). Pemerintah juga gencar melalui programnya untuk meningkatkan konsumsi ikan perkapita (Kementerian PPN/Bappenas, 2021:29).

Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional pada tahun 2022, rata-rata konsumsi protein di Indonesia per kapita sehari yaitu 62,21 gram dengan angka konsumsi di Provinsi Lampung lebih kecil dari angka nasional yaitu hanya 57,67 gram dengan konsumsi protein hewani lebih rendah dibandingkan dengan nabati (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2022:8; Badan Pusat Statistik Provinsi Lampung,

2022:50). Hal ini perlu diperhatikan karena salah satu kunci untuk meningkatkan kesehatan masyarakat adalah dengan meningkatkan pula asupan konsumsi protein hewani (Umaroh dan Vinantia, 2018:22).

Upaya peningkatan konsumsi protein hewani yang sekaligus dapat meningkatkan potensi Desa Tugu Mulya adalah dengan cara melaksanakan pelatihan pengolahan ikan nila menjadi produk yang digemari untuk dikonsumsi dan memiliki masa simpan serta harga jual yang lebih tinggi. Salah satu produk olahan dari ikan nila yang dapat dibuat adalah *nugget* ikan nila. *Nugget* ikan nila adalah produk diversifikasi pangan yang memiliki tujuan mengubah tampilan dari ikan nila sehingga lebih menarik dikonsumsi dan tahan lama dalam penyimpanannya (Darmadi dkk., 2019:18).

Nugget merupakan makanan olahan cepat saji yang cukup digemari oleh setiap kalangan masyarakat, baik itu anak-anak maupun orang dewasa. *Nugget* terbuat dari daging giling ataupun daging cacah yang ditambahkan bumbu penyedap rasa yang kemudian diberikan tepung panir sebagai pelapisnya. *Nugget* biasanya terbuat dari gilingan atau cacahan daging ayam seperti yang banyak dijual dipasaran. *Nugget* adalah makanan yang

dapat meningkatkan nilai daya guna dan daya simpan dari daging itu sendiri. Di sisi lain, *nugget* juga dapat meningkatkan nilai jual dari daging itu sendiri (Darmadi dkk., 2019:18; Pade, 2022:24).

Berdasarkan hal tersebut, maka dilakukan pelatihan pengolahan ikan nila menjadi *nugget* yang dapat meningkatkan diversifikasi produk ikan nila yang digemari untuk dikonsumsi, berdaya simpan dan nilai jual tinggi sehingga potensi ikan nila di Desa Tugu Mulya dapat terus dikembangkan.

METODE DAN PELAKSANAAN

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pelatihan secara langsung membuat *nugget* ikan nila dengan mitra yaitu Desa Tugu Mulya, Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung. Sebelum dilaksana pelatihan, dilakukan pemberian materi terlebih dahulu tentang manfaat dan kandungan ikan nila bagi manusia yang dilanjutkan dengan materi cara pengolahan ikan nila menjadi *nugget* sehingga pada saat proses praktik secara langsung lebih mudah untuk dipahami peserta. Kegiatan praktik dilakukan langsung bersama dengan peserta dengan peralatan dan bahan yang sudah disiapkan dan dibantu oleh

mahasiswa KKN (Kuliah Kerja Nyata) Desa Tugu Mulya Periode 1 Tahun 2023 Universitas Lampung.

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan beberapa tahap seperti izin kepada camat Kecamatan Kebun Tebu, observasi kondisi masyarakat dan budidaya ikan nila, penyajian rencana dan diskusi dengan kepala desa (pratin) Desa Tugu Mulya serta persiapan pelatihan sesuai dengan jadwal dan lokasi yang ditentukan. Pelatihan dilaksanakan di Balai Desa Tugu Mulya tanggal 19 Januari 2023. Peserta target kegiatan ini yaitu ibu-ibu yang tergabung dalam PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga) dan remaja putri Desa Tugu Mulya. Jumlah peserta yang mengikuti pelatihan ini sebanyak 35 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan pembuatan *nugget* ikan nila merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan potensi Desa Tugu Mulya yang memiliki masyarakat dengan budidaya ikan nila. Selain meningkatkan potensi, kegiatan ini juga bermanfaat untuk menghasilkan produk olahan ikan nila yang digemari masyarakat dengan masa simpan yang lebih lama dan bernilai jual lebih tinggi.

Pelaksanaan pelatihan ini ditargetkan kepada peserta yaitu ibu-ibu PKK dan remaja perempuan Desa Tugu Mulya. Hal ini sesuai dengan tugas dan fungsi PKK dalam mengembangkan potensi dan meningkatkan ekonomi di desa tersebut. Selain itu juga dapat meningkatkan pemberdayaan perempuan di Desa Tugu Mulya agar memiliki berbagai keterampilan dan kreativitas.

Kegiatan pelatihan dimulai dengan pemberian materi mengenai manfaat konsumsi dan kandungan ikan nila bagi manusia. Pada saat pematerian ditekankan bahwa ikan nila memiliki kandungan protein hewani yang sangat berperan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan manusia.

Di samping itu pula, diberikan data-data bahwa konsumsi protein hewani di Indonesia dan Provinsi Lampung masih rendah dan program pemerintah untuk meningkatkan konsumsi ikan. Pematerian ini memberikan pemahaman kepada peserta bahwa pentingnya mengonsumsi ikan nila sebagai sumber protein hewani untuk meningkatkan kualitas kesehatan.

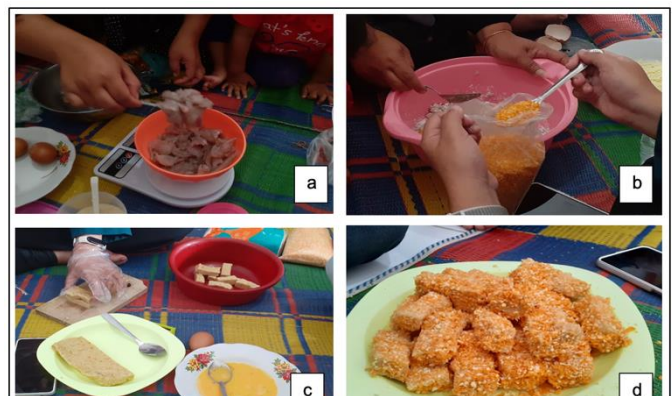
Pematerian kedua dipaparkan mengenai cara pengolahan ikan nila menjadi *nugget*. Dijelaskan perlunya upaya pengolahan ikan nila menjadi produk yang memiliki nilai tambah

seperti pengolahan menjadi *nugget*. Kemudian dijelaskan pula tahap-tahap pembuatan *nugget* ikan nila sesuai dengan berikut ini:

- 1) Siapkan alat dan bahan yang akan digunakan.
- 2) Masukkan fillet ikan nila, bawang putih, gula, garam dan lada yang telah disiapkan ke dalam mesin pemotong (chopper).
- 3) Masukkan telur, tepung tapioka, tepung panir dan keju parut yang telah disiapkan ke chopper .
- 4) Lalu siapkan loyang yang telah diolesi dengan minyak.
- 5) Tuangkan adonan *nugget* ke dalam loyang dan ratakan adonan.
- 6) Siapkan panci yang sebelumnya sudah dipanaskan terlebih dahulu.
- 7) Lalu masukkan loyang ke dalam panci kukusan dan kukus selama 30 menit.
- 8) Setelah adonan matang, angkat dan dinginkan adonan terlebih dahulu.
- 9) Potong adonan sesuai ukuran yang diinginkan.
- 10) Lapsi adonan dengan telur dan tepung panir.
- 11) *Nugget* sudah siap dan dapat disimpan di kulkas atau dapat digoreng langsung.

Praktik langsung selanjutnya dilakukan setelah penerangan. Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok

dengan peralatan dan bahan yang sudah disiapkan. Setiap kelompok dipandu oleh dosen dan mahasiswa KKN namun peserta tetap melakukan tahapan pembuatan secara langsung. Seiring proses praktik pembuatan *nugget* ikan nila, peserta dipersilahkan dengan bebas untuk bertanya kepada pemandu kelompok masing-masing. Proses praktik secara langsung dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Kegiatan praktik pembuatan *nugget* ikan nila (a), (b) dan (c); Hasil *nugget* ikan nila yang telah dibuat (d).

Evaluasi kegiatan pelatihan yang dilaksanakan dilakukan dengan cara berdiskusi secara langsung dengan peserta setelah kegiatan. Hasil diskusi tersebut selanjutnya disajikan dalam bentuk tabel keadaan awal sebelum pelatihan dan keadaan akhir setelah pelatihan pembuatan *nugget* ikan nila. Tabel tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

Pelatihan pemanfaatan ikan nila menjadi produk olahan berupa *nugget*

disambut baik oleh masyarakat Desa Tugu Mulya. Masyarakat memberikan respon yang positif serta sangat tertarik dengan pelaksanaan pengabdian ini karena kurangnya pengetahuan dalam pengolahan ikan nila menjadi produk. Ketertarikan masyarakat ditunjukkan dengan beberapa peserta sosialisasi yang bertanya lebih dalam mengenai pengolahan ikan nila. Peserta juga turut terlibat langsung dalam praktik pengolahan ikan nila menjadi *nugget*.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dengan potensi ikan nila yang dimiliki di Desa Tugu Mulya, Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung, kegiatan pelatihan pembuatan *nugget* ikan nila sangat tepat dilakukan dalam meningkatkan potensi tersebut. Pelatihan ini meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait manfaat ikan nila sebagai sumber protein hewani, pentingnya konsumsi ikan nila dan pengolahan ikan nila menjadi *nugget* yang memiliki masa simpan lebih lama dan nilai jual lebih tinggi. Selain itu, pelatihan ini dapat memberikan kemampuan peserta dalam membuat *nugget* ikan nila secara mandiri.

Tabel 1. Keadaan awal dan akhir peserta.

No	Keadaan Awal	Perlakuan	Keadaan Akhir
1	Peserta belum mengetahui dan memahami manfaat konsumsi dan kandungan ikan nila bagi manusia dan pentingnya konsumsi protein hewani.	Pemberian materi mengenai manfaat konsumsi dan kandungan ikan nila bagi manusia dan pentingnya konsumsi protein hewani.	Peserta memahami manfaat konsumsi dan kandungan ikan nila bagi manusia dan pentingnya konsumsi protein hewani.
2	Peserta belum mengetahui dan memahami mengenai cara pengolahan ikan nila menjadi <i>nugget</i> .	Pemberian materi mengenai cara pengolahan ikan nila menjadi <i>nugget</i> .	Peserta sosialisasi dapat mengetahui dan memahami pengolahan ikan nila menjadi <i>nugget</i> .
3	Peserta belum menguasai praktik pembuatan <i>nugget</i> ikan nila.	Praktik pembuatan <i>nugget</i> ikan nila.	Peserta menguasai dan mampu membuat <i>nugget</i> ikan nila secara mandiri.

Saran

Setelah dilaksanakan pelatihan ini disarankan dilakukan pelatihan lanjutan dalam hal pengemasan dan pemasaran *nugget* ikan nila yang telah dikuasai peserta. Pelatihan tersebut lebih diarahkan ke basis teknologi seperti pembuatan kemasan dan desain secara digital dan bagaimana cara memasarkan melalui media sosial dan *e-commerce*.

Ucapan Terima Kasih

Kami ucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Lampung, Badan Pelaksana Kuliah Kerja Nyata (BP KKN) Universitas Lampung dan Mahasiswa KKN Desa Tugu Mulya Periode 1 Tahun 2023 Universitas Lampung. Terima kasih pula kepada mitra kegiatan pengabdian ini yaitu Desa Tugu Mulya, Kecamatan Kebun Tebu, Kabupaten Bandar Lampung, Provinsi Lampung yang telah menyambut dengan baik dan mengizinkan kegiatan ini sehingga berjalan sesuai harapan.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik Indonesia 2022. Konsumsi kalori dan protein penduduk Indonesia dan provinsi: berdasarkan hasil susesnas maret 2022.

Badan Pusat Statistik Kabupaten Lampung Barat 2022. Kecamatan Kebun Tebu dalam angka 2022.

Badan Pusat Statistik Provinsi Lampung 2022. Pola konsumsi penduduk Provinsi Lampung 2022.

Bhutta, Z.A. dan Sadiq, K. 2013. Protein Deficiency. Dalam: Encyclopedia of Human Nutrition. Elsevier, hlm. 111–115. doi: 10.1016/B978-0-12-375083-9.00239-7.

Darmadi, N.M., Pandit, I.G. dan Sugiana, I.G.N. 2019. Pengabdian kepada masyarakat (PKM) nugget ikan (fish nugget). Community Service Journal (CSJ) 2(1), hlm. 18–22.

Kementerian PPN/Bappenas 2021. Rencana aksi nasional pangan dan gizi 2021-2024.

Pade, S. 2022. Pembuatan nugget ikan bandeng di Desa Randangan Kabupaten Pohuwato. Jurnal Abdimas Gorontalo (JAG) 5(1), hlm. 24–27.

Setiawan, D.G.E. dan Hamzah, S.N. 2020. Pemberdayaan ekonomi masyarakat pesisir Danau Limboto melalui pengolahan ikan nila (*Oreochromis niloticus*) menjadi produk unggulan KKN-PPM. Jurnal Pengabdian

Kepada Masyarakat 26(4), hlm. 266–
270.

pada rumah tangga Indonesia.
Jurnal Ekonomi Dan Pembangunan
Indonesia 18(3), hlm. 22–32.

Umaroh, R. dan Vinantia, A. 2018.
Analisis konsumsi protein hewani