

MEMANFAATKAN POTENSI HASIL LAUT UDANG: PELATIHAN PEMBUATAN PEMPEK UDANG UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN IBU RUMAH TANGGA (IRT) DI KELURAHAN GUNUNG LINGKAS

**Reski Ramadhani¹, Nurul Hidayat², Dori Racmawani³, Jufrianus Bou⁴,
Muh Fiksal Efendi⁵, Rahmi Nur Fadhilah⁶, Rikky Renaldi Saputra⁷,
Sinta Aulia Hasan⁸, Zety Nurfadilah⁹**

reskyrmdhni27@gmail.com¹, nurul.hidayat8910@gmail.com², dorirachmawani@gmail.com³,
bjufrianus@gmail.com⁴, effendimuhfiksal@gmail.com⁵, nurfadhilahrahmi87@gmail.com⁶,
manggrisjo@gmail.com⁷, sintaauliah801@gmail.com⁸, zetynurfadilah82@sma.belajar.id⁹

Universitas Borneo Tarakan

Abstrak

Indonesia adalah negara kepulauan yang memiliki sekitar 17.500 pulau, bergaris Pantai sepanjang 81.000 km. Sekitar 62% luas wilayah Indonesia adalah laut dan perairan. Kalimantan utara tepatnya di kota Tarakan merupakan salah satu wilayah perairan yang memiliki potensi sumberdaya perikanan yang cukup besar, hasil dari perikanan yang berada di kota Tarakan adalah udang windu dan ikan bandeng. Melihat terdapat banyak kandungan baik di dalam udang dan ikan Ibu Rumah Tangga mencoba memanfaatkan potensi hasil laut tersebut. Melalui program pelatihan ini juga diharapkan terciptanya motivasi Ibu Rumah Tangga untuk membangun usaha dan dapat mengembangkan keterampilan baru dalam pembuatan pempek yang berkualitas tinggi. Dengan memanfaatkan potensi tersebut, mereka dapat meningkatkan kesejahteraan mereka dan memperluas pasar produk pempek. Selain itu, dengan memanfaatkan sosial media, mereka juga dapat mempromosikan produk mereka secara efektif kepada calon konsumen. untuk menghasilkan produk bernilai ekonomi tinggi dengan membuat pempek udang dan ikan. Dengan itu kami membuat pengabdian pelatihan pembuatan pempek udang dan ikan untuk meningkatkan kesejahteraan Ibu Rumah Tangga di kelurahan gunung lingkas.

Kata Kunci: Pempek, Udang, Ikan, Meningkatkan Kesejahteraan, Gunung Lingkas.

Abstract

Indonesia is an archipelagic country that has around 17,500 islands, with a coastline of 81,000 km. About 62% of Indonesia's territory is sea and waters. North Kalimantan, specifically in the city of Tarakan, is one of the waters that has quite large potential fisheries resources. The results of fisheries in the city of Tarakan are tiger prawns and milkfish. Seeing that there are many good ingredients in shrimp and fish, housewives try to exploit the potential of these marine products. Through this training program, it is also hoped that housewives will be motivated to build a business and can develop new skills in making high quality pempek. By exploiting this potential, they can improve their welfare and expand the market for pempek products. Apart from that, by utilizing social media, they can also promote their products effectively to potential consumers. to produce products of high economic value by making shrimp and fish pempek. With that, we created a training service for making shrimp and fish pempek to improve the welfare of housewives in the Gunung Lingkas sub-district.

Keywords: Shrimp, Fish, Improving Welfare, Lingkas Mountain.

PENDAHULUAN

Indonesia adalah negara kepulauan yang telah ditetapkan sejak Deklarasi Djuanda pada tahun 1957 dan diperkuat dengan Konvensi Hukum Laut (United Nations Convention on the Law of the Sea/UNCLOS). Indonesia memiliki sekitar 17.500 pulau, bergaris pantai sepanjang 81.000 km. Sekitar 62% luas wilayah Indonesia adalah laut dan perairan, hal ini dikonfirmasi dari data KKP.

Kalimantan utara tepatnya di kota Tarakan merupakan salah satu wilayah perairan yang memiliki potensi sumberdaya perikanan yang cukup besar dan merupakan salah satu sentra produksi udang windu di Indonesia. Udang windu sendiri adalah udang hasil budidaya yang di lakukan di tambak. Udang windu memiliki banyak kandungan gizi di dalamnya seperti kadar protein (18,35%), kadar lemak (0,86%), kadar karbohidrat (5,73%) serta asam lemak omega-3 (PUFA) yang memiliki manfaat untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan kognitif pada bayi, anak-anak, dan ibu hamil, serta mengurangi resiko penyakit kardiovaskular. Tidak hanya udang windu budidaya yang di lakukan di tambak juga menghasilkan ikan bandeng. Ikan bandeng merupakan ikan yang memiliki banyak penggemar di Masyarakat karena juga mempunyai kandungan gizi yang baik dengan memiliki kandungan kadar protein 20 gram, lemak 4,8 gram, kalsium 20 mg, fosfor 150 mg, besi 2 mg, vitamin A 150 SI serta vitamin B1 0,05 mg. yang juga memiliki banyak manfaat di dalamnya.

Dengan melihat terdapat banyaknya kandungan baik di dalam udang dan ikan ibu rumah tangga di daerah kelurahan gunung lingkas mencoba untuk memanfaatkan potensi hasil laut mereka secara optimal untuk meningkatkan kesejahteraan Masyarakat setempat. menjadi cemilan sehat seperti pempek. Dengan pelatihan pembuatan pempek udang dan ikan, IRT di Kelurahan Gunung Lingkas dapat memanfaatkan potensi tersebut untuk menghasilkan produk bernilai ekonomi tinggi.

Pempek adalah salah satu makanan khas kota Palembang, Sumatra Selatan yang umumnya terbuat dari ikan yang diolah menjadi adonan, dengan menambahkan tepung tapioca, lalu dicetak, direbus dan di goreng. Pempek sendiri memiliki berbagai macam bentuk seperti lenjeran banjang, bulat, kapal selam dan lain-lain. Dengan menambahkan udang sebagai salah satu bahan utama dalam pembuatan pempek, maka produk ini akan memiliki nilai tambah yang lebih tinggi. Dalam pelatihan ini, IRT akan diajarkan tentang teknik-teknik pembuatan pempek yang benar, mulai dari pemilihan bahan baku yang berkualitas hingga proses penggorengan yang tepat. Selain itu, mereka juga akan diajarkan tentang pentingnya menjaga kebersihan dan keamanan pangan dalam produksi pempek.

Melalui program pelatihan pembuatan pempek udang dan ikan merupakan langkah yang tepat untuk memanfaatkan potensi hasil laut di Kelurahan Gunung Lingkas. Melalui program pelatihan ini juga diharapkan terciptanya motivasi Ibu Rumah Tangga untuk membangun usaha dan dapat mengembangkan keterampilan baru dalam pembuatan pempek yang berkualitas tinggi. Dengan memanfaatkan potensi tersebut, mereka dapat meningkatkan kesejahteraan mereka dan memperluas pasar produk pempek. Selain itu, dengan memanfaatkan sosial media, mereka juga dapat mempromosikan produk mereka secara efektif kepada calon konsumen.

METODOLOGI

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada 18 Februari 2024 pada pukul 10:00 – 17:00 WITA, di Kelurahan Gunung Lingkas, Kecamatan Tarakan Timur, Kota Tarakan, Provinsi Kalimantan Utara. Kegiatan dilakukan di rumah Ibu Winda Dewi dengan diikuti oleh Ibu Rumah Tangga dan kelompok pengabdian Pelatihan Pembuatan Pempek Udang untuk Meningkatkan Kesejahteraan Ibu Rumah Tangga (IRT) di Kelurahan Gunung Lingkas.

Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian Masyarakat ini terdiri dari 5 tahap :

Tahap 1: mendokumentasikan aktivitas selama proses kegiatan berlangsung

Tahap 2 : membeli dan mengumpulkan bahan dan alat untuk pembuatan pempek

Tahap 3 : sosialisasi ke Ibu Rumah Tangga terkait potensi hasil laut Tarakan, nilai gizi ikan bandeng dan udang, serta peluang usaha di bidang kuliner

Tahap 4 : pelatihan yang dilakukan praktek secara langsung dengan di arahkan dan di praktekkan oleh ibu Winda Dewi sebagai narasumber

Tahap 5 : makan bersama dan berbagi di jalan untuk mereka yang membutuhkan

Melalui beberapa tahapan di atas sangat diharapkan agar Ibu Rumah Tangga dapat memahami dan mengetahui proses pembuatan pempek yang baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara umum pempek pasti berbahan utama dari ikan, jarang sekali ada yang mengganti bahan utamanya menjadi udang. disini kami sebagai kelompok pengabdian Masyarakat ingin sedikit memberikan inovasi baru kepada Masyarakat luas terutama ibu rumah tangga, bahwa pempek tidak hanya berbahan utama dari ikan saja melainkan juga bisa di ganti dengan udang atau bahan hasil laut lainnya yang rasanya pun tidak kalah enakanya dan juga memiliki kandungan gizi yang banyak didalamnya.

Dalam kegiatan pengabdian ini terdapat 10 peserta dan 1 narasumber yaitu ibu Winda Dewi, dan 3 peserta ibu rumah tangga (IRT) yang merupakan warga asli kelurahan gunung lingkas, RT. 15 kota Tarakan. Serta diikuti oleh 7 peserta kelompok kegiatan pengabdian Masyarakat.

Hasil dari pengamatan yang telah dilakukan, peserta yang terlibat dalam pengabdian ini sebagian besar sangat menikmati dan menyukai hasil pelatihan pembuatan pempek udang dan ikan bandeng. Selanjutnya, saat proses pelatihan ini terlihat para peserta pelatihan juga cepat memahami langkah-langkah pembuatan pempek udang dan ikan bandeng, dan juga melakukan praktek dengan baik.

Dengan adanya sosialisasi dan pelatihan praktek langsung pada kegiatan pengabdian ini dapat memberikan pendidikan terkait pemanfaatan Potensi Hasil Laut Udang dan ikan serta memberikan tehnik Pelatihan Pembuatan Pempek Udang dan ikan yang baik dan benar untuk Meningkatkan Kesejahteraan Ibu Rumah Tangga (IRT) di Kelurahan Gunung Lingkas. Dan untuk memberikan peluang serta motivasi dalam memulai usaha mikro kecil dan menengah (UMKM).

KESIMPULAN

Dengan adanya pelatihan pembuatan pempek udang dan ikan merupakan suatu bentuk pemanfaatan hasil laut untuk meningkatkan kesejahteraan Ibu Rumah Tangga di kelurahan Gunung Lingkas. Kegiatan pengabdian ini diharapkan memiliki dampak positif bagi ibu rumah tangga (IRT) dan Masyarakat luas dengan adanya kegiatan pelatihan ini dapat menjadi pembelajaran baru serta motivasi bagi pelaku yang mau memulai usaha mikro kecil dan menengah (UMKM). Dengan meningkatnya penjualan pempek udang dan ikan, diharapkan kesejahteraan Ibu Rumah Tangga di kelurahan gunung lingkas juga dapat meningkat. Program pengabdian Masyarakat dalam pelatihan ini merupakan Langkah konkret dalam mendorong pemanfaatan potensi hasil laut untuk kesejahteraan Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhanannasir., Dasir., Patimah, Siti., "Nilai Protein Pempek dari Jenis Olahan Daging Ikan Patin dan Perbandingan Tepung Tapioka", 1-12.
- Bahtiar, Fajar Purnama Muhammad, Junaidi Sirza L.M, Salwiyah, Pariakan Arman, Haslianti, Intan Permata Hati Yustika, Ishak Ermayanti (29 Agustus 2022) "Meningkatkan Nilai Tambah Komoditas Ikan Laut Non Ekonomi Menjadi Makanan Pempek Palembang Khas Sulawesi Tenggara" 1-7.

- Firman (2012). "Identifikasi Bakteri pada Udang Windu di Tambak Tradisional Kota Tarakan", 1-72.
- Gandri Haryono, M., Laga, Asbar., Rachmawani, Dori., Alawiah, Tuty., Irawati, Heni., Yulma., Hariani Cahyani, Tiara., Ashariyan., Dyta Nugraeni, Chritsine., Kartik. (01-02-2022), "Pelatihan Diversifikasi Hasil Perikanan pada Kelompok Wanita Tani Kelurahan Mamburungan, Tarakan", 1-7.
- Hutapea, T. P. H., Imra, I. P., dan Wiharyanto, D. P. (2018). "Pelatihan Diversifikasi Pemanfaatan Ikan Bandeng Laki (*Elops hawaiiensis*) Menjadi Produk Bergizi dan Bernilai Ekonomi di Kelurahan Karang Rejo Kota Tarakan" 2(2), 58-62.
- Maelani, Puspita., Mahfudoh., Agustiawa., Suharti, Euis., "Pengembangan Inovasi Produk Olahan Bandeng dan Strategi Pemasaran Online Dalam Meningkatkan Pendapatan Masyarakat Kelurahan Sawah Luhur Kota Serang", 1-11.
- Nissa Rifani, Aulia., Farid Ma'ruf, Widodo., Romandhon. (2 Desember 2015), "Pengaruh Perbedaan Konsentrasi Karagenan Terhadap Karakteristik Empek -Empek Udang Windu", 1-9.
- Rully Febrian, Muhammad., Vilintia, Adella., Asri., Putri Rahmadhanyanti, Aulia., Azmi, Nur., Triani, Selvy., Sabiyya, Siti., Vebriansyah. (01,2023). "Pengembangan Program Peningkatan Gizi Melalui Konsumsi Bubur Sayur Untuk Masyarakat Sebagai Upaya Meningkatkan Pendapatan Ibu Rumah Tangga (IRT) Dikelurahan Kampung Baru Kota Tarakan", 1-6.
- Sachriani, Cahyana, C., & Ngurah, IGA (2022), "Pelatihan Pembuatan Nagget Ikan Dan Udang Bagi Ibu Rumah Tangga Dikawasan Pesisir Sebagai Upayah Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga", 1-8.
- Wantu Tuti, Maulida Alwi Nurul, Sari Permata (21 Juli 2022) "Pelatihan Pengolahan Hasil Laut Untuk Meningkatkan Kemandirian Enterpreneurship Bagi Ibu-Ibu PKK" 1-8.

LAMPIRAN

PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
PROGRAM STUDI EKONOMI PEMBANGUNAN
FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS BORNEO TARAKAN

TEMA :
MAMANFAATKAN POTENSI HASIL LAUT UDANG: PELATIHAN
PEMBUATAN PEMPEK UDANG UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN
IBU RUMAH TANGGA (IRT) DI KELURAHAN GUNUNG LINGKAS
DOSEN PENGAMPU : DR. NURUL HIDAYAT, S.E., M.Sc., PH.D



Gambar 1. Banner Pagadian Masyarakat



Gambar 2. Proses pembukaan kulit udang



Gambar 3. Proses pencabutan tulang ikan



Gambar 4. Proses pembentukan adonan



Gambar 5. Proses pembuatan adonan



Gambar 6. Proses pembuatan adonan 2



Gambar 7. Proses rebusan dan goreng pempek



Gambar 8. Proses pengemasan



Gambar 9. Proses berbagi kepada Masyarakat



Gambar 10. Bersama Ibu Winda Dewi selaku narasumber