

Pembuatan Nugget Lele dalam Upaya Peningkatan Perekonomian Ibu Rumah Tangga di Balikpapan

Enita Rahayu¹, Chardina Dianovita², Ida Rama Oktaviani³

^{1,2,3} Program Studi Tata Boga Jurusan Pariwisata Politeknik Negeri Balikpapan

*enita.rahayu@poltekba.ac.id

Kata Kunci: masyarakat, pemberdayaan, nugget, nugget lele

Abstrak Ikan lele merupakan salah satu jenis ikan yang sangat mudah ditemukan di kalangan masyarakat, namun begitu jumlahnya yang sangat banyak mengakibatkan harganya menjadi turun dan hasil olahannya pun tidak bertahan lama. Oleh karena itu, perlu dilakukan pengolahan yang lebih inovatif agar lele bisa memiliki harga jual yang lebih tinggi dan lebih awet, yaitu dengan dibuat menjadi olahan nugget. Olahan ini sangat mudah untuk dibuat khususnya bagi kalangan ibu-ibu yang ingin membuat industri rumahan, sehingga bisa menaikkan perekonomian mereka. Tujuan dari pelatihan dan pendampingan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan ketrampilan dalam pembuatan nugget dari lele. Hasil dari pelatihan ini, para peserta pelatihan mampu meningkatkan pemahaman dan ketrampilan dalam pembuatan nugget dari lele yang nantinya dapat digunakan sebagai peluang usaha. Kesimpulannya adalah pelatihan ini sudah berhasil membantu meningkatkan pemahaman dan ketrampilan dalam pembuatan nugget dari lele.

Keywords: community, empowerment, nuggets, catfish nuggets

Abstract Catfish is a type of fish that is very easy to find among the public, however, the large numbers cause the price to drop and the processed products do not last long. Therefore, it is necessary to carry out more innovative processing so that catfish can have a higher selling price and last longer, namely by making them into processed nuggets. This preparation is very easy to make, especially for mothers who want to create a home industry, so they can improve their economy. The aim of this training and mentoring is to increase understanding and skills in making nuggets from catfish. As a result of this training, the training participants were able to improve their understanding and skills in making nuggets from catfish which can later be used as a business opportunity. The conclusion is that this training has been successful in helping to increase understanding and skills in making nuggets from catfish.

© 2024 JACE. This work is licensed under CC-BY 4.0

1. PENDAHULUAN

Ikan lele (*Clarias sp.*) adalah salah satu komoditas perikanan air tawar yang unggul di pasaran selain mujair, patin, nila dan gurami (Lingga & Kurniawan, 2013). Ikan lele ini memiliki keunggulan dibandingkan dengan jenis ikan lain yaitu pertumbuhannya tergolong cepat, toleran terhadap kualitas air yang kurang baik, relatif tahan terhadap penyakit dan dapat dipelihara hampir di semua wadah budi daya (Nasrudin, 2010).

Industri rumahan (*home industry*) di kalangan masyarakat kurang mampu bersaing di pasar. Hal tersebut dikarenakan tingkat pengetahuan, keterampilan, dan kapabilitas terhadap teknologi serta akses sumber permodalan para pelaku industri rumahan masih rendah, padahal industri rumahan memiliki posisi penting dalam perekonomian masyarakat khususnya para pelaku industri rumahan seperti para ibu-ibu rumah tangga. Peran industri rumahan di dalam sistem ekonomi selain menciptakan lapangan kerja juga mampu meningkatkan pendapatan dan kesejahteraan rumah tangga, dalam banyak hal industri rumahan mampu berperan sebagai perekat dan stabilitas sosial terutama dalam mengurangi kesenjangan ekonomi dan sosial (Siswanto 2009).

Pada saat ini banyak sekali ibu-ibu rumah tangga yang ada di kota Balikpapan yang kurang produktif saat sudah mengurus anak dan rumah. Pelatihan kami lakukan pada ibu-ibu rumah tangga khususnya yang berada di RT 61 Graha Indah, kondisi mereka saat melakukan pelatihan semua berstatus sebagai ibu rumah tangga, mereka mengaku ingin melakukan kegiatan yang bisa menghasilkan uang walaupun dari rumah sembari mengurus anak, misalnya dengan membuat suatu makanan yang kemudian bisa memiliki nilai ekonomi yang lebih tinggi dan bisa diperjual belikan. Dalam hal ini rumah tidak hanya dianggap sebagai salah satu kebutuhan dasar mereka tetapi juga dijadikan sesuatu yang produktif yaitu tempat aktivitas yang menghasilkan pendapatan dengan menjadi pengusaha kecil (Ihsan, 2015).

Dari permasalahan tersebut, terdapat banyak sekali peluang usaha yang bisa dijadikan sebagai peluang dalam peningkatan perekonomian industri rumahan ini khususnya untuk para ibu rumah tangga, salah satunya misalnya dengan pembuatan lele menjadi olahan nugget. Selain produk ini sangat digemari oleh banyak kalangan usia produk ini awet dan mudah dibuat, bahannya pun juga mudah di jumpai. Nugget adalah jenis olahan daging restrukturisasi yaitu daging yang digiling dan dibumbui, kemudian diselimuti oleh perekat tepung, pelumuran tepung roti (*breadcrumbing*), dan digoreng setengah matang lalu dibekukan untuk mempertahankan mutunya selama penyimpanan. Nugget merupakan alternatif makanan cepat saji yang praktis dihidangkan karena hanya membutuhkan sedikit waktu (1–3 menit) dalam penggorengan karena nugget sudah dimasak setengah matang pada pengolahan awal (Justisia & Adi, 2016).

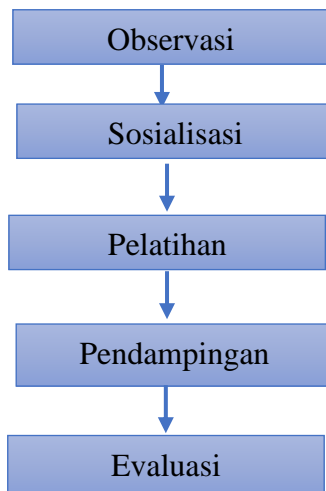
Nugget merupakan salah satu bentuk produk makanan beku siap saji, yaitu produk yang telah mengalami pemanasan sampai setengah matang (*precooked*), kemudian dibekukan. Produk beku siap saji ini hanya memerlukan waktu penggorengan selama 1 menit pada suhu 150°C (Ginting, 2015). Nugget ikan lele merupakan olahan produk baru. Pembuatan nugget dari ikan lele memerlukan bahan-bahan tambahan yang berperan sebagai bahan pengisi dan bahan pengikat disamping bumbu dan rempah-rempah, bahan pengisi yang biasa digunakan adalah tepung (Tumion, 2017).

Alat-alat yang digunakan pada pembuatan nugget antara lain blender, baskom plastik, nampan, piring, sendok, Loyang, pisau, timbangan, cetakan, dandang pengukus, kompor, wajan dan freezer (Tumion, 2017). Banyaknya hasil panen lele di kalangan masyarakat sering membuat harga jual ikan lele rendah. Oleh karena itu untuk memanfaatkan ikan lele tersebut di perlukan inovasi baru sehingga menjadi suatu produk ikan lele yang memiliki nilai ekonomis tinggi dan daya simpan yang lama seperti pada pembuatan produk nugget ikan lele ini.

2. METODE

Metode pelaksanaan dari kegiatan ini meliputi : (1) melakukan observasi di lapangan yang bekerjasama dengan Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kota Balikpapan untuk melakukan pendataan dan pengumpulan data terkait potensi dan permasalahan para peserta pelatihan; (2) sosialisasi program pelatihan dengan memberikan informasi yang jelas kepada peserta pelatihan terhadap program pelatihan yang akan dilaksanakan serta pemberian materi penyuluhan tentang pembuatan nugget dari ikan lele beserta penjelasan bahan-bahan dan alat yang di butuhkan, serta cara membuatnya; (3) setelah pemberian materi penyuluhan, kemudian diadakan pelatihan membuat produk/olahan makanan dengan bahan dasar ikan lele. Adapun olahan yang akan dibuat adalah nugget. Pelatihan secara teoritis dilaksanakan di kampus Politeknik Negeri Balikpapan di ruang Restoran Tata Boga. Kegiatan praktik di laksanakan di ruang praktik (*kitchen*) Prodi Tata Boga Politeknik Negeri Balikpapan; (4) tahap terakhir

adalah pendampingan yang dilakukan dengan tujuan untuk melihat perkembangan peserta pelatihan dalam mempraktikkan dan menerapkan olahan nugget ikan lele di lingkungan masyarakat sekitar. Berikut adalah diagram alur pelaksanaan kegiatan :



Gambar 1. Diagram alur pelaksanaan kegiatan

Pada pelatihan ini mitra yang dilibatkan meliputi kelompok non produktif yaitu para ibu-ibu rumah tangga yang berada di sekitar RT 61 Graha Indah, Balikpapan Utara. Jumlah peserta pelatihan ada 20 orang ibu-ibu rumah tangga. Tim pengabdian dan pemateri yang terlibat yaitu beberapa dosen prodi Tata Boga Politeknik Negeri Balikpapan yang mengampu mata kuliah Ilmu Gizi dan Tata Boga. Pengabdian ini dilakukan selama 2 hari untuk kegiatan teori dan praktek pada tanggal 16-17 Oktober 2023 bertempat di jurusan Pariwisata Politeknik Negeri Balikpapan, kemudian dilanjutkan pendampingan pasca pelatihan Alat dan perlengkapan praktek yang dibutuhkan meliputi penggorengan, panci, pisau, dandang/kukusan, plastik kemasan, dll, yang sudah ada di dalam lab tempat praktek yang ada di jurusan Pariwisata Politeknik Balikpapan, sehingga peserta pelatihan tinggal menggunakannya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Kegiatan observasi

Kegiatan observasi ini dilakukan di lapangan yang bekerjasama dengan Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kota Balikpapan untuk melakukan pendataan dan pengumpulan data terkait potensi dan permasalahan para peserta pelatihan. Hasil observasi menunjukkan bahwa banyak sekali peserta pelatihan yang meliputi para ibu-ibu rumah tangga mengaku ingin memperoleh pendapatan walaupun hanya bekerja dari rumah sembari mengurus anak-anak mereka, tetapi mereka masih bingung ingin melakukan usaha apa dari rumah khususnya yang berhubungan dengan makanan.

3.2. Kegiatan Sosialisasi dan Pemberian Materi

Kegiatan sosialisasi dilakukan untuk memberikan informasi yang jelas kepada peserta pelatihan terhadap program pelatihan yang akan dilaksanakan. Adapun program pelatihan yang diberikan meliputi : (1) pemberian materi tentang nugget yang meliputi deskripsi dari nugget, jenis-jenis nugget, bahan-bahan dan alat yang di perlukan dalam pengolahan serta pembuatan nugget; (2) pemberian materi tentang nugget ikan lele, banyaknya populasi ikan lele yang mengakibatkan budidaya lele melimpah di Kota Balikpapan.

Walaupun budidaya ikan lele melimpah namun tidak diimbangi dengan pengolahan ikan lele yang masih sebatas dibuat lauk pauk sehingga perlu alternatif dan variasi lain guna meningkatkan harga jual produk. Dalam kegiatan ini, ikan lele akan diolah menjadi nugget guna memperpanjang masa simpannya. Daging ikan lele inilah yang akan digunakan sebagai salah satu bahan dasar dalam pembuatan nugget oleh peserta dalam pelatihan ini; (3) pemberian materi tentang pengemasan dan menghitung *food cost*. Setelah proses pembuatan nugget yang berbahan dasar ikan lele ini diharapkan para peserta pelatihan bisa sampai pada tahap pengemasan dan cara menghitung *food cost* atau harga jualnya, sehingga produk ini bisa langsung mereka terapkan saat mau membuat dan menjual produknya nanti. Selain itu, produk yang akan dipraktikkan ini telah melalui uji coba sehingga produk yang dihasilkan telah terstandar dengan mengikuti prosedur dan teknik dalam pengolahannya. Selain pemberian materi terkait olahan nugget ikan lele, diberikan pula resep acuan pembuatan nugget lele serta teknik pembuatan agar pada saat produksi hasil yang diperoleh sesuai dengan standar produk yang diinginkan.

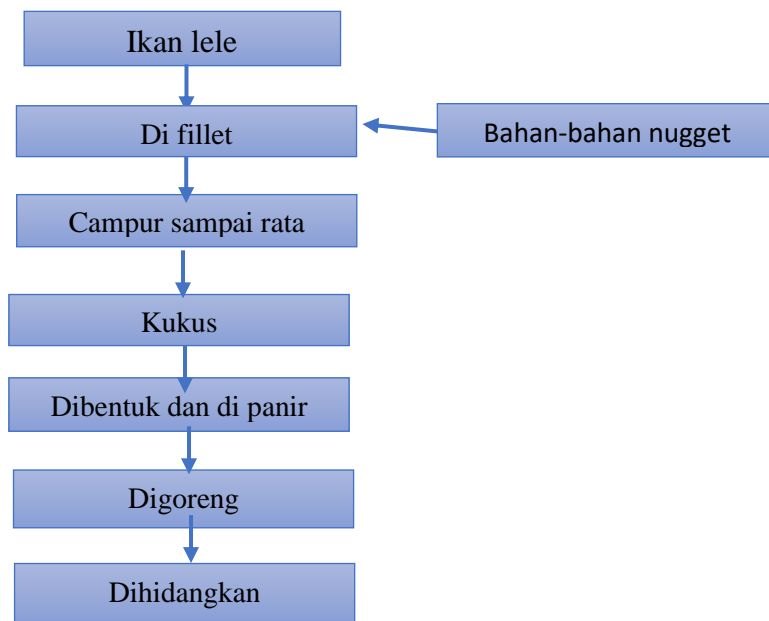


Gambar 2. Pemberian Materi kepada Peserta Pelatihan

3.3. Pelatihan Membuat Produk/Olahan Makanan Dengan Bahan Dasar Ikan Lele

Pelatihan membuat produk/olahan makanan dengan bahan dasar ikan lele terdiri dari beberapa tahap. Tahap awal sebelum ke proses pembuatan nugget adalah tahap pemisahan daging ikan lele dari duri dan kulitnya. Ikan lele segar di ambil dagingnya dengan tujuan agar mempermudah proses pengolahan. Ikan lele yang digunakan yaitu ikan lele yang masih segar dan ukurannya besar supaya didapatkan daging ikan yang lebih banyak dan gurih. Adapun tahap-tahap pembuatan nugget ikan lele ini adalah sebagai berikut.

Untuk pembuatan nugget lele ini lele harus benar-benar dihilangkan duri-durinya kemudian di haluskan atau di blender, baru setelah itu ditambahkan dengan aneka bahan yang lain, seperti: tepung terigu dan bumbu-bumbu, setelah itu dicampur hingga merata. Setelah semua bahan tercampur hingga merata adonan nugget lele kemudian di masukkan dalam loyang yang sudah diolesi dengan minyak, kemudian nugget di kukus sampai matang.



Gambar 2. Alur Pembuatan Nugget Lele

Setelah adonan nugget matang, ditunggu agak dingin kemudian baru dipotong-potong kecil, lalu adonan di balur dengan tepung panir. Nugget yang sudah di panir kemudian di goreng tapi ada juga yang di kemas dengan kemasan dengan plastik sebagai contoh saat produk nantinya mau dijual. Adapun resep dan cara pembuatan untuk membuat hidangan nugget lele adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Resep Pembuatan Nugget Lele

Bahan	Jumlah
<i>fillet</i> lele	250gram
telur	1 butir
tepung terigu	20gram
bawang putih	2 siung
bawang bombai	½ buah
garam	½ sdt
merica bubuk	½ sdt
Gula	Sck
Penyedap rasa	Sck
Bahan Pelapis	
Tepung panir	Sck
Telur	1 butir

Nugget lele ini yang pertama siapkan mangkuk, masukkan lele yang sudah di fillet dan bawang putih yang sudah dihaluskan, tepung, telur, garam, dan gula. Aduk sampai rata. Tuangkan adonan pada loyang yang sudah diolesi dengan margarin/minyak. Kukus sampai matang. Kemudian angkat dan dinginkan. Potong-potong nugget sesuai selera lalu celupkan nugget dalam putih telur dan gulingkan dalam tepung roti. Panaskan minyak dan goreng nugget sampai matang lalu angkat dan tiriskan. Alat-alat yang

digunakan pada pembuatan nugget ini antara lain blender, baskom plastik, nampan, piring, sendok, loyang, pisau, timbangan, cetakan, dandang pengukus, kompor, wajan dan freezer.

Seluruh peserta sangat antusias dalam mempraktekkan pembuatan nugget lele serta aktif dalam memberikan pertanyaan-pertanyaan mengenai bahan baku, proses pengolahan, dan teknik dalam mengolahnya, sehingga secara tidak langsung hal tersebut dapat menambah pengetahuan dan wawasan para peserta pelatihan sehingga nantinya bisa meningkatkan perekonomian dan kesejahteraan mereka. Hal tersebut sejalan dengan penyuluhan yang dilakukan di daerah Riau, menurut Mulyani, Isma (2022) pelatihan pengolahan lele dapat meningkatnya kemampuan ibu-ibu di RT 10 RW 01 Desa Kualu, Kecamatan Tambang, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau, dalam pelatihan itu juga membuat nugget ikan lele, program penyuluhan tersebut sudah berhasil untuk meningkatkan wawasan ibu-ibu dalam membuat variasi makanan berbahan dasar ikan. Hal ini juga sejalan dengan pelatihan yang dilakukan Fitriyani (2019) yang melakukan pengabdian di desa Gelang, beliau melakukan pelatihan pembuatan ikan lele menjadi nugget, dalam pelatihannya pembuatan nugget lele ini bisa meningkatkan pengonsumsi ikan lele pada anak-anak dan meningkatnya penghasilan warga dengan hasil penjualan olahan ikan lele berupa nugget.

.Dalam pelaksanaannya peserta dibagi menjadi beberapa kelompok, dimana kelompok tersebut akan praktek secara bersama-sama dengan panduan dari para pelatih/dosen. Pengelompokan ini bertujuan agar peserta lebih fokus dan lebih memperhatikan setiap langkah-langkah pembuatan agar hasilnya juga lebih efektif.



Gambar 4. Pelaksanaan Pelatihan Pembuatan Nugget Lele

3.4. Kegiatan Pendampingan

Kegiatan pendampingan dilakukan dengan tujuan untuk melihat perkembangan peserta pelatihan dalam mempraktekkan dan menerapkan olahan nugget lele di lingkungan masyarakat sekitar. Kegiatan pendampingan ini dilakukan di hari lain setelah kegiatan penyuluhan dan pelatihan. Dari hasil pendampingan yang dilakukan para peserta sudah mulai mempraktekkan pembuatan nugget lele di rumah masing-masing, mereka mengaku senang dengan adanya pelatihan pembuatan nugget lele ini, selain bisa menambah pengetahuan untuk mereka, dapat juga digunakan untuk memulai membuka pesanan pembuatan nugget lele ini, yang nantinya diharapkan dapat meningkatkan perekonomian mereka.



Gambar 5. Contoh Hasil Nugget lele Peserta Pelatihan

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah pelatihan ini sudah berhasil membantu meningkatkan pemahaman dan ketrampilan para peserta dalam pembuatan nugget dari lele dan para peserta sangat antusias dalam mengikuti pelatihan. Adanya kegiatan pelatihan ini diharapkan menjadi media bagi masyarakat dalam upaya meningkatkan perekonomian industri rumahan. Program keberlanjutan yang di rencanakan yaitu dilakukan kegiatan pendampingan secara berkelanjutan dan sistematis. Hal ini dilakukan untuk memastikan kualitas produk yang dihasilkan bagus dan layak dipasarkan. Kegiatan ini akan berjalan dalam beberapa bulan pasca pelatihan. Disamping itu, diharapkan kelompok ibu-ibu pelatihan ini dapat menjadi kelompok usaha binaan Program Studi Tata Boga Politeknik Negeri Balikpapan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini kami mengucapkan terima kasih kepada jurusan pariwisata Politeknik Negeri Balikpapan yang sudah menyediakan tempat sehingga penyuluhan ini bias berjalan dengan lancar dan sukses, ucapan terimakasih juga kami hanturkan kepada ibu-ibu peserta pelatihan yang sudah tertib dan tepat waktu dalam mengikuti pelatihan sehingga acara bias berjalan dengan lancar, serta para pelatih yang sudah berbagi ilmu kepadapara peserta pelatihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, Lincoln dan Stephanus Eri Kusuma. 2014. *Ekonomika Industri Pendekatan Struktur, Perilaku dan Kinerja*. Yogyakarta:UPP STIM YKPN.
- Ciptanto, S. 2010. *Top 10 Ikan Air Tawar-Panduan Lengkap Pembesaran Secara Organik di Kolam Air, Kolam Terpal, Karamba, dan Jala Apung*. Yogyakarta : Lily Publisher.
- Diana Evawati, 2013. *Daya Terima Konsumen Karage Diversifikasi Pengolahan Ikan Lele Dumbo (Clarias Gariepius) Dalam Rangka Peningkatan Konsumsi Protein*. *Jurnal Tata Boga-FKIP Universitas PGRI Adi Buana*. Volume IX, No. 16, April 2013.
- Fitriyani, Fenny (2019). *Pelatihan pengolahan nugget lele bagi masyarakatdesa gelang sidoarjo*. *Abadimas adi buana*. e-ISSN2622-5719, p-ISSN2622-5700 VOL. 03. NO. 1, 1 Juli 2019

- Ihsan, Akmal.2015. *Kontribusi Industri Rumahan dalam Meningkatkan Pertumbuhan Ekonomi di Kota Watampone*. Jurnal Ilmiah Al Tsarwah Program Magister Program Studi Ekonomi Syariah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bone.
- Kuncoro, M., & Widjajanto, K. (2001). Analisis Profil dan Masalah Industri Kecil dan Rumah Tangga; Studi Kasus di Kabupaten Ngawi, Jawa Timur. *Ekonomi Pembangunan*, 6(1), 33–51.
- Lingga N dan Kurniawan N. (2013). Pengaruh Pemberian Variasi Makanan terhadap Pertumbuhan Ikan Lele *Clarias gariepinus*). *Jurnal Biotropika*. 1 (3) : 114-118.
- Mulyani, Isma, dkk. 2022. Penyuluhan Pembuatan Nugget Ikan Lele Sebagai Solusi Camilan Sehat Untuk Anak Di Desa Kualu Kecamatan Tambang Kampar Provinsi Riau. *Jurnal Pengabdian Nasional Vol. 3 (1):61-69*
- Nasrudin. (2010). *Jurus Sukses Beternak Lele Sangkuariang*. Jakarta: PT Agro Media Pustaka.
- Siswanto A, Victorianus. 2009. *Studi peran perempuan dalam pengembangan usaha kecil menengah melalui teknologi informasi di kota pekalongan*. *Jurnal Dinamika Informatika*, 1(1) : 70-77.
- Justisia, W.A.,Adi, C.A. (2016). *Peningkatan Daya Terima dan Kadar Protein Nugget Substitusi Ikan Lele (Clariasbatrachus) dan Kacang Merah (Vignaangularis)*. *Jurnal Media Gizi Indonesia, Vol. 11, No. 1 hlm. 106–112*
- Tumion, F. F. 2017. Pembuatan Nugget Ikan Lele (*Clarias Sp*) Dengan Variasi Penambahan Tepung Terigu. *Jurnal Agromix Volume 8, No 1*.
- Ginting. (2015). Penggunaan Bahan Pengisi Pada Nugget. *Jurnal Agribisnis. Sumatera Utara*.