

# Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga

HARDI

Universitas Lancang Kuning  
Jln. Yos Sudarso KM 08 Rumbai Telp. (0761) 52581  
E-mail : hardi@unilak.ac.id

**Abstract:** The city of Pekanbaru as the capital of Riau province with a population of about 1 million, the population of various tribes who live in the city often spoken, with a population of 1 million more of course the need for food is high enough, the community must be careful in healthy family food shopping and nutritious. At this time the food is so mushrooming in the city of Pekanbaru the housewives must be careful in buying snacks for families specially children, every morning afternoon and afternoon the street vendors come both on foot and ride the vehicle. Judging from the frequent of children in the labuh baru subdistrict of the sub-district paying sekaki pekanbaru precisely in the beautiful peaceful self-catering often served by snacks around, fruit, bread and bakso, bakso bakar in the residential area, housewives would certainly not want to disappoint children his son in terms of the snacks that come to sell. The problems faced by the partners in this case is not yet maximal understanding in snacks / food / healthy snacks for the family, understanding for housewives Perum Damai Indah Mandiri in the village of Labuh Baru West Payung Sekaki District Pekanbaru in making snacks healthy catfish meatballs. In this community service activities there are several solutions offered to overcome the problems faced by partners such as Providing training on how to make healthy snacks produced, Lecture, Discussion or dialogue, Provide questions (Questionnaire) to participants before and after getting material from Team devotion

**Keywords:** *Improved Knowledge, Healthy Snacks, Patin Fish Meatballs*

Kota Pekanbaru sebagai ibu kota provinsi Riau dengan jumlah penduduk berkisar 1 juta, penduduk yang berbagai suku bangsa yang tinggal di kota bertuah yang sering diucapkan, dengan jumlah penduduk 1 juta lebih tentunya kebutuhan akan makanan cukup tinggi, masyarakat harus teliti dalam belanja makanan keluarga yang sehat dan bergizi.

Pada saat ini makanan yang begitu menjamur di kota pekanbaru para ibu-ibu rumah tangga harus teliti dalam membeli jajanan untuk keluarga teruma anak-anak, setiap pagi siang dan sore para penjual jajanan datang baik berjalan kaki maupun naik kendaraan.

Dilihat dari seringnya anak-anak di kelurahan labuh baru barat kecamatan payung sekaki kota pekanbaru tepatnya di perumahan damai indah mandiri sering disuguhkan jajanan yang berkeliling, buah, es roti dan bakso, bakso bakar di area perumahan, ibu-ibu diperumahan tentunya

tidak mau mengecewakan anak-anaknya dalam hal jajanan yang datang untuk menjual.

FAO mendefinisikan makanan jajanan sebagai makanan dan minuman yang disajikan dalam wadah atau sarana penjualan di pinggir jalan, tempat umum atau tempat lainnya, yang terlebih dahulu sudah dipersiapkan atau dimasak ditempat produksi, di rumah atau di tempat berjualan. Makanan jajanan dapat berupa minuman atau makanan dengan jenis, rasa, dan warna yang bervariasi dan memikat. Variasi rasa, jenis dan terutama warna yang memikat dan menarik minat anak sekolah untuk membeli makanan jajanan. Sekarang ini, jajanan menjadi sebagai kebiasaan anak sepulang sekolah. Dikutip dari buletin Info POM, kebiasaan orang tua memberikan uang jajan dan tidak menjadikan bekal adalah salah satu alasan terbentuknya kebiasaan jajan pada anak sekolah. (Riris Lindiawati

Puspitasari: Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Sains Dan Teknologi, Vol.2, No.1, Maret 2013)

Pangan dan gizi merupakan salah satu komponen yang sangat penting dalam kehidupan manusia dan pembangunan. Komponen ini memberikan kontribusi dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas sehingga mampu berperan secara optimal dalam pembangunan. Begitu penting perannya, pangan dan gizi dapat dianggap sebagai kebutuhan dan modal dasar pembangunan serta dijadikan indikator atas keberhasilan pangan.

Penganekaragaman pangan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan nilai ekonomis suatu bahan pangan. Usaha penganekaragaman pangan dapat dilakukan dengan mengembangkan hasil olahannya. Ikan patin termasuk bahan pangan yang pengolahannya sudah banyak dikembangkan. Hasil olahan ikan patin banyak digemari oleh masyarakat baik di desa maupun di kota.

Bakso merupakan salah satu produk olahan daging yang sudah lama dikenal dan sangat digemari masyarakat Indonesia khususnya di kota Pekanbaru. Umumnya bakso dibuat dari daging sapi, daging ayam dan daging ikan. Saat ini sudah banyak penelitian tentang pembuatan bakso dari bahan lain seperti dari daging ikan, daging itik, dan lain-lain. Bakso banyak dikonsumsi semua kalangan usia karena rasanya yang lezat. Selain itu, bakso juga dapat dijadikan campuran makanan olahan lain seperti capcay, roti, dan lain-lain.

Bakso merupakan produk pangan yang terbuat dari bahan utama daging yang dilumatkan, dicampur dengan bahan lain, dibentuk bulatan dan selanjutnya direbus. Seperti halnya bakso lainnya, bakso ikan juga mengalami penurunan mutu karena kadar air dan aktivitas air ( $a_w > 0,9$ ) yang tinggi sebagai media pertumbuhan bakteri bila tidak disertai dengan upaya pengawetan.

Pada penyimpanan suhu ruang, daya awet bakso ikan relatif singkat (12-24 jam).

Oleh karena itu, biasanya digunakan fasilitas pendinginan. Akan tetapi, penerapan teknik refrigerasi ini memerlukan peralatan yang mahal sehingga perlu dicari teknologi yang lebih murah, tetapi dapat memberikan daya awet yang relatif cukup lama, baik untuk penyimpanan maupun distribusinya. Alternatif lain yang dapat dilakukan untuk menghambat penurunan mutu produk bakso ikan adalah menciptakan produk bakso kering. Dengan kondisi kering, pertumbuhan bakteri dan khamir dapat dihambat selama selang waktu tertentu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui cara pembuatan bakso kering dari bahan baku ikan patin (*Pangasius* sp.) dan karakterisasi bakso yang dihasilkan (David Halomoan Hutabarat, 2008)

Ikan Patin baik untuk pembuatan bakso, karena nilai gizinya yang tinggi, sifat fisik daging yang kenyal menyerupai daging ayam dan harga relatif murah. Ikan merupakan sumber protein hewani yang banyak dikonsumsi masyarakat. Salah satu ikan yang mempunyai kandungan protein yang tinggi yang dapat dijadikan sebagai bahan baku dalam pembuatan bakso adalah ikan patin. Ikan patin selain kaya protein juga bebas dari kolesterol, dan merupakan komoditas ikan air tawar yang banyak dihasilkan di Kabupaten Kampar Provinsi Riau.

Adapun permasalahan yang dihadapi oleh mitra dalam hal ini adalah belum maksimalnya pemahaman dalam jajanan/makanan/cemilan sehat untuk keluarga, pemahaman dan peningkatan keterampilan bagi ibu-ibu rumah tangga Perumahan Damai Indah Mandiri di Kelurahan Labuh Baru Barat Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru dalam membuat jajanan sehat bakso ikan patin.

## METODE

Adapun target yang dicapai dari pengabdian ini adalah agar Kelompok Ibu Rumah Tangga Perumahan Damai Indah Mandiri RT.05 RW.15 Kel. Labuh Baru

Barat Kota Pekanbaru memiliki Pengetahuan dan kecakapan dalam jajanan sehat dan bisa membuat jajanan sehat dari ikan patin menjadi bakso ikan untuk anak dan keluarga, Hasil Pengabdian akan dipublikasikan minimal pada jurnal yang tidak terakreditasi dan maksimal pada jurnal yang terakreditasi dan akan dimasukkan dalam bahan ajar mata Kuliah Kewirausahaan, Manajemen Operasional dan Manajemen Pemasaran.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini ada beberapa tahap metode pelaksanaan yang akan dihadapi oleh tim pengabdian dan mitra antara lain: Waktu dan Tempat: waktu dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan satu kali tatap muka pada bulan Desember 2016 dan tempat pelaksanaan akan dilaksanakan di Perum Damai Indah Mandiri RT 05 RW 15 Kelurahan Labuh Baru Barat Kota Pekanbaru.

Program kegiatan: Persiapan dari tim pengabdian, Penyampaian materi yang akan disampaikan pada saat pelaksanaan, *Pre tes* dan *Pos Tes*: Kegiatan ini bertujuan untuk mengukur pengetahuan Ibu-ibu Perum Damai Indah mandiri sebelum program dilakukan dan mengetahui perubahan setelah mengikuti program ini. Pre-test dan Post-test berupa pengujian Ibu-ibu Perum Damai Indah mandiri dengan memberi kuisioner. Instrumen Pelaksanaan: Instrumen yang dibutuhkan adalah Materi pengabdian, laptop, Infocus dan bahan untuk pembuatan jajanan sehat (bakso ikan patin).

## HASIL

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Kecamatan Payung Sekaki Kelurahan Labuh Baru Barat RT 05 RW 15 Kota Pekanbaru Riau dengan mitranya kelompok Ibu-ibu Perumahan damai Indah Mandiri. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada bulan September s/d Desember 2016. Para peserta yang hadir pada waktu pelaksanaan kegiatan ini adalah kelompok Ibu-ibu Perumahan Damai Indah Mandiri di kelurahan Labuh Baru Barat Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru.

Adapun peserta ibu rumah tangga kebanyakan dari mereka hanya sebagai ibu rumah tangga dan cuma beberapa yang bekerja dikantor. Dari peserta yang kita harapkan sekitar 15 orang dari mitra kelompok pengabdian dari ibu-ibu Perumahan Damai Indah Mandiri RT.05 RW.15. Dari harapan tersebut ternyata pesertanya yang datang sebanyak 11 orang yang bisa mengikuti kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tersebut.

Dari hasil ceramah, diskusi, tanya jawab, kami dapat menyimpulkan bahwa peserta sebagian besar belum memahami makanan jajanan sehat dan bergirsi untuk anak dan juga belum begitu menguasai tentang cara membuat makanan jajanan dari ikan patin yang akan dibuat bakso, hal ini dapat dilihat dari hasil kuisioner sebelum dan sesudah mendapat pembekalan dan materi tentang pemahaman tentang jajanan sehat dan cara membuat bakso ikan patin.

Pada akhir sesi dari pengabdian masyarakat ini, para peserta pengabdian mulai memahami apa itu jajanan sehat dan bias membuat sendiri jajajn dari daging ikan patin dan dari segi harga tidak terlalu mahal. Yang perlu kami tekankan disini, bahwa dengan kemampuan skill dan keinginan yang kuat dari masyarakat khususnya ibu-ibu rumah tangga Perum damai indah mandiri, kita dapat menyakinkan bahwa meskipun pengerjaan untuk membuat jajanan memerlukan waktu yang cukup lama baru bisa dihidangkan untuk keluarga terutama anak-anak, dengan adanya tekad kuat dan kemauan untuk berubah dalam kebutuhan jajanan sehat untuk keluarga terutama gizi untuk tumbuh kembang anak akan tercukupi dengan adanya jajanan yang dibuat sendiri dai ikan patin, dan juga bahwa dipasaran harga ikan patin termasuk murah dari ikan-ikan lainnya, dari ibu-ibu mitra pengabdian dapat berkreasi dalam mengolah ikan patin menjadi jajanan sehat untuk anak dari pengabdian yang telah dilakukan.

## PEMBAHASAN

Peningkatan pengetahuan, pemahaman dan pembuatan bakso dari ikan patin bagi Kelompok ibu-ibu Perumahan Damai Indah Mandiri RT.05 RW.15 adalah merupakan bagian yang sangat penting dan harus diketahui oleh para peserta untuk menuju tercukupinya makanan jajanan sehat dan bergizi untuk anak dan keluarga yang cerdas jauh dari penyakit. Memulai untuk membuat jajanan sehat dari ikan patin diolah menjadi bakso memang sungguh luar biasa sulit, tidak hanya diperlukan modal, tetapi juga tekad, ketrampilan, pengetahuan, ketekunan, berani memulai tidak lagi membeli jajanan yang datang menjajakan di sekitar perumahan, tidak putus asa dalam pembuatan bakso dari ikan patin, pandai mengelola dan memvariasikan jajanan yang dibuat sendiri. Keterbatasan pengetahuan dan pemahaman peserta dalam peningkatan pemahaman dan pembuatan jajanan sehat dari bahan baku ikan patin yang akan diolah menjadi bakso ikan memang tidak mudah untuk dilaksanakan oleh ibu-ibu mitra pengabdian. Peningkatan pemahaman dalam membelanja jajanan untuk anak dan keluarga haruslah berhati-hati ini disebabkan bahwa sekarang tidak bisa dipungkiri banyak makanan jajanan tidak sesuai dengan standar kesehatan.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan cara menyebarkan kuisioner sebelum dan sesudah pelaksanaan pelaksanaan pengabdian. Adapun untuk mengetahui pengetahuan dan pemahaman tentang pembuatan bakso dari ikan patin, dapat dilihat dari pertanyaan yang telah dijawab, bahwa jawaban peserta sebelum dilakukan pembekalan dan yang menjawab Ya berdasarkan tabel diatas sebanyak 6 peserta dan yang menjawab belum sebanyak 5 peserta. Sedangkan setelah diadakan penjelasan tentang Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso Dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga 11 orang peserta mengerti bagaimana cara membuat jajanan yang sehat dari Ikan Patin yang diolah menjadi bakso hal tersebut yang akan meningkatkan pemahaman akan pentingnya

kesehatan kalau mengolah/membuat jajanan sendiri untuk anak dan keluarga.

Selanjutnya untuk mengetahui para peserta sudah pernah atau belum mendapatkan pengetahuan tentang bisa membuat jajanan bakso ikan patin untuk keluarga, dapat diketahui jawaban responden sebelum mendapatkan pembekalan pada kegiatan Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso Dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga bagi Ibu Rumah Tangga Perumahan Damai Indah Mandiri Di Kelurahan Labuh Baru Barat Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru bahwa ibu-ibu mitra pengabdian yang menjawab belum yaitu semua peserta. Dengan demikian sebagian besar peserta belum pernah mendapatkan pemahaman tentang membuat jajanan dari ikan patin yang diolah menjadi bakso, dan sebagian peserta mengatakan bahwa pemahaman tentang pembuatan bakso dari ikan patin untuk jajanan sehat dan bergizi bagi keluarga tersebut ini baru mereka dapatkan. Selanjutnya untuk mengetahui pemahaman tentang lebih memilih membeli makanan jajanan untuk anak atau membuatnya sendiri bahwa jawaban responden sebelum diadakan pembekalan tentang lebih memilih membeli makanan jajanan untuk anak atau membuatnya sendiri terhadap jajanan sehat dan bergizi untuk keluarga, banyak yang menjawab tidak dan belum memahaminya, akan tetapi setelah kita berikan materi seluruh peserta hampir memahaminya. Karena pemahaman tentang jajanan sehat terkadang diabaikan lebih baik mengeluarkan sedikit uang untuk membeli dari pada membuat sendiri padahal resiko dari sembarang beli jajanan akan mengakibatkan pengeluaran yang besar untuk berobat kerumah sakit..

Sebelum dimulainya penyampaian materi dan pemberian pembekalan dan tata cara membuat bakso dari ikan patin tentang Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso Dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga, kami Tim Pengabdian Masyarakat memberikan kuisioner terlebih dahulu untuk mengetahui sampai sejauh

mana para peserta memahami dan mengerti tentang jajanan sehat dan membuat bakso dari ikan patin. Setelah dievaluasi ternyata kurang dari separuh peserta pengabdian tersebut belum memahami bagaimana jajanan sehat dan membuat jajanan dari ikan patin diolah menjadi bakso. Kemudian pada tanggal 3 Desember 2016 kami melanjutkan untuk memberikan materi dan pembekalan bagaimana Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso Dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga dengan kesungguhan dan kemampuan membuat bakso dari ikan patin yang dimiliki oleh peserta pengabdian. Dilihat dari pantauan kami, memang diskusi dan tanya jawab yang kami berikan berpengaruh terhadap penerimaan materi yang kami berikan, untuk ibu-ibu peserta kegiatan Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso Dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga bagi Ibu-ibu perumahan damai indah mandiri Di Kelurahan Labuh Baru Barat Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru, cepat memahami apa yang disampaikan oleh Tim Kami.

Dalam melaksanakan kegiatan Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso Dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga mitra pengabdian cepat memahami bagaimana cara untuk membuat jajanan sehat dari ikan patin diolah menjadi bakso. Pada dasarnya para peserta antusias dalam menerima materi yang diberikan oleh Tim Pengabdian Masyarakat, kita juga maklum dengan keterbatasan kemampuan nalar yang belum terarah untuk bagaimana jajanan sehat dibuat sendiri bukan dibeli. Maka dalam memberikan pelatihan Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso Dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga bagi Ibu Rumah Perumahan damai indah mandiri Di Kelurahan Labuh Baru Barat Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru materi dan cara pembuatan Bakso dari ikan patin kita harus mengulang mengulang sampai mereka dapat memahaminya dan bisa diaplikasikan setelah berakhirnya pengabdian tersebut.

## SIMPULAN

Pada tahap awalnya sebelum pemberian pembekalan tentang kewirausahaan dan pemasaran produk pengabdian masyarakat ini diikuti sekitar 11 peserta, Kelompok ibu-ibu Perumahan Damai Indah Mandiri RT.05 RW 15. Kemudian pada tahap kedua, yang diikuti oleh seluruhnya yaitu 11 peserta, Para peserta sebelum diadakan pembekalan tentang Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso Dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga, banyak yang belum memahami arti pentingnya jajanan sehat yang dibuat sendiri untuk dapat terhindar dari sakit bagi anggota keluarga. Dan setelah dilakukan pembekalan tentang Peningkatan Pemahaman Pembuatan Bakso Dari Ikan Patin Dalam Jajanan Sehat Untuk Keluarga, mereka mulai memahami meskipun sulit untuk dapat menerapkannya, karena pemikiran para ibu-ibu dari kelompok mitra tersebut bahwa membeli lebih murah dan membuat lebih mahal.

## DAFTAR RUJUKAN

- Nuraisah, 2012, Kombinasi Jamur Tiram Putih (*Pleurotus Ostreatus*) Dengan Ikan Patin Dalam Pembuatan Bakso Ikan
- Riris Lindiawati Puspitasari, Maret 2013, Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Sains Dan Teknologi, Vol.2, No.1
- Standar Nasional Indonesia. 2006. Bakso Ikan. Dewan Standarisasi Nasional.
- Tjokrokusumo, D. 2008. Jamur tiram putih (*Pleurotus ostreatus*) untuk meningkatkan ketahanan pangan dan rehabilitas pangan. Jurnal M. Tek. Ling 4 (1) : Hal 77-92.