

UPAYA MENYUKSESKAN GERAKAN MEMASYARAKATKAN MAKAN IKAN (GEMARIKAN) MELALUI PENYULUHAN PENGOLAHAN HASIL PERIKANAN SECARA DARING

Ludivica Endang Setijorini*, Ernik Yuliana, Ida Malati Sadjati, A. Agung M. Sastrawan P.,
Adi Winata
Universitas Terbuka
vica@ecampus.ut.ac.id*

ABSTRACT

Fish is a food ingredient that contains a lot of protein, one type of essential food substance that is really needed to maintain a healthy body. Even though the protein content is high, there are still few Indonesian people who like to eat fish, so the level of fish consumption in Indonesia is still low. People who are not used to the culture of eating fish find it quite difficult to consume fish because of its fishy smell. Several efforts can be made to overcome the fishy smell of fish, including processing it into processed fish products that are popular with the public. Pondok Cabe Ilir Village, Pamulang District, South Tangerang City (Tangsel) is a village that is directly connected to the location of the Open University head office. Similar to the national scale, the level of fish consumption in rural communities is still relatively low. To make the movement to promote fish eating (Gemarikan) a success in Pondok Cabe Ilir Village, outreach activities were carried out at the Muslimatul Hidayah Taklim Council, one of the taklim assemblies in Pondok Cabe Ilir Village. This activity was carried out using the counseling method for mothers who were members of the taklim assembly, because mothers are considered to play an important role in the family so that family members like to eat fish. After the counseling, it is hoped that the women members of the Muslimatul Hidayah Taklim Council can pass on their attitudes and knowledge to other members of the community. Activities are carried out in four stages. 1) Face-to-face counseling regarding the use of online meeting facilities. 2) Knowledge outreach with material on the nutritional content of fish and the importance of eating fish (online). 3) Stage 1 fishery product processing skills training (online and video). 4) Stage 2 fishery product processing skills training (online and video).

Key words: Movement to popularize eating fish (Gemarikan), fish processing

ABSTRAK

Ikan merupakan salah satu bahan makanan yang banyak mengandung protein, salah satu jenis zat makanan esensial yang sangat dibutuhkan untuk menjaga kesehatan tubuh. Walau kandungan proteinnya tinggi, namun masyarakat Indonesia masih sedikit yang gemar makan ikan, sehingga tingkat konsumsi ikan di Indonesia masih rendah. Masyarakat yang tidak terbiasa dengan budaya makan ikan, agak sulit untuk mengonsumsi ikan karena baunya yang amis. Beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi bau amis ikan, di antaranya dengan mengolahnya menjadi hasil olahan ikan yang digemari masyarakat. Desa Pondok Cabe Ilir, Kecamatan Pamulang, Kota Tangerang Selatan (Tangsel) adalah desa yang berhubungan langsung dengan lokasi kantor pusat Universitas Terbuka. Sama dengan skala nasional, tingkat konsumsi ikan masyarakat di desa juga ini relatif masih rendah. Untuk sukskseskan gerakan memasyarakatkan makan ikan (Gemarikan) di Desa Pondok Cabe Ilir, kegiatan penyuluhan dilakukan di Majelis Taklim Muslimatul Hidayah, salah satu majelis taklim di Desa Pondok Cabe Ilir. Kegiatan tersebut dilaksanakan dengan metode penyuluhan kepada ibu-ibu anggota mejelis taklim, karena ibu-ibu dianggap memegang peranan penting di keluarga agar para anggota keluarga gemar makan ikan. Setelah penyuluhan, diharapkan ibu-ibu anggota Majelis Taklim Muslimatul Hidayah dapat menularkan sikap dan pengetahuannya kepada warga masyarakat lain. Kegiatan dilaksanakan dalam empat tahap. 1) Penyuluhan secara tatap muka tentang penggunaan fasilitas rapat secara daring. 2) Penyuluhan pengetahuan dengan materi kandungan nutrisi ikan dan pentingnya makan ikan (daring). 3) Pelatihan keterampilan pengolahan hasil perikanan tahap 1 (daring dan video). 4) Pelatihan keterampilan pengolahan hasil perikanan tahap 2 (daring dan video).

Kata kunci: Gerakan memasyarakatkan makan ikan (Gemarikan), pengolahan ikan

PENDAHULUAN

Desa Pondok Cabe Ilir, Kecamatan Pamulang, Kota Tangerang Selatan (Tangsel) adalah desa yang berhubungan langsung dengan lokasi kantor pusat Universitas Terbuka. Masyarakat di wilayah tersebut mempunyai aktivitas yang hampir sama dengan masyarakat Kota Jakarta karena wilayahnya yang berdekatan. Masyarakat di wilayah Desa Pondok Cabe ilir masih sedikit yang gemar makan ikan, tidak terbiasa dengan budaya makan ikan, sehingga tingkat mengkonsumsi ikan juga relatif masih rendah.

Mitra dalam kegiatan abdimas ini adalah salah satu majelis taklim di wilayah Desa Pondok Cabe Ilir, Kecamatan Pamulang, Tangsel, yang berada di RT 1, yaitu Majelis Taklim Muslimatul Hidayah dengan ketuanya adalah Ibu Hj. Nasroh. Jumlah warga di wilayah tersebut adalah 350 orang yang terdiri atas 100 kepala keluarga. Di wilayah tersebut terdapat kelompok-kelompok taklim yang terdiri atas kelompok ibu-ibu (Majelis Taklim), bapak-bapak, remaja, dan Tahsin. Para ibu yang tergabung dalam Majelis Taklim Muslimatul Hidayah adalah 70 orang. Majelis Taklim Muslimatul tersebut merupakan majelis taklim yang cukup aktif dalam melakukan pertemuan dan kegiatan.

Untuk menjaga kesehatan masyarakat agar tidak mudah terkena serangan penyakit adalah dengan menjaga atau meningkatkan imunitas tubuh, yang dapat dilakukan dengan banyak makan ikan. Protein ikan memberi kontribusi terbesar dalam kelompok sumber protein hewani yaitu 51,7% dibanding daging, susu, dan telur. Ikan juga mengandung Omega 3, 6, dan 9 (Laoli, 2020). Kelengkapan asam aminonya mudah dicerna dan mudah diserap oleh tubuh. Ikan juga mengandung protein, mineral, asam lemak esensial, dan vitamin yang diperlukan tubuh. Dengan berbagai keunggulan tersebut, Forum Peningkatan Konsumsi Ikan Indonesia (Forikan) mengajak masyarakat untuk terus mengonsumsi ikan. Terlebih di masa pandemi Covid-19, masyarakat disarankan mengonsumsi ikan minimal 300 gram ikan dalam seminggu untuk meningkatkan imunitas tubuh (Laoli, 2020).

Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP) juga terus mengampanyekan Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (Gemarikan) di tengah pandemi Covid-19. Gemarikan dicanangkan oleh Presiden Megawati Soekarno Putri pada 4 April 2014. Kampanye ini sebagai upaya mencegah penyebaran Covid-19, karena nutrisi pada ikan memang dibutuhkan oleh tubuh. Ikan mengandung protein tinggi, lemak omega 3, asam lemak tak jenuh, vitamin A, D, B6, dan B12, serta mineral yang semuanya baik untuk daya tahan tubuh dan menjaga imunitas tubuh (KKP, 2020).

Indonesia sebagai negara kepulauan, banyak menghasilkan tangkapan ikan yang siap dikonsumsi masyarakat. Hasil tangkapan ikan di Indonesia ada yang berasal dari perairan laut, payau (tambak), dan perairan darat (kolam, sungai, danau, waduk). Sebagian besar hasil tangkapan dijual dalam keadaan segar di pasar ikan atau pasar lainnya, dan sebagian lagi diolah menjadi produk olahan ikan. Konsumsi ikan segar banyak bermanfaat bagi kesehatan tubuh kita karena kandungan nutrisi ikan yang lengkap dan mengandung lemak tidak jenuh sehingga tidak berbahaya bagi tubuh. Konsumsi ikan juga dapat dilakukan terhadap produk-produk olahan ikan.

Namun demikian, masih sedikit masyarakat Indonesia yang gemar makan ikan, sehingga tingkat konsumsi ikan di Indonesia masih rendah (Ambari, 2017). Padahal, potensi sumber daya ikan di Indonesia selama ini dikenal sangat berlimpah. Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP) mencatat potensi sumber daya ikan saat ini sudah mencapai 9,9 juta ton. Selain itu, potensi luas lahan budi daya juga mencapai 83,6 juta hektar (Ambari, 2017). Hal tersebut terutama terjadi pada masyarakat yang tinggal jauh dari kawasan pesisir dan laut, termasuk masyarakat Kelurahan/Desa Pondok Cabe Ilir, Kecamatan Pamulang, Kota Tangsel. Masyarakat yang tidak terbiasa dengan budaya makan ikan agak sulit untuk mengonsumsi ikan dengan alasan utama baunya yang amis. Beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi bau amis ikan di antaranya adalah dengan mengolahnya menjadi hasil olahan ikan yang digemari masyarakat.

Untuk menyukseskan Gemarikan di Desa Pondok Cabe Ilir, kegiatan dilakukan di Majelis Taklim Muslimatul Hidayah, salah satu majelis taklim di Desa Pondok Cabellir. Kegiatan tersebut dilaksanakan dengan metode penyuluhan kepada ibu-ibu anggota mejelis taklim karena ibu-ibu dianggap memegang peranan penting di keluarga agar para anggota keluarga gemar makan ikan. Setelah penyuluhan, diharapkan ibu-ibu anggota majelis taklim tersebut dapat menularkan sikap dan pengetahuannya kepada warga masyarakat lain. Penyebaran sikap dan pengetahuan tersebut memerlukan beberapa tahapan yaitu 1) kesadaran, 2) tumbuhnya minat, 3) penilaian, 4) mencoba, dan 5) menerima (Yuliana & Farida, 2012). Struktur sikap yang memengaruhi pengadopsian suatu teknologi terdiri atas tiga komponen yang saling menunjang, yaitu komponen kognitif, afektif, dan konatif. Komponen kognitif merupakan representasi hal yang dipercayai oleh individu pemilik sikap. Komponen afektif merupakan perasaan yang menyangkut emosional, sedangkan komponen konatif merupakan aspek kecenderungan berperilaku tertentu sesuai sikap yang dimiliki seseorang (Azwar, 2002).

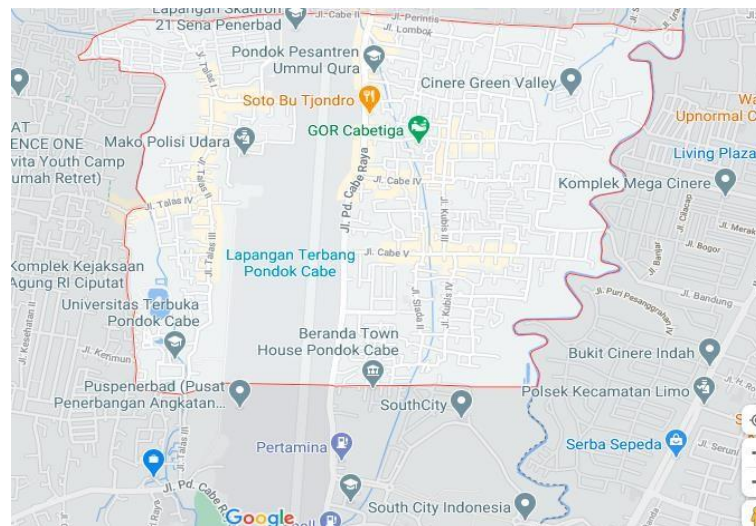
Perkembangan teknologi yang sangat cepat menyebabkan pemanfaatan media sosial di masyarakat menjadi hal yang lumrah. Keadaan ini menjadi alasan utama untuk melakukan penyuluhan secara daring. Kegiatan ini sekaligus melatih dan meningkatkan kemampuan ibu-ibu anggota majelis taklim untuk dapat menggunakan fasilitas pertemuan secara daring, karena berdasarkan informasi pendahuluan, ibu-ibu anggota majelis taklim pada umumnya sudah sering memanfaatkan media sosial tapi belum terbiasa menggunakan fasilitas rapat daring.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PKM dilakukan di Majelis Taklim Muslimatul Hidayah, Desa Pondok Cabe Ilir, Kecamatan Pamulang, Kota Tangerang Selatan (Gambar 1).

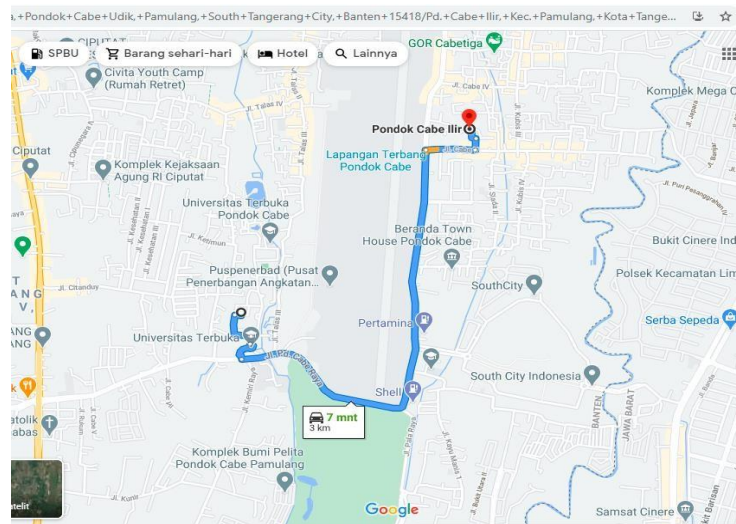
Gambar 1.

Lokasi Kegiatan di Majelis Taklim Muslimatul Hidayah, Desa Pondok Cabe Ilir, Kecamatan Pamulang, Kota Tangerang Selatan



Gambar 2.

Jarak dan Waktu Tempuh dari UT Pondok Cabe ke Desa Pondok Cabe Ilir



Pelaksanaan kegiatan PKM dilaksanakan melalui metode penyuluhan pengetahuan dan keterampilan. Penyuluhan dilakukan secara tatap muka dan daring, yang ditunjang dengan video demonstrasi. Penyuluhan pengetahuan dilaksanakan dalam lima tahap.

1. Penyuluhan penggunaan fasilitas rapat secara luring (tatap muka).
2. Penyuluhan pengetahuan dengan materi kandungan nutrisi ikan dan pentingnya makan ikan (daring).
3. Pelatihan keterampilan pengolahan hasil perikanan tahap 1 (daring dan video).
4. Pelatihan keterampilan pengolahan hasil perikanan tahap 2 (daring dan video).
5. Monitoring dan evaluasi.

Berikut ini secara rinci solusi berupa kegiatan yang dilaksanakan untuk memenuhi kebutuhan mitra.

1. Pelatihan (tatap muka) tentang keterampilan *install* dan menggunakan fasilitas rapat daring (Zoom), mengingat ibu-ibu majelis taklim belum memiliki pengetahuan dan keterampilan tentang hal tersebut. Mereka selama ini banyak menggunakan gadget hanya sebatas untuk mengirim pesan, menelepon, membuka situs berita dan youtube. Sementara memanfaatkan gadget untuk rapat daring masih merupakan sesuatu yang baru bagi mereka.
2. Penyuluhan (daring) dilengkapi dengan dialog tentang:
 - a. kandungan gizi dan nutrisi ikan,
 - b. pentingnya mengkonsumsi ikan untuk menjaga kesehatan, dan
 - c. pengolahan hasil perikanan.
3. Pelatihan (daring) tentang keterampilan pengolahan hasil perikanan. Setelah pemaparan pengetahuan tentang pengolahan hasil perikanan, anggota majelis taklim dilatih untuk mempraktikkan pengetahuan yang sudah diterima melalui pelatihan keterampilan. Untuk menunjang pelaksanaan pelatihan keterampilan dan penyuluhan pengetahuan, diperlukan video untuk demonstrasi. Materi video disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1.

Materi Pelatihan

No.	Topik	Sub-Topik
1	Kandungan nutrisi ikan dan pentingnya makan ikan	Jenis-jenis ikan Kandungan nutrisi ikan Pentingnya makan ikan
2	Pengolahan hasil perikanan	Pengolahan abon ikan Pengolahan tekwan

Setelah selesai mengikuti kegiatan PKM ini, anggota majelis taklim diharapkan sebagai berikut.

1. Mendapat keterampilan menggunakan fasilitas rapat secara daring (Zoom).
2. Mendapatkan pengetahuan dan keterampilan tentang
 - a. jenis-jenis ikan, kandungan nutrisi ikan, dan pentingnya makan ikan,
 - b. pengolahan hasil perikanan.
3. Menumbuhkan pengetahuan dan keterampilan Gemarikan.

4. Membentuk dan memelihara *networking* antara UT dengan masyarakat di Desa Pondok Cabe Ilir, Kecamatan Pamulang, Kota Tangsel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ikan memiliki nutrisi tinggi, bahkan lebih tinggi dibanding daging. Ditambah lagi, harga ikan mungkin lebih terjangkau jika dibandingkan dengan daging. Ikan termasuk dalam makanan sehat karena tinggi akan protein dan mengandung banyak omega 3 yang baik bagi tubuh. Setelah dibersihkan sisik, isi perut, dan kotorannya dengan cara dicuci, ikan dapat dimasak dengan berbagai cara seperti digoreng, direbus, ataupun dikukus. Salah satu usaha memasyarakatkan gemar makan ikan tentunya dapat dilakukan dengan selalu berusaha untuk mengolah ikan menjadi masakan yang lezat dan menggugah selera.

Kegiatan abdimas kali ini khusus memperkenalkan pembuatan hasil olahan ikan, yaitu tekwan dan abon ikan dari bahan baku utama ikan tenggiri. Materi tentang pembuatan tekwan dan abon ikan beserta video cara pembuatannya adalah sebagai berikut.

Pengembangan Video

Pengembangan video PKM untuk masyarakat khususnya para anggota majelis taklim bertujuan menyediakan materi penyuluhan yang dapat disampaikan secara *online*. Video dikembangkan oleh Tim PKM bekerja sama dengan unit Pusat Produksi Multi Media (P2M2) UT. Video PKM berisi dua materi penyuluhan, yaitu 1) pembuatan abon ikan (Gambar 3) dan 2) pembuatan tekwan (Gambar 4).

Prosedur Pembuatan Abon Ikan

Materi video tentang pembuatan abon ikan dan tekwan disajikan pada Tabel 2 dan Tabel 3.

Tabel 2.

Prosedur Pembuatan Abon Ikan

No.	Komponen	Keterangan
1	Alat	Kompas, panci untuk mengukus, wajan (penggorengan), sodet, baskom, sendok, garpu, dan pisau
2	Bahan	Ikan, santan, bumbu lengkap (bawang putih, bawangmerah, serai, daun salam, kunyit, jahe, garam, dan gula)
3	Cara pembuatan	<ol style="list-style-type: none"> Penyiangan ikan Ikan disiangi dengan cara dibersihkan sisiknya (bila ada), membuang bagian kepala, isi perut, maupun sirip ikan agar tidak memengaruhi kualitas abon. Kemudian ikan dipotong menjadi bagian dengan ukuran 4 x 3 x 3 cm dan dicuci dengan air bersih yang mengalir, untuk menghilangkan darah, lendir, maupun kotoran yang masih menempel. Perebusan ikan Ikan yang telah dipotong dan dicuci bersih direbus selama 20-40 menit agar daging ikan menjadi lunak dan mudah dihancurkan, kemudian daging ikan ditiriskan dalam wadah khusus agar air rebusannya cepat hilang. Penghancuran ikan Pada tahap ini, tulang, kulit, dan sisik ikan dibuang pada saat ikan masih

No.	Komponen	Keterangan
		dalam keadaan panas, agar pembuangan lebih mudah. Daging ikan kemudian dicabik-cabik dan diremas dengan tangan hingga terbentuk serat daging yang halus dan berukuran seragam.
	d. Pembuatan bumbu	Sebagai bumbu dasar dapat digunakan komposisi bumbu bawang merah, bawang putih, ketumbar, garam, asam, gula, sereh, dan santan.
	e. Penggorengan	Selanjutnya daging ikan yang telah dihancurkan dimasukkan ke dalam penggorengan sedikit demi sedikit bersama bumbu sambil diaduk-aduk hingga rata. Setelah agak kering, tambahkan sedikit minyak goreng sambil terus diaduk. Tahap penggorengan dianggap selesai bila abon benar-benar telah kering dan bila dipegang terasa remah.
	f. Pengepakan	Setelah penggorengan selesai, abon dibiarkan beberapa saat di tempat terbuka dan berangin hingga dingin. Abon kemudian dimasukkan ke dalam kantong plastik dengan takaran sesuai dengan kebutuhan. Abon siap untuk dipasarkan atau dikonsumsi sendiri.

Tabel 3.
Prosedur Pembuatan Tekwan

No.	Komponen	Keterangan
1	Alat	Blender, panci, penggorengan, telenan, baskom, sendok besar, sendok sayur, dan saringan
2	Bahan	Ikan tenggiri, garam, air es, telur ayam, dan tepung sagu (tani). Kuah: Bawang merah, bawang putih, udang besar buang kepalanya dihaluskan, garam, air bersih, merica bubuk, dan cuka empek-empek. Pelengkap: Potongan daun seledri dan bawang daun, irisan jamur kuping, irisan bengkuang panjang menyerupai batang korek api, bawang goreng, dan bunga sedap malam kering.
3	Cara pembuatan	<ul style="list-style-type: none"> Membuat adonan tekwan dengan mencampurkan 500 g ikan, garam 1 sendok makan dan 1 butir telur. Lalu campurkan dengan 200 ml air es, aduk sampai merata. Ditambahkan sagu 300 g, aduk lagi sampai merata. Membentuk adonan tekwan menjadi bulat-bulat kecil dengan menggunakan sendok atau bisa dengan menggunakan tangan. Sebelumnya tangan ditaburi duludengan sagu. Memasukkan adonan yang sudah dibentuk ke dalam airmendidih. Bulatan tekwan ditunggu menjadi mengambang selama 5 menit, lalu diangkat dan ditiriskan.

Gambar 3 dan 4 di bawah adalah video pembuatan abon ikan dan tekwan yang diunggah di YouTube. Pengunggahan video tersebut ke kanal YouTube UT diharapkan dapat memperluas daya jangkau materi penyuluhan kepada masyarakat dan sekaligus lebih mengenalkan UT ke

masyarakat. Saat ini video I tentang pembuatan abon ikan telah ditonton masyarakat sebanyak 562 kali dan video II tentang pembuatan tekwan telah ditonton masyarakat sebanyak 375 kali. Kedua video tersebut menjadi salah satu materi penyuluhan secara daring kepada ibu-ibu anggota Majelis Taklim Muslimatul Hidayah.

Pelatihan Pemanfaatan Media Daring

Sebelum dilaksanakan penyuluhan secara daring, Tim PKM melakukan pelatihan (dengan pertemuan tatap muka) tentang pemanfaatan *Zoom Meeting* sebagai media penyuluhan secara daring. Aplikasi *Zoom Meeting* merupakan *platform* yang menyediakan layanan *teleconference* sehingga kita dapat melakukan pertemuan di ruang virtual yang memiliki suasana hampir sama dengan pertemuan tatap muka. Manfaat aplikasi *Zoom* bagi majelis taklim sangat besar, terutama untuk mengoptimalkan pemanfaatan gadget untuk kegiatan pelatihan dan penyuluhan lainnya.

Gambar 3.

Video Pembuatan Abon Ikan yang Diunggah ke YouTube



Link youtube:

[Pembuatan Abon Ikan - Pengabdian kepada Masyarakat \(PKM\) Fakultas Sains dan Teknologi UT tahun 2021 - YouTube](#)

Gambar 4.

Video Pembuatan Tekwan yang Diunggah ke YouTube



Link youtube: [Meningkatkan Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan Secara Daring - YouTube](#)

Pelatihan dilakukan di Ruang Majelis Taklim Muslimatul Hidayah Pondok Cabe Ilir (Gambar 5), dihadiri oleh 23 orang anggota majelis taklim dan Ketua Majelis Taklim, Ibu Hj. Nasroh. Tujuan dari pelatihan ini adalah mengenalkan dan melatih ibu-ibu anggota majelis taklim tentang media penyuluhan daring, yaitu *Zoom*. Setelah ibu-ibu mengenal *Zoom* dan telah memasang aplikasinya di *gadget* masing-masing, penyuluhan secara daring siap dilaksanakan. Semua peserta pelatihan *Zoom* menggunakan *gadget handphone* (HP) sebagai media penyuluhan *online*.

Latar belakang sebagian besar peserta pelatihan adalah Ibu Rumah Tangga yang berusia 30 tahun ke atas. Peserta pelatihan sangat antusias mengikuti materi pelatihan sampai mereka dapat meng-install aplikasi *Zoom* di HP masing-masing.

Gambar 5.

Pelatihan Cara Meng-*install* Aplikasi *Zoom* di HP



Gambar 6.

Penyuluhan Pemanfaatan *Zoom Meeting* sebagai Media Penyuluhan Daring



Penyuluhan PKM Secara Daring

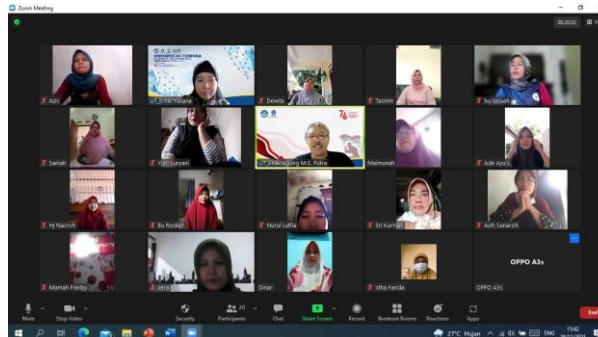
Kegiatan inti dari PKM ini adalah penyuluhan secara daring kepada peserta majelis taklim tentang topik utama yaitu meningkatkan upaya gerakan memasyarakatkan makan ikan (Gemarikan) melalui penyuluhan pengolahan hasil perikanan secara daring. Teknik komunikasi dari penyuluhan ini adalah dua arah. Meskipun dilaksanakan secara daring, tetap tidak mengurangi nilai penyuluhan yang disampaikan.

Menurut Romli *et al.* (2021), ada banyak keuntungan jika komunikasi dilakukan duaarah, di antaranya sebagai berikut.

1. Adanya interaksi antara pemateri dan peserta penyuluhan. Hal ini penting agar penyuluhan tidak terkesan kaku, sehingga dapat memberikan rasa nyaman bagi kedua belah pihak.
2. Pesan yang diterima menjadi lebih jelas bagi peserta.
3. Memunculkan kekeluargaan dan keakraban.
4. Menghindari kesalahpahaman.

Gambar 7.

Penyuluhan Daring PKM “Upaya Meningkatkan Gemarikan”



Hasil *Post Test*

Pos test dilakukan untuk mengukur penguasaan peserta terhadap materi penyuluhan setelah

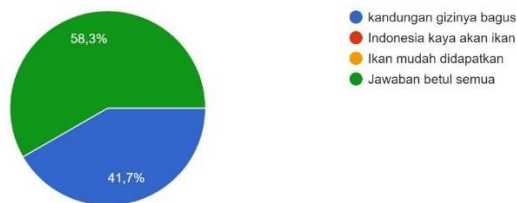
mengikuti penyuluhan secara daring.

1. Pengetahuan peserta tentang kandungan nutrisi ikan

Pengetahuan peserta tentang kandungan nutrisi ikan dan sumber daya ikan di Indonesia adalah baik, terbukti dengan jawaban *post test* yaitu 58,3% menjawab benar tentang kandungan gizi ikan dan sumber daya ikan. Hal ini menunjukkan bahwa materi penyuluhan dapat diterima dengan baik oleh peserta.

Gambar 8.
Hasil Post Test

1. Kita harus banyak makan ikan karena:
24 jawaban

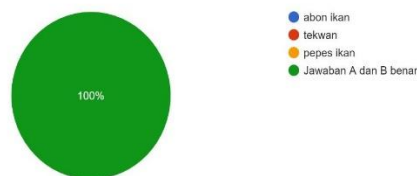


2. Topik pelatihan

Topik pelatihan juga diingat dengan baik oleh peserta. Semua peserta (100%) menjawab dengan benar bahwa topik pelatihan adalah pembuatan abon ikan dan tekwan.

Gambar 9.
Hasil Post Test

2. Pengolahan ikan yang tadi ditayangkan di video adalah
24 jawaban

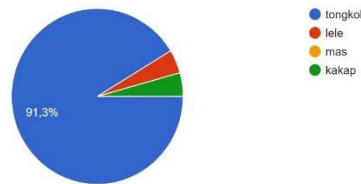


3. Bahan baku pembuatan abon ikan

Sebagian besar peserta pelatihan (91,3%) memahami dengan baik bahwa bahan bakuyang sering digunakan adalah ikan tongkol, meskipun dapat diganti dengan jenis ikan lainnya. Hal ini menunjukkan materi tentang bahan baku pembuatan abon ikan dapat diterima dengan baik oleh peserta pelatihan.

Gambar 10.
Hasil Post Test

3. Ikan yg sering digunakan untuk abon ikan adalah ...
23 jawaban

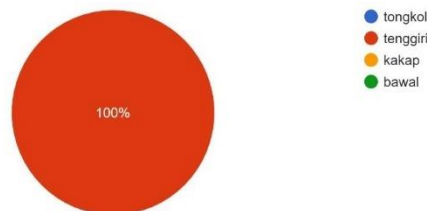


4. Bahan baku pembuatan tekwan

Seluruh peserta (100%) memahami bahwa bahan baku pembuatan tekwan adalah ikan tenggiri, meskipun dapat diganti ikan jenis lainnya. Hal ini menunjukkan materi tentang bahan baku pembuatan tekwan diterima dengan baik oleh peserta pelatihan.

Gambar 11.
Hasil Post Test

4. Bahan dasar tekwan biasanya menggunakan ikan ...
24 jawaban

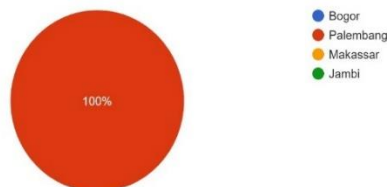


5. Asal mula tekwan

Materi tentang asal mula olahan ikan 'tekwan' juga mampu diingat dengan baik oleh peserta pelatihan. Seluruh peserta pelatihan (100%) menjawab bahwa tekwan berasal dari Palembang.

Gambar 12.
Hasil Post Test

5. Tekwan adalah olahan ikan yang berasal dari ...
24 jawaban



Berdasarkan hasil *post test*, sebagian besar atau hampir semua peserta penyuluhan telah mengerti dan memahami materi penyuluhan. Dengan demikian media daring dapat dijadikan media penyuluhan kepada masyarakat tanpa mengurangi kualitas substansi/materi yang disampaikan.

SIMPULAN

Cara menjaga kesehatan adalah dengan menjaga atau meningkatkan imunitas tubuh, yang dapat dilakukan antara lain dengan banyak makan ikan, sebagai salah satu bahan makanan yang mengandung protein tinggi. Banyak masyarakat yang belum terbiasa mengonsumsi ikan karena baunya yang amis, Untuk menyukseskan gerakan memasyarakatkan makan ikan (Gemarikan) di Desa Pondok Cabe Ilir, dilakukan kegiatan penyuluhan kepada ibu-ibu anggota Majelis Taklim Muslimatul Hidayah. Kegiatan dilaksanakan dalam empat tahap. 1) Penyuluhan secara tatap muka tentang penggunaan fasilitas rapat secara daring. 2) Penyuluhan pengetahuan tentang kandungan nutrisi ikan dan pentingnya makan ikan (daring). 3) Pelatihan keterampilan pengolahan hasil perikanan berupa pembuatan abon ikan (daring dan video). 4) Pelatihan keterampilan pengolahan hasil perikanan berupa pembuatan tekwan (daring dan video).

Hasil *post test* yang dilakukan setelah kegiatan penyuluhan untuk mengetahui tingkat penguasaan peserta penyuluhan menunjukkan bahwa materi penyuluhan dan pelatihan dalam menyukseskan Gemarikan dapat diterima dan diikuti oleh peserta dengan baik. Setelah penyuluhan, diharapkan ibu-ibu anggota Majelis Taklim Muslimatul Hidayah di Desa Pondok Cabe Ilir Tangsel dapat menularkan sikap dan pengetahuannya kepada warga masyarakat lain.

REFERENSI

- Ambari, M. (2017). *Indonesia kaya ikan, tapi warganya rendah konsumsi ikan. Kenapa?* <https://www.mongabay.co.id/2017/04/11/indonesia-kaya-ikan-tapi-warganya-rendah-konsumsi-ikan-kenapa/> (Diakses 14-3-2021).
- Azwar, S. (2002). *Sikap manusia teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- KKP. (2020). *Tingkatkan imunitas dengan konsumsi ikan di tengah Covid-19*. <https://kkp.go.id/artikel/18130-tingkatkan-imunitas-dengan-konsumsi-ikan-di-tengah-covid-i9> (Diakses 14-3-2021).
- Laoli, N. (2020). *Kandungan gizinya lengkap, masyarakat diajak tingkatkan konsumsi ikansaat pandemi*. <https://industri.kontan.co.id/news/kandungan-gizinya-lengkap-masyarakat-diajak-tingkatkan-konsumsi-ikan-saat-pandemi> (Diakses 14-3-2021).
- Romli, N.A., Safitri, D., Nurpratiwi, S., dan Rosdiani, K. (2021). Pelatihan zoom meeting untuk pemberdayaan komunitas majelis taklim digital. *Jurnal Ikraith-Abdimas* 3 (4):163-171.
- Yuliana, E. dan Farida, I. (2012). Sikap pengolah dalam menentukan produk ikan asin. *Jurnal Pengolahan Hasil Perikanan Indonesia* 15(1):1-8.

