

**PEMBERDAYAAN IBU - IBU PKK DESA SARDONOHARJO  
DENGAN PELATIHAN MANAJEMEN BISNIS *FROZEN FISH FOOD***

**Teti Anggita Safitri<sup>1\*</sup>, Nor Eka Noviani<sup>2</sup>, Muhammad Rifandi<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>*Universitas Aisyiyah Yogyakarta*

<sup>\*</sup>*tetianggita@unisayogya.ac.id*

**ABSTRAK**

Program kemitraan masyarakat dilaksanakan dengan mitra yaitu ibu – ibu rumah tangga desa SardonoHarjo Ngaglik Sleman. Pengabdian ini ditujukan untuk membantu mitra dalam memecahkan permasalahan yang dimiliki yaitu: (1) Belum adanya sosialisasi mengenai Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN) di desa SardonoHarjo Ngaglik Sleman, sehingga ibu-ibu rumah tangga tidak mengetahui mengenai peningkatan kualitas makanan yang dikonsumsi dari produk ikan. (2) Belum adanya pelatihan pembuatan frozen fish food bagi ibu-ibu rumah tangga desa SardonoHarjo Ngaglik Sleman sebagai solusi terbaik untuk memperkenalkan produk olahan ikan di masyarakat.

Solusi yang ditawarkan adalah pemberdayaan ibu – ibu rumah tangga dengan pelatihan usaha frozen fish food sehingga diharapkan dapat membuat produk olahan berbahan dasar ikan dan untuk dikonsumsi dan dapat dipasarkan, sehingga selain dapat meningkatkan kualitas protein dalam rumah tangga juga dapat meningkatkan pendapatan masyarakat.

Metode dari program kemitraan masyarakat adalah pemberdayaan ibu-ibu rumah tangga di desa SardonoHarjo Ngaglik Sleman berupa sosialisasi dan pelatihan pembuatan frozen fish food serta bagaimana menjalankan bisnis frozen fish food. Program kemitraan masyarakat ini ditujukan kepada ibu-ibu PKK di desa SardonoHarjo Ngaglik Sleman.

Hasil program kemitraan masyarakat bagi ibu-ibu PKK desa SardonoHarjo berjalan dengan baik, dengan adanya program ini memberikan pengetahuan mengenai GEMARIKAN sebagai Gerakan yang Memasyarakatkan Makan Ikan penting bagi peningkatan kualitas makanan bagi anggota keluarga, memberikan pengetahuan cara mengolah ikan menjadi frozen fish food dan memberikan pengetahuan terkait manajemen bisnis frozen fish food.

Kata kunci : Gemarikan, Manajemen, Bisnis, Frozen Fish Food

**ABSTRACT**

*The community partnership program is carried out with partners namely housewives in the village of SardonoHarjo Ngaglik Sleman. This service is intended to help partners in solving their problems, namely: (1) There has been no socialization about the Movement to Promote Fish Eating (GEMARIKAN) in the village of SardonoHarjo Ngaglik Sleman, so that housewives do not know about improving the quality of food consumed from fish products . (2) There is no training on making frozen fish food for housewives in the village of SardonoHarjo Ngaglik Sleman as the best solution for introducing processed fish products in the community.*

*The solution offered is empowering housewives by training in frozen fish food business so that it is expected to be able to make processed products based on fish and for consumption and can be marketed, so that in addition to improving the quality of protein in the household, it can also increase community income.*

*The method of the community partnership program is empowering housewives in the village of SardonoHarjo Ngaglik Sleman in the form of socialization and training in making frozen fish food and how to run a frozen fish food business. This community partnership program is aimed at PKK mothers in the village of SardonoHarjo Ngaglik Sleman.*

*The results of the community partnership program for PKK mothers in Sardonoarjo village went well, with this program providing knowledge about GEMARIKAN as a Movement to Promote Fish Eating important for improving the quality of food for family members, providing knowledge on how to process fish into frozen fish food and providing knowledge related to frozen fish food business management.*

*Keywords : Gemarikan, Management, Business, Frozen Fish Food*

## **PENDAHULUAN**

### **A. Analisa Situasi**

Dewasa ini, Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP) mencanangkan Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN) guna membangun kesadaran gizi individu maupun kolektif masyarakat agar gemar mengonsumsi ikan. Dalam instruksi Presiden Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), ada amanat yang ditujukan untuk menteri kelautan dalam meningkatkan dan memperluas pelaksanaan gerakan memasyarakatkan makan ikan serta mengawasi mutu dan keamanan hasil perikanan. Ikan merupakan sumber pangan hewani dan merupakan produk strategis. Dibanding sumber protein hewani lainnya, ikan memiliki keunggulan dan diterima di semua agama. Potensi produksinya sangat besar dan secara ekonomi kandungan kearifan lokal sangat tinggi. Ikan juga memiliki harga lebih murah dibanding harga protein hewani lainnya (Zaini, 2015).

Ikan tersusun atas asam amino esensial yang lengkap. Kandungan asam amino lysine memiliki daya cerna yang tinggi. Kandungan asam lemak omega 3 meliputi Docosahexaenoic Acid (DHA) dan Eicosapentaenoic Acid (EPA) tinggi. Kandungan High-density lipoproteins (HDL) tinggi dan baik bagi kesehatan jantung. Kandungan vitamin larut lemak (vitamin A dan D) cenderung stabil. Selain itu, kandungan mineral seperti iodium, selenium, phosphor, besi, kalsium dan zink sangat penting dalam pengaturan aktivitas metabolisme tubuh dan antioksidan (Zaini, 2015).

Direktur Jenderal Penguatan Daya Saing Produk Kelautan dan Perikanan menyatakan bahwa ikan sebagai sumber protein sangat relevan untuk mendukung program prioritas pemerintah dalam rangka meningkatkan kualitas hidup masyarakat Indonesia dan meningkatkan kemandirian ekonomi berbasis pada kelautan dan perikanan. Indonesia memiliki potensi sumberdaya ikan sebesar 9,9 juta ton dan potensi luas lahan budidaya 83,6 juta hektar yang dapat dioptimalkan untuk mendorong perluasan dan kesempatan kerja. Selain itu, dalam hal potensi pangan, ikan dapat meningkatkan ketersediaan dan konsumsi sumber protein bagi masyarakat. Jika konsumsi ikan nasional meningkat, ini dapat menjadi penghela industri

perikanan nasional. Ini juga dapat meningkatkan produktivitas masyarakat dan mewujudkan kemandirian ekonomi untuk mendukung percepatan pembangunan industri perikanan nasional.

Pergerakan masyarakat makan ikan juga telah menjadi perhatian Presiden Republik Indonesia. Kuis yang sering dibuat presiden dengan menanyakan nama-nama ikan adalah salah satu bentuk edukasi dan kampanye menggerakkan masyarakat mengkonsumsi ikan. Cara ini dilakukan Presiden untuk mulai mengingatkan masyarakat Indonesia terutama anak-anak bahwa 70% Indonesia ini adalah laut, dan di situ sebenarnya gudang protein yang paling besar. Hal yang disayangkan yaitu Indonesia masih mengimpor sapi dari luar ketika Indonesia memiliki ikan yang berlimpah sebagai sumber protein.

Menurut Direktur Jenderal (Dirjen) Penguatan Daya Saing Produk Kelautan dan Perikanan (PSDKP) Nilanto Perbowo, Indonesia sekarang mengimpor 1,73 juta ekor sapi per tahun. Pada 2019 Indonesia membutuhkan 4 juta ekor sapi untuk memenuhi kebutuhan konsumsi protein. Untuk bisa memenuhi 4 juta ekor sapi per tahun, Indonesia harus mempunyai indukan sebesar 20 juta indukan. Sementara, kondisi sekarang hanya memiliki 12 juta sehingga perlu impor sebanyak 8 juta ekor sapi. Satu ekor sapi membutuhkan 2 hektar tanah sehingga akan terjadi deforestasi. Oleh karena itu ikan menjadi kebutuhan yang sangat penting. Dalam skenario 100 tahun Indonesia pada 2045, Presiden mencanangkan Indonesia bisa unggul dalam persaingan dunia, termasuk di bidang industrialisasi bidang jasa. Targetnya, tahun 2045, pendapatan per kapita Indonesia dapat menyamai negara maju. Indonesia menargetkan konsumsi ikan tahun 2019 sebesar 54 kg per kapita. Konsumsi ikan di seluruh daerah di Indonesia terutama di Pulau Jawa perlu ditingkatkan. Konsumsi ikan di Pulau Jawa masih dibawah 32 kg per kapita. Sementara, Konsumsi di Sumatera dan Kalimantan berjumlah antara 32 sampai 43 kg per kapita per tahun. Di Indonesia Bagian Timur 40 kg per tahun.

Menurut Sekretaris Jenderal Kementerian Kelautan dan Perikanan, salah satu cara yang dapat ditempuh untuk meningkatkan konsumsi ikan adalah dengan merangkul ibu-ibu rumah tangga. Ibu rumah tangga memegang peranan penting dalam memilih dan mengolah bahan makanan yang akan disajikan sebagai bahan santapan keluarga. Ibu-ibu rumah tangga dapat mengupayakan secara aktif dan cerdas dalam mengkreasikan makanan berbahan ikan. Bentuk kreasi perlu ditingkatkan di Pulau Jawa yang konsumsi ikannya paling rendah.

Ketersediaan ikan konsumsi di Kabupaten Sleman mencapai 32,99 juta per kapita per tahun. Data tersebut berasal dari Pemerintah Kabupaten Sleman selama tahun 2017. Berdasarkan data Februari 2018, tingkat produksi ikan untuk konsumsi di Sleman cukup tinggi sekitar 49 ribu ton. Akan tetapi, tingkat konsumsikan ikan masih sangat rendah dibanding standar nasional. Secara nasional, rata-rata konsumsi ikan per kapita pertahun adalah 50 kg, tetapi di Sleman hanya sekitar 27 kg per kapita pertahun atau hanya separuhnya. Alasan masih

rendahnya konsumsi ikan karena ikan yang tersedia tidak dikonsumsi, namun dijual ke luar daerah. Untuk meningkatkan konsumsi ikan, program GEMARIKAN perlu ditingkatkan dalam inovasi (Sindonews.com, 2018).

Situasi menunjukkan masih rendahnya minat makan ikan karena pola keluarga di Pulau Jawa, tidak dibiasakan mengolah menu masakan ikan. Hal ini sangat berbeda dengan masyarakat di luar Pulau Jawa. Masyarakat di Jawa lebih mengenal mengonsumsi ayam daripada ikan. Berbagai olahan ayam tidak diragukan lagi menjadi produk makanan yang selalu tersaji di meja makan, mulai dari goreng, bacem, bakar, pepes, maupun rica - rica bisa dilakukan para ibu-ibu rumah tangga di Pulau Jawa selama produk tersebut adalah ayam. Berbeda dengan ikan, para ibu-ibu rumah tangga di Pulau Jawa tidak dapat mengolah ikan dengan baik karena tidak terbiasa memakannya. Kemampuan memasak ikan pun terbatas dan kurang bervariasi. Oleh karena itu, perlu upaya mengenalkan produk olahan ikan dengan inovasi berbeda. Inovasi frozen fish food menjadi pilihan karena frozen fish food mudah dikonsumsi bagi anak – anak, praktis dan tidak berbau amis sehingga lebih menarik bagi masyarakat yang tidak terbiasa makan ikan. Bahkan proses pembekuan masih menjadi favorit dari para pelaku industri perikanan untuk mempertahankan kualitas ikan (Becker, 2016). Pembuatan makanan ikan beku akan memberikan sensasi kesegaran. Pengolahan yang tepat akan meningkatkan nilai organoleptik bahan seperti warna, rasa dan bau serta kepadatan.

Pembuatan makanan beku bagi ikan akan meningkatkan daya simpan. Penyebabnya, ikan merupakan bahan pangan yang mudah rusak (membusuk) karena kandungan air dalam tubuh ikan tinggi, yakni sekitar 80% dan pH tubuh ikan mendekati netral. Oleh karena itu, teknologi frozen fish food merupakan suatu langkah mencegah kerusakan ikan dari aktivitas zat-zat dan mikroorganisme perusak dan enzim (Muthiati, 2015).

Peningkatan nilai produk menjadi makanan olahan akan memiliki daya saing lebih tinggi di pasaran. Pembekuan ikan berarti menyiapkan ikan untuk disimpan di dalam suhu rendah (cold storage). Pembekuan ikan harus dilakukan menurut cara tertentu untuk mencegah kerusakan ikan. Pembuatan frozen fish food akan meningkatkan ketahanan pangan dan gizi. Arti secara strategis adalah berkaitan dengan ketahanan sosial, stabilitas ekonomi, dan kemandirian di dalam keluarga (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Program pengembangan frozen fish food juga merupakan bentuk dukungan institusi akademis terhadap program kerja pemerintah, khususnya Kementerian Kelautan dan Perikanan. Inovasi pembuatan frozen fish food juga merupakan kegiatan strategis termasuk dalam pendekatan penyediaan, pendekatan perminatan dan pendekatan kelembagaan (Zaini, 2015).

Pemberdayaan perempuan juga merupakan isu penting dalam meningkatkan nilai ekonomi. Pemberdayaan pada ibu rumah tangga merupakan suatu langkah edukatif dalam meningkatkan stabilitas ketahanan keluarga. Peran perempuan dalam menjaga ketahanan pangan keluarga termasuk mengatur ekonomi keluarga serta kreatifitas perempuan dalam melakukan diversifikasi pangan. Potensi ibu rumah tangga dengan jumlah yang besar dapat membantu para kepala rumah tangga, menopang kebutuhan inti dan tambahan dalam rumah tangga (Sugiyanti, Yani; Munandar, 2017).

## **B. Permasalahan Mitra**

Pengabdian ini bekerjasama dengan mitra pertama yaitu ibu-ibu PKK Desa Sardonoarjo Ngaglik Sleman. Adapun permasalahan yang dialami mitra adalah : 1). Tingkat konsumsi ikan di Desa Sardonoarjo masih rendah. Promosi peningkatan konsumsi ikan melalui penguatan komunikasi, informasi dan edukasi belum berjalan. Belum adanya sosialisasi mengenai GEMARIKAN (Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan) di desa – desa, sehingga ibu-ibu PKK tidak mengetahui mengenai peningkatan kualitas makanan yang dikonsumsi dari produk ikan. Kondisi rendahnya konsumsi ikan karena ikan yang diproduksi tidak dikonsumsi melainkan dijual ke daerah lain; 2). Ikan merupakan bahan pangan hewani yang cepat membusuk. Untuk meningkatkan daya simpan, diperlukan inovasi baru dengan cara pembekuan. Adanya pelatihan pembuatan *frozen fish food* bagi ibu-ibu PKK di desa Sardonoarjo Ngaglik Sleman sebagai solusi terbaik untuk memperkenalkan produk olahan ikan di masyarakat; 3). Pembuatan *frozen fish food* juga akan meningkatkan pendapatan rumah tangga dan meningkatkan akses pangan. Pemberdayaan kaum perempuan di bidang ekonomi, terutama ibu rumah tangga akan banyak memberikan manfaat. Selama ini, perempuan sebagai ibu rumah tangga di Desa Sardonoarjo tidak memiliki aktivitas ekonomi. Mereka banyak menghabiskan waktu dengan melakukan pekerjaan rumah tangga tiada henti dan mengasuh anak di rumah. Teknologi ini juga sebagai bentuk diversifikasi produk hasil perikanan bernilai tambah; 4). Belum ada sosialisasi tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) yang merupakan salah satu program pemerintah dalam menurunkan angka penyakit kronis. Sosialisasi Germas juga melibatkan keilmuan gizi terutama produk dan pengolahan ikan dalam meningkatkan nilai gizi dan daya saing produk.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pada Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini, yang menjadi narasumber adalah peneliti sebagai dosen aktif di Program Studi Manajemen selaku ketua pengusul, dengan anggota pengusul yaitu dosen aktif Program Studi Gizi dan dosen aktif Program Studi

Akuntansi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta serta praktisi yang memahami cara pengolahan ikan dengan baik.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan koordinasi dengan ibu-ibu PKK Desa Sardonoarjo, Ngaglik Sleman. Adapun susunan pelatihan adalah sebagai berikut: 1). Pelatihan dimulai dengan melakukan sosialisasi. Kegiatan penyuluhan dan pelatihan bersifat "persuatif-edukatif" untuk memberikan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan dalam membuat produk olahan frozen fish food. Metodenya dengan ceramah, diskusi, demonstrasi dan pelatihan; 3). Setelah melakukan praktek pelatihan membuat *frozen fish food*, mulai dari pemilihan jenis ikan yang akan digunakan, cara membersihkan ikan, memisahkan daging dengan duri serta membuat adonan yang akan dijadikan produk. Selain produk tersebut, pembuatan sambal menjadi pelengkap agar memiliki nilai jual, kreasi dan daya saing yang lebih tinggi. 4). Prinsip-prinsip dasar yang penting dalam pembuatan produk *frozen fish food* adalah pemahaman pada struktur jaringan dan protein ikan, proses dan pembentukan produk olahan ikan. Dalam proses pembuatan produk olahan ikan terjadi proses pelumatan, penggaraman, pembentukan dan pemanasan. Sementara faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan gel adalah pemilihan bahan baku, konsentrasi garam, derajat keasaman dan suhu; 5). Seluruh bahan dan alat untuk membuat *frozen fish food* telah disiapkan sebelumnya oleh panitia. Bahan tersebut meliputi bahan baku dan bahan pendukung. Pada dasarnya semua jenis ikan dapat diolah dan pemilihan berasal dari jenis ikan yang memenuhi syarat produk yang dihasilkan yaitu warna harus putih, bersih, tanpa ada kotoran dan tidak tercampur dengan warna lain. Diantaranya dapat dipilih jenis ikan yang belum banyak dimanfaatkan, harganya murah, berdaging tebal, tidak banyak berduri dan warna daging ikan putih seperti ikan tenggiri, ikan cucut dan ikan tuna. Bahan pendukung seperti tepung tapioka, sagu, telur, margarine, tepung maizena dan bumbu. Kegiatan ini berupa pemberdayaan terhadap kaum ibu rumah tangga agar dapat mengkreasi produk ikan dengan nilai ekonomi yang lebih tinggi. 6). Pembuatan *frozen fish food* pertama kali dimulai dengan pembuatan fillet ikan. Peserta akan dilatih cara membuang isi perut, pencucian, posisi ikan hingga cara pemotongan atau penyayatan. Proses selanjutnya adalah penggilingan. Filet yang telah bersih dilumatkan dengan food processor. Daging lumat tersebut digiling dengan garam dan bumbu hingga rata kemudian ditambahkan tepung tapioka hingga diperoleh adonan yang homogen. Pada saat pembentukan adonan, ditambahkan air es. Tahap selanjutnya adalah pencetakan. Adonan yang telah ada dapat dicetak sesuai dengan masing-masing jenis *frozen fish food* seperti siomay, nugget, bakso, kaki naga atau sosis. Selanjutnya adalah pengukusan atau perubahan suhu tertentu hingga pendinginan.

Untuk masing-masing produk *frozen fish food* memiliki alur lanjut berbeda. Pada nugget, ditambahkan tepung roti pada butter dan dilakukan penggorengan; 7). Untuk memperpanjang daya simpan, pengemasan dilakukan dengan cara vakum. Tujuannya agar udara dalam kemasan dapat dibuat seminimal mungkin. Pengemasan dengan vakum akan mencegah timbulnya mikroba aerobik atau mikroba patogen lainnya. Ikan yang sudah diolah bisa dikemas dengan plastik. Penyimpanan pada bahan yang telah dikemas diletakkan dalam alat pendingin (*chiller*) atau pembeku (*freezer*); 8). Dalam pengemasan, informasi produk dalam kemasan (*labelling*) atau dikenal dengan mendesain kemasan sangat penting. Merancang identitas dan informasi produk dalam kemasan dimaksudkan untuk memberikan informasi secara jelas kepada konsumen berkaitan dengan identitas produk yang ada di dalam kemasan. Maka, konsumen akan mengetahui dengan jelas tentang produk yang terkandung didalamnya. Produk yang dikemas juga akan memiliki nilai estetika. Pada proses pendesainan, tim akan membantu dalam menampilkan kemasan desain yang menarik. Unsur-unsur yang ada pada bahasa desain meliputi bahasa visual atau bahasa simbol yang diungkapkan melalui bentuk, ilustrasi, warna dan huruf; 9). Dalam prakteknya, Penambahan informasi *frozen fish food* akan memberikan informasi nilai gizi, cara atau suhu penyimpanan hingga agar menambah nilai jual dan memberikan perlindungan bagi konsumen; 10). Produk variasi *frozen fish food* yang telah jadi siap untuk dipasarkan. Di tahap ini, tim memberikan arahan berupa manajemen usaha penjualan produk *frozen fish food* sebagai dasar pengetahuan dalam memulai bisnis. Ibu-ibu PKK dilatih manajemen pemasaran dan penjualan produk. Tim memberikan pelatihan mengenai proses promosi, peluang, pemasaran, pencatatan administratif hingga menghitung biaya produksi dan laba produk; 11). Melakukan evaluasi hasil, yaitu pelaksanaan penilaian terhadap seluruh kegiatan yang telah diterima oleh peserta khlayak sasaran dengan tolak ukur atas kemampuan peserta ibu-ibu PKK dalam membuat dan mengembangkan produk *frozen fish food*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini yang telah dicapai sampai saat ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1 : Pelaksanaan Program PKM

Pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan kepada Ibu Ibu desa Sardonoarjo, Ngaglik Sleman dengan pembuatan *frozen fish food* dengan diawali dengan pembelajaran terkait Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN) guna membangun kesadaran gizi individu maupun kolektif masyarakat agar gemar mengonsumsi ikan dimana terdapat instruksi Presiden Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), ada amanat yang ditujukan untuk menteri kelautan dalam meningkatkan dan memperluas pelaksanaan gerakan memasyarakatkan makan ikan Gemarikan. Kegiatan dilaksanakan oleh ibu ibu Sardonoarjo sebanyak 35 orang. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan beberapa tahap yaitu 1).Pengenalan Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN); 2).Jenis jenis ikan air laut dan air tawar;3). Kandungan gizi ikan; 4). Manfaat mengonsumsi ikan bagi kesehatan; 5). Cara memilih ikan yang baik dikonsumsi ketika membeli ikan di pasar; 6). Cara penyimpanan ikan yang aman di lemari pendingin atau kulkas; 7). Pemberian pelatihan mengenai manajemen bisnis; 9). Pelatihan mengenai manajemen keuangan; 10). Pelatihan mengenai manajemen pemasaran; 11). Pelatihan mengenai manajemen sumber daya manusia; 12). Pelatihan mengolah ikan menjadi *frozen fish food*; 13). Pelatihan membuat kemasan yang dapat meningkatkan daya jual produk; 14). Pelatihan menghitung penentuan harga produksi *frozen fish food*

#### **Pelaksanaan Kegiatan :**

##### a. Pemaparan mengenai Gemarikan

Gemarikan sebagai Program Pemerintah Republik Indonesia yaitu Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan, dengan tujuan meningkatkan konsumsi ikan pada



masyarakat Pulau Jawa yang masih rendah. Tim pengabdian masyarakat juga menjelaskan bahwa kegiatan ini merupakan kerjasama Departemen Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia (Kemeristek Dikti) dan Universitas Aisyiyah Yogyakarta, agar menjadikan pemahaman bagi warga desa bahwa ada kontribusi besar Pemerintah, Kemeristek Dikti dan Universitas bagi kemakmuran rakyat Indonesia. Mengingat belum pernah ada pelatihan bagi ibu-ibu PKK desa Sardonoharjo sebelumnya sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini disambut sangat baik.

b. Pemaparan materi tentang Jenis – Jenis Ikan

Pemaparan materi ini terkait mengenai jenis jenis ikan laut dan ikan tawar, hal ini penting diketahui bagi ibu-ibu mengingat konsumsi keluarga sangat tergantung kepada pemilihan protein oleh ibu-ibu, banyak ibu-ibu yang tidak paham bahwa protein yang baik berasal dari ikan. Beberapa ibu ibu tidak memahami perbedaan jenis ikan didasarkan pada tempat hidup ikan, ikan air laut memberikan bau yang lebih amis daripada ikan air tawar, ini menyebabkan ibu-ibu tidak suka memilih ikan air laut untuk konsumsi keluarga, hal inilah yang perlu diubah bahwa justru ikan air laut lebih baik dan sehat daripada ikan air tawar, bau amis dapat dihilangkan dengan memberikan jeruk nipis untuk menghilangkan bau amis ikan air laut.

c. Pemaparan terkait Kandungan Gizi Ikan

Pemaparan materi terkait kandungan gizi ikan dimana penting diberikan agar ibu-ibu menjadi paham bahwa kandungan gizi pada ikan, dijelaskan sesuai gambar di bawah ini

Jenis Ikan	Kandungan Gizi per 100 gram				
	Kalori	Protein (gr)	Lemak (gr)	Kolesterol (mg)	Zat Besi (mg)
Ikan Salmon	116	19,9	3,45	52	0,77
Ikan Tenggiri	112	21,4	2,3	33	0,9
Ikan Tongkol	111	24	1	46	0,7
Ikan Kakap	111	24	1	46	0,7
Ikan Kembang	112	21,4	2,3	33	0,9
Ikan Bawal	84	18,2	0,7	44	0,4
Ikan Bandeng	84	14,8	2,3	58	0,3
Ikan Cue	74	13	2	50	0,3
Belut	112	21,4	2,3	33	0,9
Ikan Mas	130	18,3	5,8	67	1,3
Ikan Lele	84	14,8	2,3	58	0,3
Ikan Wader	84	14,8	2,3	58	0,3
Ikan Mujair	84	18,2	0,7	44	0,4

Gambar 3: Kandungan Gizi Ikan

Pada daftar tersebut dijelaskan bahwa kandungan gizi ikan air laut lebih tinggi dari ikan air tawar sehingga mengkonsumsi ikan air laut lebih baik dari mengkonsumsi ikan air tawar, dimana urutan teratas kandungan gizi pada ikan air laut sangat tinggi dan urutan

terbawah kandungan gizi terdapat pada ikan air tawar. Tim pengabdian masyarakat juga menjelaskan terkait pemilihan alternatif konsumsi ikan air laut mengingat ikan salmon sangat mahal, ibu-ibu bisa memilih ikan kembung atau ikan cue yang lebih dikenal ikan besek sebagai alternatif yang murah dan mudah, sehingga ibu-ibu tidak perlu khawatir dengan harganya.

d. Pemaparan terkait manfaat konsumsi ikan bagi kesehatan

Manfaat yang dapat Anda peroleh dari mengonsumsi ikan laut, di antaranya: 1). mencegah penyakit jantung, fakta ini juga didukung penelitian yang menunjukkan bahwa rutin mengonsumsi ikan yang kaya asam lemak omega-3 dapat menurunkan kadar lemak dalam darah, sehingga menurunkan risiko penyakit jantung. 2). Menjaga fungsi dan kesehatan otak, ikan laut, seperti salmon, sarden, dan ikan teri, kaya akan kandungan asam lemak omega-3 yang dibutuhkan anak-anak untuk perkembangan dan pembentukan otaknya. 3). Mendukung kesehatan tulang, vitamin D tidak hanya dibentuk oleh tubuh dengan bantuan sinar matahari, tapi juga bisa Anda dapatkan dengan mengonsumsi ikan laut. Ikan laut merupakan salah satu sumber vitamin D dan kalsium yang dapat mendukung kesehatan tulang dan mencegah penyakit tertentu. Dengan mengonsumsi ikan salmon sekitar 8 gram sehari dapat memenuhi 75 persen kebutuhan vitamin D harian Anda. 4). baik untuk penderita gangguan tiroid, ikan laut mengandung mineral yang baik untuk penyakit tiroid, yaitu yodium dan selenium. 5). Menjaga kesehatan mata, penelitian menunjukkan bahwa orang yang rutin mengonsumsi ikan laut atau suplemen omega-3 dengan dosis minimal 500 mg per hari, berisiko lebih rendah untuk terkena penyakit degenerasi dan kerusakan retina terkait diabetes (WKPG, 2018).

e. Pemaparan terkait cara memilih ikan yang baik untuk dikonsumsi

Pemaparan ini terkait dengan cara memilih ikan yang baik untuk dikonsumsi sehingga kualitas kesehatan keluarga terjaga. Berikut cara memilih ikan yang baik ditentukan dari mata ikan, insang, kulit, sisik dan daging ikan.

f. Pemaparan terkait Manajemen Bisnis

Pemaparan materi, manajemen bisnis adalah cara mengelola, mengarahkan, merencanakan serta mengendalikan jalannya bisnis yang bertujuan untuk mencari keuntungan secara terus menerus. Tujuan utama dari manajemen bisnis adalah pemanfaatan berbagai sumber daya yang ada didalam suatu bisnis / usaha secara efektif sehingga dapat mencapai tujuan bisnis. Untuk mencapai tujuan atau sasaran bisnis maka

dibutuhkan 4 (empat) jenis manajemen yaitu manajemen produksi, manajemen sumber daya manusia, manajemen pemasaran dan manajemen keuangan

g. Pemaparan Manajemen Produksi

Manajemen produksi yaitu mengelola produk yang akan diproduksi atau dijual, sebagai gambaran jika ibu-ibu PKK menjalankan bisnis frozen fish food maka barang yang dijual tersebut harus berasal dari bahan-bahan yang berkualitas, seperti pembelian ikan yang masih segar agar hasil produk yang dihasilkan memiliki kualitas yang baik. Dalam membeli bahan untuk membuat frozen fish food tidak hanya bahan utamanya saja yang berkualitas tetapi bahan pelengkap juga harus berkualitas seperti bawang merah, bawang putih, daun bawang, dan sebagainya. Inti dari manajemen produksi yaitu untuk menghasilkan barang produksi yang berkualitas dan laku di jual adalah menggunakan bahan mentah yang berkualitas baik.

h. Manajemen Sumber Daya Manusia

Manajemen Sumber Daya Manusia ini berkaitan dengan bagaimana mengelola sumber daya manusianya atau siapa yang akan menjalankan bisnis tersebut. Untuk bisnis frozen fish food, ibu-ibu PKK bisa menggunakan tenaga kerja sendiri dan tenaga kerja anggota keluarga untuk menjalankan bisnis ini, ada pembagian tugas sehingga dapat dikerjakan secara bersama – sama. Jika bisnis tersebut semakin besar dan anggota keluarga sudah tidak mampu menjalankan maka ibu-ibu PKK perlu mencari tenaga kerja yang dapat membantu bisnis ibu-ibu PKK.

i. Manajemen Pemasaran

Untuk memasarkan produk frozen fish food, ibu-ibu PKK diberikan pemahaman bahwa di era digital ini memasarkan produk bisa melalui media sosial seperti facebook, instagram dan toko online, apabila ibu-ibu PKK tidak paham caranya bisa meminta bantuan putra putrinya untuk membuat akun di facebook, instagram dan toko online agar produk ibu-ibu PKK bisa semakin banyak peminatnya.

j. Manajemen Keuangan

Bagi ibu-ibu PKK penting untuk melakukan manajemen keuangan dalam bisnis ini, dimana ibu-ibu diharuskan untuk mengelola keuangan bisnis dengan baik. Jangan pernah mencampur uang bisnis dengan uang keluarga ketika menjalankan bisnis, agar tidak mengganggu keuangan keluarga ketika berbisnis. Pemisahan ini penting dilakukan agar tidak mengganggu kebutuhan atau konsumsi keluarga. Contoh karena ibu sibuk berbisnis, hingga menyebabkan dana kebutuhan keluarga digunakan secara berlebihan untuk berbisnis ini menyebabkan keluarga sulit memenuhi kebutuhannya.

k. Pelatihan pengolahan *frozen fish food*,

*Frozen fish food* yang dibuat yaitu siomay, proses pembuatan siomay diawali dengan penjelasan terkait jenis ikan laut yang baik untuk diolah menjadi siomay, jenis ikan laut yang baik untuk membuat siomay diantaranya ikan tenggiri, ikan tuna dan ikan cucut. Setelah itu ibu-ibu PKK desa Sardonoarjo diajarkan teknik menfillet ikan agar dagingnya bisa banyak diperoleh. Ibu – ibu PKK diberi pelatihan cara mengolah siomay dengan mencampurkan seluruh bahan menjadi bahan yang homogen yang kemudian dimasak sampai matang dan didinginkan sebelum dibungkus.

## **KESIMPULAN**

Dari kegiatan pengabdian masyarakat penyampaian materi berjalan dengan lancar, ibu ibu PKK sangat antusias dengan kegiatan pengabdian masyarakat ini, mengingat ibu-ibu PKK desa Sardonoarjo Ngaglik Sleman belum pernah mendapatkan pelatihan satu kalipun, sehingga dengan pelatihan ini ibu – ibu PKK desa Sardonoarjo mendapat pengetahuan terkait Gemarikan yang merupakan Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan sebagai program Pemerintah, kandungan gizi ikan yang sangat baik bagi pemenuhan kebutuhan gizi keluarga, jenis jenis ikan laut dan ikan tawar.

Ibu-ibu PKK diberikan pelatihan terkait Manajemen Bisnis *frozen fish food* diantaranya manajemen produksi, manajemen pemasaran, manajemen keuangan, dan manajemen sumber daya manusia. Ibu-ibu PKK diberikan pelatihan mengolah *frozen fish food*, mulai dari bahan mentah sampai menjadi bahan layak jual. Ibu-ibu PKK diberikan pelatihan pembuatan *packaging* yang menarik dan mengkalkulasikan harga yang tepat untuk menjual produk ini serta memasarkannya

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas berbagai limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga tim pengabdian masyarakat dapat menyelesaikan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) yang berjudul “Pemberdayaan Ibu - Ibu PKK Desa Sardonoarjo Dengan Pelatihan Manajemen Bisnis *Frozen Fish Food*. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankanlah kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Kementrian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia
2. Rektor dan Wakil Rektor Universitas Aisyiyah Yogyakarta

3. Dekan dan Wakil Dekan Fakultas Ekonomi Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
4. Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Aisyiyah Yogyakarta
5. Pemerintah Daerah Kabupaten Sleman
6. Ibu-Ibu PKK Plumbon Desa Sardonoarjo Ngaglik Sleman
7. Pihak-pihak yang telah membantu dan mensukseskan pelaksanaan kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S., 2010. Prinsip Dasar Ilmu Gizi . Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Anoraga, Panji. 2009. *Manajemen Bisnis*. PT. Rineka Cipta. Arikunto : Semarang.
- Becker, H. (2016). *Ikan Beku Segar dan Makanan Laut Beku dalam Kaleng*. Kopenhagen. Retrieved from <http://djpen.kemendag.go.id/membership/data/files/304ae-market-brief-produk-perikanan.pdf>
- Hendro, 2017. Dasar - Dasar Kewirausahaan, Erlangga, Jakarta.
- Iqbal, Muhammad. Bangun Gizi Masyarakat dengan Gemar Konsumsi Ikan. 7 April 2017. <http://news.kkp.go.id/index.php/bangun-gizi-masyarakat-dengan-gemar-konsumsi-ikan/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Ayo makan ikan! karena ikan itu enak dan mencerdaskan, pp. 1–6. Retrieved from <http://www.depkes.go.id/pdf.php?id=16112200002>
- Kasmir, 2015. Kewirausahaan, Rajawali Press, Jakarta.
- Muthiati, N. (2015). *Laporan Praktek kerja lapang teknik pembekuan ikan... nailul muthiati*. surabaya. Retrieved from [http://repository.unair.ac.id/57855/2/PKL\\_PK\\_BP\\_203-16\\_Rah\\_t.pdf](http://repository.unair.ac.id/57855/2/PKL_PK_BP_203-16_Rah_t.pdf)
- Sindonews.com. (2018). Tingkat Konsumsi Ikan di Sleman Rendah, Ini Langkah. Retrieved from <https://ekbis.sindonews.com/read/1283781/34/tingkat-konsumsi-ikan-di-sleman-rendah-ini-langkah-menteri-susi-1519147105>
- Sugiyanti, Yani; Munandar, A. H. (2017). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Usia Produktif Melalui Pembinaan Wirausahaan Mandiri Mini Konveksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Wikrama Parahita*, 1(2), 32–39. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/322922410\\_Pemberdayaan\\_Ibu\\_Rumah\\_Tangga\\_Usia\\_Produktif\\_Melalui\\_Pembinaan\\_Wirausaha\\_Mandiri\\_Mini\\_Konveksi/fulltext/5a7652de0f7e9b41dbd056b8/322922410\\_Pemberdayaan\\_Ibu\\_Rumah\\_Tangga\\_Usia\\_Produktif\\_Melalui\\_Pembinaan\\_Wi](https://www.researchgate.net/publication/322922410_Pemberdayaan_Ibu_Rumah_Tangga_Usia_Produktif_Melalui_Pembinaan_Wirausaha_Mandiri_Mini_Konveksi/fulltext/5a7652de0f7e9b41dbd056b8/322922410_Pemberdayaan_Ibu_Rumah_Tangga_Usia_Produktif_Melalui_Pembinaan_Wi)
- Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi. (2018). *Peran Kkp Dalam Penanganan Stunting : Penyediaan Pangan Sehat Dan Percepatan Perbaikan Gizi*. Jakarta. Retrieved from <https://wnpg.lipi.go.id/wp-content/uploads/2018/07/pleno2/KKP.pdf>
- Zaini, M. (2015). *Ikan untuk ketahanan Pangan dan Gizi Nasional Bagian II*. Jakarta. Retrieved from <http://gizi.depkes.go.id/wp-content/uploads/2015/02/Ikan-Untuk-Ketahanan-Pangan-Dan-Gizi-Nasional-Bag-Ii.Pdf>