

**BIMBINGAN TEKNIS PENGOLAHAN BAKSO IKAN BAGI
MASYARAKAT JONGKONG KAPUAS HULU
KALIMANTAN BARAT****Belvi Vatria¹**

*¹Program studi Teknologi Pengolahan Hasil Perikanan, Jurusan Ilmu Kelautan dan Perikanan,
Politeknik Negeri Pontianak
Email Author :belvi189@gmail.com*

Abstrak

Bakso ikan adalah produk olahan hasil perikanan dengan bahan baku ikan utuh dan lumatan daging ikan (*minced*) atau surimi, ditambah bahan pengisi berpati atau tepung tapioka dan bumbu-bumbu, yang dibentuk bulat-bulat dan direbus dalam air panas. Wilayah sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah Kecamatan Jongkong, Kabupaten Kapuas Hulu, Provinsi Kalimantan Barat. Kegiatan ini dilakukan pada Bulan Oktober Tahun 2020. Jumlah masyarakat yang mengikuti kegiatan ini sebanyak kurang lebih 40 orang yang mewakili desa-desa di Kecamatan Jongkong kemudian dibagi menjadi 5 kelompok dimana setiap kelompok terdiri dari 8 orang. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pendekatan partisipatif, sehingga mitra dapat berperan aktif dalam setiap kegiatan dan pemecahan masalah. Secara umum hasil kegiatan ini berjalan dengan lancar dan tuntas. Hal ini disebabkan antara lain karena; kegiatan bimbingan teknis pengolahan ikan merupakan aspirasi dari masyarakat Jongkong sendiri sebagai peserta pelatihan sehingga seluruh peserta yang mengikuti kegiatan ini sangat antusias, bersemangat, dan bergembira; pemilihan metode pelaksanaan kegiatan tersebut sangat memengaruhi keberhasilan program; dan peserta pelatihan memperoleh harapan baru untuk memulai usaha sampingan pengolahan bakso ikan sebagai mata pencaharian alternatif.

Kata kunci: Bakso ikan, mata pencaharian, masyarakat, pengolahan, pemberdayaan

Abstrack

Fish balls are processed fishery products with raw materials of whole fish and minced fish or surimi, plus starch or tapioca flour and spices, which are shaped into rounds and boiled in hot water. The target area for this community service activity (PKM) is Jongkong District, Kapuas Hulu Regency, West Kalimantan Province. This activity was carried out in October 2020. The number of people who took part in this activity was approximately 40 people representing villages in Jongkong Subdistrict and then divided into 5 groups where each group consisted of 8 people. The method of implementing the activities is carried out with a participatory approach, so that partners can play an active role in each activity and solve problems. In general, the results of this activity went smoothly and completely. This is due, among other things, to; fish processing technical guidance activities are the aspirations of the Jongkong community themselves as training participants so that all participants who take part in this activity are very enthusiastic, excited, and happy; the choice of the method of implementing these activities greatly affects the success of the program; and the training participants gained new hope to start a side business of processing fish balls as an alternative livelihood.

Keywords: Fish meatballs, livelihood, community, processing, empowerment

Unit Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat Politeknik Negeri Pontianak

PENDAHULUAN

Bakso ikan adalah produk olahan hasil perikanan dengan bahan baku ikan utuh dan lumatan daging ikan (*minced*) atau surimi, ditambah bahan pengisi berpati atau tepung tapioka dan bumbu-bumbu, yang dibentuk bulat-bulat dan direbus dalam air panas. Daging ikan yang akan dibuat bakso harus sesegar mungkin, karena protein miofibril terutama aktin dan miosin sebagai pembentuk tekstur bakso belum terdenaturasi. Selain itu daya ikat air pada ikan yang segar masih tinggi. Daging ikan yang kurang segar menyebabkan tekstur bakso yang dihasilkan agak lembek dan warnanya tidak lagi putih bersih. Mutu bakso ikan yang baik adalah warnanya putih bersih, tekstur kompak dan kenyal, tidak rapuh atau lembek (Kahiking et al 2020). Komponen daging yang berperan dalam produk bakso adalah protein khususnya protein miofibril, terutama aktin dan miosin. Fungsi protein dalam bakso adalah sebagai pengikat hancuran daging dan sebagai emulsifier.

Bahan baku yang digunakan untuk membuat bakso ikan dapat berasal dari daging ikan lumat (*miced*) ataupun dalam bentuk surimi. Bahan-bahan tambahan yang digunakan diantaranya adalah bahan pengisi seperti tepung tapioka, es atau air es dan bumbu-bumbu seperti bawang putih, bawang merah, lada, garam dan gula (Wibowo 2002). Selain itu juga dapat ditambahkan bahan-bahan tambahan alami lainnya seperti karagenan sebagai bahan pengental bakso dan kitosan untuk mengawetkan/memperpanjang daya simpan bakso. Pada prinsipnya hampir semua jenis ikan dapat digunakan sebagai bahan baku bakso. Untuk mendapatkan kualitas dan mutu bakso ikan yang baik, maka daging ikan yang digunakan sebagai bahan baku bakso harus memiliki tingkat kesegaran yang tinggi agar dihasilkan tekstur bakso ikan yang kompak dan kenyal, tidak rapuh atau lembek (Wibowo 2002). Daging ikan yang digunakan sebagai bahan baku bakso lebih baik berupa surimi, karena menghasilkan tekstur bakso yang lebih kenyal dan warna yang lebih putih. Kriteria mutu utama dari bakso sebagai produk fish jelly adalah kelenturan dan kekenyalannya (Sunardi et al 2020).

Wilayah sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah Kecamatan Jongkong, Kabupaten Kapuas Hulu, Provinsi Kalimantan Barat. Kecamatan Jongkong, secara astronomis berada pada 0,57 0LU – 0,710LU

(garis lintang) dan 112,260BT sampai 112,370BT (garis bujur). Secara geografis, batas-batas Kecamatan Jongkong adalah sebagai berikut: sebelah utara berbatasan dengan Kecamatan Batang Lupar, sebelah selatan berbatasan dengan Kecamatan Pengkadan, sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Selimbau, dan sebelah timur berbatasan dengan Kecamatan Bunut Hilir dan Boyan Tanjung. Kecamatan Jongkong merupakan kecamatan dengan luas wilayah 522,89 km², setara dengan 14% dari luas Kabupaten Kapuas Hulu secara keseluruhan yang mencapai 29.842 km². Dari 14 desa yang ada, Desa Ujung Said, Jongkong Pasar dan Bontai merupakan tiga desa yang memiliki luas wilayah terbesar dengan luas masing-masing 91,87 km², 90,00 km² dan 70,07 km² atau setara dengan 17,57 %, 17,21 % dan 13,40 % dari luas Kecamatan Jongkong. Sedangkan Desa Penepian Raya merupakan desa dengan luas wilayah terkecil di mana luas wilayah desa tersebut 6,89 km² atau 1,31 % luas wilayah Kecamatan Jongkong.

Hasil studi pendahuluan bahwa masyarakat Jongkong menginginkan diberikan bimbingan teknis pengolahan ikan seperti pengolahan bakso ikan. Hal ini disebabkan karena kecamatan jongkong memiliki sumberdaya ikan lokal seperti ikan toman (*Channa micropeltes*) yang cukup melimpah namun sampai saat ini sebagian besar hanya dijual dalam bentuk segar. Oleh karena itu, dengan diolah menjadi bakso ikan maka akan memberikan nilai tambah berupa daya simpan ikan yang lebih lama dan harga jual yang lebih tinggi. Dengan demikian bimbingan teknis *life skill* pengolahan bakso ikan berbahan baku sumberdaya ikan lokal ini dapat memberikan dampak positif bagi masyarakat Jongkong berupa mata pencaharian alternatif dan peningkatan gizi masyarakat. Pada gilirannya kedepan diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat Jongkong.

Kelompok mitra terpilih pada program pemberdayaan masyarakat ini adalah masyarakat Jongkong yang mewakili beberapa desa yaitu: Jongkong Kiri Hilir, Jongkong Kanan, Jongkong Kiri Hulu, Jongkong Pasar, Ujung Said, Temenang, Ujung Jambu, Bontai, Jongkong Kiri Tengah, Jongkong Tanjung, Kandung Suli, Penepian Raya, Karya Baru, Nanga Serian. Jumlah masyarakat yang mengikuti kegiatan ini sebanyak kurang lebih 40 orang yang dibagi menjadi 5 kelompok dimana setiap kelompok terdiri dari 8

Unit Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat Politeknik Negeri Pontianak

orang.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilakukan pada Bulan Oktober Tahun 2020 di Kecamatan Jongkong kabupaten Kapuas Hulu Provinsi Kalimantan Barat. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pendekatan partisipatif, sehingga mitra dapat berperan aktif dalam setiap kegiatan dan pemecahan masalah. Sebelum pelaksanaan kegiatan dilakukan studi pendahuluan. Menurut Vatria (2021), studi pendahuluan diperlukan untuk memetakan dan memperjelas masalah. Metode penyampaian melalui pendekatan adragogi yaitu proses untuk melibatkan peserta didik dewasa ke dalam suatu struktur pengalaman belajar sehingga diharapkan terjadi interaksi yang intensif antara peserta dengan tim pelaksana. Metode pelaksanaan dilakukan antara lain melalui:

- 1 Metode ceramah yaitu memberikan teori dasar pengolahan bakso ikan,
- 2 Metode praktik yaitu memberikan pelatihan yang ditekankan pada keterampilan kelompok mitra dalam pengolahan bakso ikan
- 3 Metode pendampingan yaitu memfasilitasi dan memberikan dukungan kepada mitra dalam mengidentifikasi dan memecahkan permasalahan sehingga menghasilkan kemandirian.

Tahap pelaksanaan kegiatan PKM ini adalah sebagai berikut:

- 1 Melakukan sosialisasi pelaksanaan kegiatan kepada pemerintah kecamatan dan desa setempat
- 2 Melakukan persiapan dan koordinasi dengan kelompok mitra tentang teknis pelaksanaan kegiatan
- 3 Melakukan penyuluhan dasar teori pengolahan bakso ikan
- 4 Memberikan pelatihan praktik pengolahan bakso ikan
- 5 Melakukan monitoring dan evaluasi kegiatan untuk memastikan luaran dapat tercapai dengan baik dan tuntas
- 6 Memberikan pendampingan untuk memfasilitasi dan memberikan dukungan dalam pemecahan masalah keberlanjutan program

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan diawali dengan melakukan sosialisasi kegiatan kepada pemerintah kecamatan, desa, dan perwakilan masyarakat Jongkong. Sosialisasi mendapatkan sambutan dan dukungan yang sangat baik dari pihak kecamatan, desa, dan masyarakat Jongkong. Pihak kelurahan mendukung dengan memberikan fasilitas tempat pertemuan untuk kegiatan bimbingan teknis pengolahan ikan tersebut. Setelah memperoleh kesepakatan lokasi bimbingan teknis, kemudian dilakukan persiapan dan koordinasi pelaksanaan kegiatan. Persiapan dan koordinasi ini membahas tentang mekanisme dan teknis pelaksanaan bimtek pengolahan ikan. Hasil pembahasan tersebut menetapkan bahwa jumlah peserta sebanyak 40 orang dibagi menjadi 5 kelompok dengan peserta seluruhnya adalah wanita berumur berkisar 20-50 tahun.



Gambar 1. Peserta Bimbingan Teknis

Masing-masing kelompok diberikan peralatan dan bahan-bahan untuk mengolah bakso ikan dan bertanggung jawab untuk menjaga peralatan yang diberikan serta produk bakso ikan yang dihasilkan nantinya. Produk bakso ikan yang dihasilkan dari masing-masing kelompok akan di pilih yang terbaik dan diberikan penghargaan (*reward*). Hal ini dimaksudkan agar masing-masing kelompok benar-benar serius dalam pelatihan dan berlomba-lomba menghasilkan produk olahan bakso ikan dengan hasil terbaik.

Pelaksanaan pelatihan diawali dengan penyuluhan tentang potensi dan pemanfaatan ikan untuk diolah menjadi bakso ikan. Penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah. Setiap peserta di berikan modul tentang pengolahan bakso ikan. Seluruh peserta

Unit Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat Politeknik Negeri Pontianak

benar-benar serius dalam mengikuti penyuluhan ini. Mereka banyak bertanya terutama tentang teknis pengolahan bakso ikan yang akan dilaksanakan.



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan pelatihan teknis pengolahan bakso ikan dilakukan dengan metode praktik langsung. Sebelum praktik dimulai setiap peserta dipastikan sudah memiliki modul pelatihan masing-masing dan setiap kelompok sudah memiliki peralatan dan bahan-bahan yang digunakan untuk mengolah bakso ikan. Kemudian pelatih menjelaskan secara rinci tentang teknik pengolahan bakso ikan. Setiap peserta diberikan kesempatan untuk bertanya sebagai umpan balik dalam memastikan bahwa peserta benar-benar memahami teknik pengolahan bakso ikan tersebut. Selama praktik berlangsung setiap peserta bergabung dalam kelompok kecilnya masing-masing. Pelatih melakukan monitoring secara periodik selama pelatihan terkait tentang proses pengolahan bakso ikan sedang dilakukan oleh peserta. Jika ada penyimpangan prosedur maka pelatih segera mengevaluasi kegiatan tersebut dan peserta segera memperbaikinya. Pelatihan dilakukan dengan pendekatan andragogi yang mengedepankan inisiatif peserta pelatihan. Pelatihan juga dikondisikan dengan suasana yang ramah dan riang gembira. Hal ini sangat penting karena yang dilatih orang yang sudah dewasa. Dengan suasana yang ramah dan gembira membuat kegiatan pelatihan menjadi sangat kondusif dan penuh semangat dari peserta.



Gambar 3. Kegiatan Pelatihan

Peralatan yang di gunakan untuk mengolah bakso ikan adalah; pisau, pembuang sisik, talenan, baskom, ember, gayung, sendok, garpu, piring melamin, dandang kukus, kompor gas, timbangan, spatula, blender, plastic sealer, mesin pengadon bakso, apron, lap tangan, dan seragam kerja. bahan-bahan untuk mengolah bakso ikan bagi setiap peserta adalah sebagai berikut: daging fillet ikan sebanyak 1 kg, telur 4 butir, bawang putih 90 gram, sagu tani 200 gram, masako sapi 33 gram, ladaku 7.5 gram, garam 20 gram, es batu 1 kg.

Tahapan proses pengolahan bakso ikan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Penyediaan bahan baku: Bahan baku ikan harus bermutu baik, dan segera dibersihkan dengan menggunakan air, jika bahan baku ikan belum digunakan maka harus diberi es sehingga suhu ikan mencapai 5°C , agar ikan tetap terjaga kesegarannya, dapat juga di bekukan di dalam freezer.
2. Pemfilletan: Memfillet ikan dimulai dengan bagian pangkal kepala, tekan dan potong melalui tulang sampai bagian ekor. Potong sekitar tulang rusuk untuk memisahkan fillet. Potong bagian pinggiran hasil filetan untuk membuang bagian pinggiran perut dan punggung ikan. Pisahkan daging ikan dari kulit dimulai dari ujung bagian ekor, iris antara kulit dan daging, tahan bagian kulit, gerakkan pisau menyisir bagian filet sampai kebagian pangkal kepala.
3. Pencucian: Daging ikan yang sudah difilet kemudian dicuci bersih untuk menghilangkan kotoran dan darah yang masih menempel.
4. Pelumatan daging ikan; Lumatkan daging ikan dengan blender atau penggiling daging sampai benar-benar lumat kemudian simpan didalam wadah
5. Pengadonan: Sebelum melakukan pengadonan, lumatkan bawang putih terlebih dahulu dengan blender sampai benar-benar halus kemudian simpan didalam wadah. Campurkan daging ikan yang sudah lumat, putih dan kuning telur, bawang putih yang sudah dihaluskan, bersama bumbu yang lain (masako, garam, dan lada), dan tepung sagu tani. Kemudian

Unit Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat Politeknik Negeri Pontianak

diadon dengan alat pengadon sampai dengan kalis (tercampur hingga benar-benar rata). Setelah adonan kalis pindahkan kedalam wadah. Jaga suhu adonan dalam kondisi dingin

6. Perebusan: Rebus air hingga mendidih, kemudian adonan dibentuk bentuk bulat-bulat dan masukkan kedalam air mendidih tersebut. Tanda bakso ikan sudah matang adalah jika sudah mengapung di atas air yang mendidih. Kemudian diangkat dan ditiriskan.
7. Pengemasan: Pada tahap akhir produksi dilakukan pengemasan bakso ikan. Masukkan bakso ikan kedalam plastik kemasan sesuai ukuran yang diinginkan dan simpan dalam lemari pembeku (freezer) agar tahan lama. Bakso ikan dapat disajikan sesuai selera, biasanya dicampur dengan mie dalam kuah kaldu panas.



Gambar 4. Produk Bakso ikan
Pembahasan

Setelah selesai pelatihan setiap kelompok diminta untuk menampilkan produk bakso ikan yang telah dihasilkan, baik bakso ikan dalam bentuk kemasan maupun bakso ikan dalam bentuk siap saji yang telah dicampur dengan mie dan kuah kaldu seperti bakso yang dijual di warung bakso agar bisa dicicipi rasa dan kelezatannya oleh tim penilai. Hasil penilaian menunjukkan bahwa semua bakso ikan yang dihasilkan sangat baik dan sudah memenuhi standar untuk dipasarkan. Setelah kegiatan pelatihan tersebut tetap diberikan pendampingan untuk memfasilitasi dan memberikan dukungan dalam pemecahan masalah keberlanjutan program tersebut sehingga pada bulan berikutnya mereka telah memperoleh izin Produk Industri Rumah Tangga atau PIRT yang merupakan sertifikasi perizinan bagi industri yang memproduksi makanan dan minuman dengan skala rumahan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Secara umum hasil kegiatan ini berjalan dengan lancar dan tuntas.. Hal ini disebabkan antara lain karena:

1. Kegiatan bimbingan teknis pengolahan ikan merupakan aspirasi dari masyarakat Jongkong sendiri sebagai peserta pelatihan sehingga seluruh peserta yang mengikuti kegiatan ini sangat antusias, bersemangat, dan dengan hati yang riang gembira
2. Pemilihan metode bimbingan teknis tersebut sangat memengaruhi keberhasilan program.
3. Peserta pelatihan memperoleh harapan baru untuk memulai usaha sampingan pengolahan bakso ikan sebagai mata pencaharian alternatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Kahiking T, Ansar N M, Cahyono E.** 2020. Nilai Organoleptik Bakso Ikan Layang (*Decapterus Russellii*), Ikan Kuniran (*Upeneus Moluccensis*) dan Ikan Nila (*Oreochromis Niloticus*). *Jurnal Ilmiah Tindalung* 6 (2): 67-72.
- Wibowo S.** 2002. *Pembuatan Bakso Ikan dan Bakso Daging*. Jakarta : PT. Penebar Swadaya.
- Sunardi, Johan V S, Zalfiatri Y.** 2018. Pemanfaatan Rebung Betung Dalam Pembuatan Bakso Ikan Toman. *Jurnal Teknologi Dan Industri Pertanian Indonesia* 10 (2): 7-13.
- Vatria B.,** 2021. Pemanfaatan Rumput Laut Bagi Masyarakat Kecamatan Pontianak Utara Kota Pontianak. *Jurnal Kapuas* 1 (1): 20-24.