

**Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara
Volume 1, April 2023**

Universitas Mataram, 23-24 Februari 2023

**UPAYA MENINGKATKAN KREATIFITAS MASYARAKAT DESA KETAPANG RAYA DALAM
MENGOLAH IKAN TRIJO (*Clupea karangus*) MENJADI CILOK SEBAGAI MAKANAN
PENDAMPING YANG BERGIZI**

Abiyyi Tiffano Mahanur Putra, Bq. Aspandi Kusuma Wardani, Haeril Watoni, Irman Najib
Adesuryadi, Kalisom Ulkiyah, Liana, Robith Ridho Muhammadi, Sri Ningsih, Warosatul Ambiya

Universitas Mataram

Alamat korespondensi: tm5581abi@gmail.com

Jalan Majapahit No. 62 Mataram, Nusa Tenggara Barat

ABSTRAK

Desa Ketapang Raya merupakan salah satu desa yang berada di wilayah pesisir Lombok Timur yang mayoritas mata pencarian penduduknya bekerja sebagai nelayan. Salah satu sumber daya kelautan dan perikanan yang dapat dimanfaatkan oleh nelayan di desa ini adalah ikan tembang atau biasa dikenal dengan trijo. Penelitian tentang Upaya Meningkatkan Kreatifitas Masyarakat Desa Ketapang Raya Dalam Mengolah Ikan Trijo (*Clupea karangus*) Menjadi Cilok Sebagai Makanan Pendamping yang Bergizi ini dilakukan di Desa Ketapang Raya, Kecamatan Keruak, Lombok Timur. Memberikan pemahaman Pengolahan ikan trijo menjadi cilok sebagai makanan pendamping bergizi ini di khususkan kepada ibu ibu yang anaknya tercatat dalam data BGM (Bawah Garis Merah) melalui sosialisasi guna untuk meningkatkan kreatifitas dalam memanfaatkan sumber daya yang ada di Desa Ketapang Raya ini dan sebagai langkah awal pencegahan gizi buruk pada anak.

Kata kunci : penelitian, Desa Ketapang Raya, Gizi, pengolahan

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara maritim terbesar di dunia. Menurut badan koordinasi Survey dan Pemetaan Nasional tahun 2006, Indonesia memiliki luas laut sekitar 3.3 juta km² (Badan Pusat Statistik : 2010). Dengan luas laut yang begitu besar, Indonesia menyimpan potensi sumberdaya kelautan dan perikanan yang sangat penting bagi masyarakatnya.

Desa Ketapang Raya merupakan salah satu desa yang berada di wilayah pesisir Lombok Timur yang mayoritas mata pencarian penduduknya bekerja sebagai nelayan. Salah satu sumber daya kelautan dan perikanan yang dapat dimanfaatkan oleh nelayan di desa ini adalah ikan tembang atau biasa dikenal dengan trijo. Menurut White et al (2011) dalam Ginzel (2021) ikan *Sardinella fimbriata* termasuk dalam famili Clupeidae. Ikan tembang (*Sardinella fimbriata*) termasuk ikan pelagis kecil yang penyebarannya dekat (neritik), dijumpai juga diperairan samudera dan lepas pantai sampai kedalaman 100-150 m (Nissa,2012)

Sebagai desa dengan mayoritas mata pencarian sebagai nelayan, masyarakat Desa Ketapang Raya sudah tidak asing lagi dengan Ikan tembang (*Sardinella fimbriata*) ini. Salah satu sumber bahan makanan yang kaya akan kandungan zat gizi adalah ikan. Ikan termasuk sumber protein yang bermutu tinggi. Protein pada ikan memiliki komposisi dan jumlah asam amino esensial yang lengkap. Ikan juga mengandung asam lemak omega-3 yang memiliki keunggulan khusus dibanding pangan hewani lainnya, karena komposisi asam lemak esensialnya tidak jenuh ganda. Asam lemak esensial ini dibutuhkan untuk pertumbuhan dan fungsi normal semua jaringan, termasuk untuk perkembangan sel

otak yang optimal (Almatsier,2003).

Masyarakat Desa Ketapang raya memanfaatkan ikan tembang sebagai lauk pauk yang pengolahannya hanya begitu saja sehingga monoton dan membosankan. Untuk itu perlu peningkatan kreatifitas dalam mengolah ikan tembang menjadi cilok sebagai makanan pendamping yang bergizi terutama untuk anak- anak.

METODE KEGAIATAN

Penelitian tentang Upaya Meningkatkan Kreatifitas Masyarakat Desa Ketapang Raya Dalam Mengolah Ikan Trijo (Clupea karangus) Menjadi Cilok Sebagai Makanan Pendamping yang Bergizi ini dilakukan di Desa Ketapang Raya, Kecamatan Keruak, Lombok Timur.

Penelitian ini menggunakan metode obeservasi dan eksperimental , dimana peneliti melakukan survey dalam pembelian ikan di pasar ikan Tanjung Luar dan kemudian mengolah ikan triijo menjadi cilok. Dalam pengumpulan data digunakan juga metode studi pustaka sebagai sumber literatur dalam melakukan penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Ketapang Raya merupakan salah satu desa yang ada di Kecamatan Keruak, Lombok Timur yang sebagian besar masyarakatnya bekerja sebagai nelayan sehingga ikan sudah menjadi konsumsi sehari- hari masyarakat di desa ini. Ikan merupakan salah satu makanan bergizi karena kaya akan protein dan omega 3. Ikan triijo merupakan salah satu ikan yang mudah didapatkan, selain itu juga harga ikan triijo lebih ekonomis dari pada jenis ikan lainnya. Oleh karena itu peneliti menjadikan jenis triijo sebagai sampel dalam pengolahan makan bergizi ini.



Gambar 1.1 Sosialisasi gizi

Pengolahan ikan trijo menjadi cilok sebagai makanan pendamping bergizi ini di khususkan kepada ibu- ibu yang anaknya tercatat dalam data BGM (Bawah Garis Merah) melalui sosialisasi guna untuk meningkatkan kreatifitas dalam memanfaatkan sumber daya yang ada di Desa Ketapang Raya ini dan sebagai langkah awal pencegahan gizi buruk pada anak.



Gambar 1.2 Cilok ikan triijo

Pembuatan makanan tambahan ini sesuai dengan potensi yang ada di desa Ketapang Raya, yang sebagian besar masyarakatnya merupakan nelayan. Ikan jenis Teri Ijo (Clupea Karangus) dipilih setelah melakukam percobaan pengolahan dengan tiga jenis ikan yaitu Ikan Tongkol, Ikan Teri Ijo, dan Ikan

Layah. Ikan Teri Ijo jenis ikan yang terbilang cukup murah dan mudah didapatkan serta teksturnya yang lembut dan tulangnya yang sangat lunak sehingga tidak berbahaya jika dikonsumsi oleh anak-anak.

Oleh karena itu, dengan adanya pengolahan ikan jenis teri ijo diharapkan masyarakat dapat mengembangkan kreatifitas dengan olahan dari bahan dasar ikan guna menciptakan masyarakat paham gizi dalam memenuhi kebutuhan gizi pada anak-anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan dapat ditarik kesimpulan yaitu pengolahan ikan jenis trijo menjadi cilok sebagai makanan pendamping serta mendorong kreatifitas masyarakat untuk mengolah ikan sebagai bahan dasar untuk meningkatkan gizi pada anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2003). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Penerbit Gramedia Pustaka Utama.
- Nissa, I. 2012. Kebiasaan Makan Ikan Tembang (*Sardinella Fimbriata* Cuvier Dan Valenciennes 1847) Dari Perairan Selat Sunda Yang Didaratkan Di PPP Labuan, Kabupaten Pandeglang, Banten, Skripsi. Departemen Manajemen Sumberdaya Perairan Fakultas Perikanan Dan Ilmu Kelautan Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Sektiana, S.P, S.Andriyono and H.W Kim. 2017. Characterization of The Complete Mitochondrial Genome of Mauritan *Sardinella*. *Sardinella jussieu* (Lacepede,1803), Collected in The Banten Bay, Indonesia. *Journal Fisheries and Aquatic Sciences*, page 20-26, DOI 10.1 186/s41240-017-0072. Indonesia