

Pelatihan Pembuatan Abon Dari Ikan Tongkol Dan Cara Pemasarannya Untuk Menambah Pendapatan Ibu-Ibu Rumah Tangga

Nurul Qomariah, Nursaid, Tasya Septianna, Muhammad Falentino Rosy

Universitas Muhammadiyah Jember

Email: nurulqomariah@unmuhjember.ac.id, nursaid@unmuhjember.ac.id,
tassyaseptianna@gmail.com,

Diterima: Desember 2020; Dipublikasikan Desember 2020

ABSTRAK

Ikan merupakan salah satu sumber makanan yang banyak dibutuhkan dan dikonsumsi manusia, karena memiliki kandungan protein yang tinggi. Protein memiliki fungsi sebagai zat pembangun, pengatur, pengganti bagian tubuh atau jaringan yang telah rusak. Selain itu protein juga dapat menjadi sumber energi dan memiliki kandungan asam amino esensial yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Ikan tongkol merupakan ikan yang banyak dipasarkan oleh para penjual dan mudah didapatkan. Ikan tongkol dapat dimanfaatkan menjadi abon agar mempunyai nilai tambah. Para ibu rumah tangga di lingkungan RT 03 RW 03 mempunyai kebiasaan setelah menyelesaikan tugas rumah tangga, mereka tidak mempunyai pekerjaan lainnya. Biasanya mereka saling berkunjung ke tetangga dan ngobrol yang tidak ada manfaatnya. Tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat Universitas Muhammadiyah Jember berencana akan melakukan pelatihan pembuatan abon ikan tongkol untuk melatih para ibu rumah tangga yang tidak mempunyai pekerjaan agar mempunyai ketrampilan membuat abon ikan tongkol. Tujuan dari pelatihan pembuatan abon ikan tongkol kepada ibu rumah tangga di RT 03 RW 03 Dusun Krasak Desa Pancakarya Kecamatan Ajung Jember ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan ketrampilan kepada ibu rumah tangga agar mempunyai ketrampilan. Dengan ketrampilan yang di peroleh ini diharapkan dapat meningkatkan pendapatan rumah tangga mereka. Hasil pengabdian masyarakat yang dilaksanakan mendapat apresiasi yang sangat antusias dari masyarakat, serta pengetahuan masyarakat bertambah tentang bagaimana membuat abon dari ikan tongkol yang mempunyai nilai gizi yang tinggi, serta alih teknologi berupa alat peniris yang memisahkan kandungan minyak dari abon ikan tongkol.

Kata Kunci: abon ikan tongkol; ketrampilan; ibu rumah tangga; pendapatan

ABSTRACT

Fish is a source of food that is much needed and consumed by humans, because it has a high protein content. Protein has a function as a building, regulatory, and replacement substance for body parts or tissue that has been damaged. In addition, protein can also be a source of energy and contains essential amino acids needed by the human body. Tongkol fish is a fish that is widely marketed by sellers and is easily available. Tongkol fish can be used to become shredded so that it has added value. Housewives in RT 03 RW 03 have a habit after completing household tasks, they do not have other jobs. Usually they visit each other with neighbors and chat which is of no use. The team for community service at the University of Muhammadiyah Jember plans to conduct training in making tuna shredded to train housewives who do not have jobs to have the skills to make tuna shredded. The aim of the training in making tuna floss for housewives in RT 03 RW 03 Dusun Krasak Pancakarya Village, Ajung Jember District is to provide knowledge and skills to housewives so that they have skills. With the acquired skills, it is hoped that they can increase their household income. The results of the community service that were carried out received a very enthusiastic appreciation from the community, as well as increased public knowledge about how to make shredded tuna from tuna which has high nutritional value, as well as technology transfer in the form of a slicer that separates the oil content from tuna shredded.

Keywords: tuna shredded; skills; housewife; income

PENDAHULUAN

Ikan merupakan salah satu sumber makanan yang banyak dibutuhkan dan dikonsumsi manusia, karena memiliki kandungan protein yang tinggi. Protein memiliki fungsi sebagai zat pembangun, pengatur, pengganti bagian tubuh atau jaringan yang telah rusak. Selain itu protein juga dapat menjadi sumber energi dan memiliki kandungan asam amino esensial yang dibutuhkan

oleh tubuh manusia. Ikan tidak memiliki banyak jaringan pengikat, sehingga ikan dengan mudah dapat dicerna oleh tubuh manusia (Novia & Soedarmadji, 2019). Ikan merupakan sumber protein hewani utama dalam menu di seluruh Indonesia dengan harga yang relatif murah. Protein ikan merupakan sumber protein hewani yang lebih lengkap dibandingkan dengan protein nabati. Ikan mempunyai kandungan protein tinggi, tetapi rendah kandungan lemaknya sehingga memberikan banyak manfaat kesehatan bagi tubuh manusia (Jusniati et al., 2017). Ikan tuna adalah salah satu jenis ikan yang paling banyak diminati oleh perusahaan-perusahaan untuk menjadikannya sebagai abon, disebabkan karena rasanya yang lezat. Banyak kandungan zat gizi yang mampu menyehatkan orang dewasa dan mencerdaskan anak-anak. Ikan merupakan bahan pangan yang sangat tinggi peminatnya. Salah satu jenis ikan yang banyak diminati, baik di pasar lokal maupun internasional adalah ikan tuna (Khatimah et al., 2013). Ikan merupakan bahan pangan hewani yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia, karena memiliki kandungan gizi yang lengkap seperti protein, lemak, mineral dan vitamin yang sangat dibutuhkan oleh manusia. Namun demikian, ikan juga tergolong jenis bahan pangan hewani yang mudah mengalami proses pembusukan (*perishable food*), salah satunya yakni jenis ikan tongkol (*Euthynnus affinis*). Upaya yang perlu dilakukan untuk menghambat proses pembusukan tersebut yaitu dengan cara pengawetan dan pengolahan (Nusi et al., 2015). Tidak semua ikan dijual dalam bentuk ikan segar, hal ini dikarenakan jumlah yang diperoleh sangat banyak sekali dan jika dijual dalam bentuk ikan segar membutuhkan biaya yang sangat besar karena kondisi ikan harus terus segar. Untuk mengantisipasi masalah ikan ini maka para pengusaha ikan membuat ikan pindang dari ikan segar. Ikan pindang adalah salah satu jenis olahan perikanan tradisional yang disukai oleh masyarakat, namun kadangkala memiliki rasa sangat asin. Di pasaran ikan pindang tidak selalu terjual habis dalam satu hari, sehingga para penjual akan merebus kembali ikan pindang yang tersisa dengan air garam untuk dijual esok hari. Proses perebusan ulang ini dilakukan karena daya awet ikan pindang hanya 1-3 hari (Hardoko et al., 2015). Pengolahan ikan hasil tangkapan pada hakikatnya mempunyai fungsi untuk memaksimalkan manfaat hasil tangkapan, meningkatkan nilai tambah ekonomi dan memperpanjang daya tahan simpanan, serta mendiversifikasikan kegiatan dan komoditas yang dihasilkan sehingga sangat berpengaruh terhadap keadaan social ekonomi masyarakat (Hidayat et al., 2018).

RT 03 RW 03 Dusun Krasak Desa Pancakarya Kecamatan Ajung Kabupaten Jember, merupakan bagian dari dusun yang berada di Desa Pancakarya dengan jumlah KK sebanyak kurang lebih 100 KK. Penduduk Dusun Krasak yang dengan jumlah 100 KK ini beraneka ragam mata pencahariannya. 65% diantaranya petani penggarap sawah, 5% Pegawai swasta dan pemerintahan dan 30 % nya adalah pedagang. Dari 65 % yang bermata pencaharian petani ini biasanya hanya yang kepala rumah tangga yang berpenghasilan dari hasil upah buruh tani. Sedangkan ibu rumah tangganya hanya menerima penghasilan yang diterima dari suaminya. Permasalahan utama di Dusun Karak RT 03 RW 03 ini adalah banyak dari ibu rumah tangga yang hanya mengharapkan penghasilan dari pemberian suaminya sehingga terkadang belum bisa memenuhi kebutuhan hidup yang semestinya. Berlatar belakang dari permasalahan yang dihadapi ibu2 rumah tangga di RT 03 RW 03 Dusun Krasak ini maka dari pihak Universitas Muhammadiyah Jember ingin melakukan pelatihan tentang pembuatan abon ikan tongkol kepada ibu2 rumah tangga agar dapat mempunyai ketrampilan sehingga dapat menambah penghasilan rumah tangganya. Di Dusun Krasak RT 03 RW 03 ini juga terdapat pengusaha ikan laut yang di pindang sehingga bahan untuk kebutuhan abon ikan tongkol tidak mengalami kesulitan.

Permasalahan yang dihadapi oleh ibu rumah tangga yang ada di RT 03 RW 03 Dusun Krasak adalah 1) banyaknya waktu luang mereka yang tidak dimanfaatkan untuk kegiatan yang positif, 2) kebutuhan hidup semakin banyak sedangkan pendapatan dari suami tetap jumlahnya, 3) perlu adanya peningkatan ketrampilan dan pengetahuan ibu2 rumah tangga untuk meningkatkan pendapatan rumah tangganya.

Masalah yang dihadapi ibu2 rumah tangga di RT 03 RW 03 Dusun Krasak adalah banyaknya waktu luang yang tidak dimanfaatkan untuk hal2 yang positif dan kurangnya ketrampilan dari ibu2 rumah tangga dalam memanfaatkan waktu luang di sela2 kegiatan rumah tangga yaitu kegiatan memasak dan mengasuh anak-anak. Solusi pertama yang ditawarkan adalah

memberikan pengetahuan dan ketrampilan tentang pembuatan abon ikan tongkol kepada ibu2 rumah tangga agar mempunyai ketrampilan membuat abon ikan tongkol. Target luaran dari solusi yang pertama ini adalah meningkatnya pengetahuan dan ketrampilan ibu2 rumah tangga dalam mengolah ikan tongkol menjadi abon sehingga ikan tongkol mempunyai nilai lebih. Solusi yang kedua adalah memberikan pengetahuan tentang bagaimana memasarkan abon ikan tongkol dengan menggunakan pendekatan marketing mix. Target dari solusi kedua adalah bahwa ibu2 rumah tangga ini akan mempunyai pengetahuan bagaimana memasarkan produk dan jasa pada era milenial saat ini dengan menggunakan teknologi informasi.

METODE PELAKSANAAN

Dalam kegiatan program kemtraan masyarakat ini maka metode yang digunakan adalah memberikan pengetahuan dan ketrampilan tentang pembuatan abon ikan tongkol. Pendampingan pelatihan pembuatan abon ikan tongkol ini bekerja sama dengan kelompok pengajian yang ada di Musholla Al-Ikhlas RT 03 RW 03 Dusun Krasak Ajung Jember. Permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat yang ada di RT 003 RW 003 Dusun Krasak Desa Pancakarya Kecamatan Ajung Kabupaten Jember, adalah banyaknya ibu rumah tangga yang menganggur setelah menyelesaikan tugas rumah tangga dan juga pendapatan yang masih rendah dari keluarga yang ada di RT 003 RW 003 Dusun Krasak Desa Pancakarya Ajung Jember. Dengan adanya permasalahan yang ada maka pihak PT yang dalam hal ini Universitas Muhammadiyah Jember menawarkan pelatihan pembuatan abon dari ikan tongkol yang bahan bakunya mudah dan pembuatannya juga mudah sekali.

Tahap awal pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan menghubungi pihak yang bertanggung jawab terhadap pelaksanaan pengabdian di Dusun Krasak RT003 RW003 Desa Pancakarya Ajung Jember kapan sebaiknya pelaksanaan pengabdian dilakukan. Setelah dilakukan kesepakatan dengan pihak yang bertanggung jawab terhadap pelaksanaan pengabdian maka disetujui bahwa pengabdian dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2020 yang bertempat di Musholla Al-Ikhlas RT 003 RW 003 Dusun Krasak Pancakarya Ajung Jember.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat tentang “Pelatihan Pembuatan Abon Dari Ikan Tongkol dan Cara Pemasaran ” ini akan dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2020 di Musholla Al Ikhlas Dusun Krasak RT 003 RW 003 Desa Pancakarya Kecamatan Ajung Kabupaten Jember jam 16.00 WIB sampai dengan selesai milik bapak Hasin Setiawan. Pemateri pengabdian kepada masyarakat ini adalah dosen dari Universitas Muhammadiyah Jember yaitu Dr. Nurul Qomariah, MM dan Dr. Nursaid, MM.

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat “Pelatihan Pembuatan Abon Dari Ikan Tongkol dan Cara Pemasaran” dilakukan pada masyarakat yang tinggal di Dusun Krasak RT 003 RW 003 Desa Pancakarya Kecamatan Ajung Jember yang terlaksana berkat kerjasama antara Universitas Muhammadiyah Jember dengan pihak Dusun Krasak RT 003 RW 003.

Yang menjadi mitra dalam pelaksanaan pengabdian dengan tema” Pelatihan Pembuatan Abon Dari Ikan Tongkol dan Cara Pemasaran” adalah pihak Dusun Krasak RT 003 RW 003 Desa Pancakarya Kecamatan Ajung Jember yang dilaksanakan di Musholla Al Ikhlas milik warga dengan mendatangkan warga sekitar musholla tersebut yang berjumlah 15 warga. Dalam kegiatan program kemitraan masyarakat ini melibatkan kelompok pengajian yang tergabung dalam kelompok pengajian jamaah Musholla Al-Ikhlas RT 03 RW 03 Dusun Krasak Ajung Jember. Kegiatan pembuatan abon ikan tongkol ini akan dilaksanakan di Musholl Al-Ikhlas RT 03 RW 03 Dusun Krasak Ajung Jember.

HASIL KEGIATAN PENGABDIAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat tentang “Pelatihan Pembuatan Abon Dari Ikan Tongkol dan Cara Pemasaran” ini akan dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2020 di Musholla Al Ikhlas Dusun Krasak RT 003 RW 003 Desa Pancakarya Kecamatan Ajung Kabupaten Jember milik bapak Hasin Setiawan yang dihadiri 15 ibu rumah tangga yang tergolong dalam kelompok pengajian

Musholla Al Ikhlas. Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada jam 16.00 WIB sampai dengan selesai. Peserta pelatihan pembuatan abon dari ikan tongkol adalah ibu rumah tangga yang berjumlah 15 ibu rumah tangga. Para ibu rumah tangga ini perlu di edukasi akan pentingnya manfaat ikan bagi keluarga. Ikan yang akan disajikan kepada keluarga bias disajikan dengan olehan yang bermacam2 seperti abon ikan. Oleh karena itu para ibu rumah tangga ini perlu mengetahui manfaat dan nilai gizi ikan tongkol. Ikan tongkol, sepertinya sudah tidak asing lagi bagi masyarakat Indonesia, yang telah mengenal dan sering mengkonsumsi ikan ini. Ikan ini merupakan jenis ikan air asin, yang artinya merupakan jenis ikan yang habitatnya berada di lautan. Ikan tongkol diperoleh dengan cara menjaring di laut lepas, namun masih jarang sekali pembudidayaan ikan tongkol.

Ikan tongkol juga biasa disebut dengan ikan tuna dan juga ikan cakalang, yang ekspor terbesarnya berasal dari Negara Jepang. Di Indonesia sendiri ikan tongkol memiliki dua jenis ikan yang dijual, yaitu ikan tongkol segar dan ikan tongkol pindang. Ikan tongkol segar, biasa ditemui di pasar ikan, ataupun supermarket-supermarket besar. Biasanya tongkol segar ini digunakan untuk keperluan restoran, atau pembuatan makanan kalengan. Ikan tongkol pindang, biasanya merupakan jenis ikan tongkol yang sudah dipotong-potong terlebih dahulu, lalu dimasak dengan menggunakan cara dipindang. Jenis ikan tongkol pindang ini adalah hasil olahan tongkol yang umum dijual di pasar tradisional, dan merupakan bahan utama dari tongkol balado. Di Indonesia sendiri, ikan tongkol merupakan salah satu jenis ikan yang populer dan disukai oleh hampir seluruh kalangan masyarakat Indonesia. Hal ini disebabkan oleh harganya yang terjangkau, dan manfaatnya yang tinggi dan baik untuk kesehatan tubuh. Meskipun harganya murah, manfaat ikan tongkol ini tidak jauh berbeda dengan manfaat makanan laut jenis lainnya. diantaranya adalah :

1. Menjaga Kesehatan Mata

Salah satu sumber menyebutkan bahwa, penelitian yang dilakukan oleh John Hopkins School of Medicine mengungkapkan bahwa kandungan manfaat omega 3 yang terdapat pada ikan tongkol ini, dapat mengurangi resiko mengalami AMD (Age Macular Disease) atau jenis penyakit mata yang disebabkan oleh penuaan. Selain itu, kandungan omega 3 ini juga akan menurunkan angka resiko anda mengalami kerusakan pada mata.

2. Menyembuhkan Penyakit Rematik

Anda sering merasakan nyeri dan sakit akibat rematik? Selain mengkonsumsi obat-obatan rematik, ternyata ikan tongkol ini juga dapat membantu dalam proses penyembuhan penyakit rematik yang di derita. Ikan tongkol dapat anda olah sesuai selera, seperti : Digoreng, Dibuat sup, Ikan tongkol balado, Sebagai campuran pada masakan lain, seperti nasi goreng atau mie goreng. Masyarakat dapat mengkonsumsi olahan ikan tongkol tersebut setiap hari apabila ingin membantu proses penyembuhan rematik yang parah.

3. Dapat Mencegah Anemia

Ikan tongkol memiliki kandungan manfaat zat besi alami, yang dapat membantu untuk mencegah terserang anemia. Anemia yang diderita dapat memunculkan gejala-gejala seperti : 5 L (letih, lesu, lunglai, lemah, dan lemas), Daya tahan tubuh menurun, Pegal pegal pada bagian persendian, Wajah memucat, Mudah terserang berbagai macam penyakit. Namun perlu diperhatikan, apabila ingin mengkonsumsi ikan tongkol untuk mencegah terjadinya anemia, pastikan untuk tidak menggoreng ikan tongkol. Rebuslah ikan tongkol segar dan buatlah menjadi semacam sup untuk dikonsumsi setiap harinya.

4. Mencegah Ejakulasi Dini

Ternyata, tidak hanya dagingnya yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh, namun bagian insang dari ikan tongkol ini dapat membantu untuk mengatasi dan mencegah ejakulasi dini. Berikut ini cara mengolahnya.

6. Meningkatkan kemampuan kognitif

Omega 3 yang terkandung dalam ikan tongkol dapat membantu mengembangkan kemampuan berpikir dan kemampuan kognitif seseorang. Selain bermanfaat bagi yang ingin meningkatkan

kemampuan kognitif, dapat juga bermanfaat bagi ibu yang sedang mengandung, agar kemampuan kognitif dari bayi menjadi semakin baik.

7. Detoksifikasi hati

Kandungan selenium yang terdapat pada ikan tongkol dapat membantu organ hati untuk melakukan proses detoksifikasi atau pengeluaran racun tubuh. Selenium dapat mempercepat dan membantu proses tersebut. Kemampuan detoksifikasi ini juga terdapat pada : manfaat apel manfaat daun afrika.

8. Melindungi saluran pencernaan

Lagi-lagi, kandungan omega 3 yang terdapat pada ikan tongkol sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh kita. Manfaat lain omega 3 ini, adalah membantu dalam menjaga saluran pencernaan tubuh. Hal ini dapat mengurangi resiko terjadinya kanker pada organ-organ pencernaan dan juga membantu mencegah terjadinya kanker ovarium pada wanita. Rebus insang dari ikan tongkol segar dengan menggunakan 3-4 lembar daun jeruk purut, Tambahkan garam, masak hingga mendidih, Minum airnya kira-kira 1 sampai 2 jam sebelum melakukan hubungan. Namun demikian, manfaat ini sepertinya belum teruji secara ilmiah dan hanya menimbulkan unsur sugestif, sehingga masih harus diteliti lebih lanjut.

9. Menjaga kesehatan jantung

Selain untuk menjaga kesehatan mata dan tubuh, kandungan omega 3 yang terdapat pada ikan tongkol, mampu menjaga kesehatan jantung anda. Kandungan omega 3 ini dapat menjaga detak jantung sehingga memperkecil kemungkinan terjadinya serangan jantung. Khasiat seperti ini juga di dapat pada :

10. Kandungan Protein Yang Tinggi

Ikan tongkol merupakan salah satu jenis ikan laut yang memiliki kandungan protein yang tinggi. Protein pada ikan tongkol sering dimanfaatkan sebagai asupan protein yang rendah lemak, biasanya sebagai pengganti manfaat daging merah. Berikut ini adalah beberapa manfaat dari protein yang terkandung di dalam ikan tongkol : Meningkatkan masa otot, Menambah daya tahan tubuh, Memperkuat otot, Mengikat lemak, Memberikan energy lebih bagi tubuh

10. Mencegah Terjadinya Obesitas

Ikan tongkol memiliki kandungan EPA yang tinggi. EPA yang tinggi ini dapat menstimulasi munculnya hormon leptin yang dapat menghindari keinginan untuk mengkonsumsi makanan yang berlebihan. Dengan menghindari konsumsi makanan yang berlebihan ini, maka akan terbantu dalam mencegah terjadinya obesitas pada diri. Itulah beberapa manfaat dari ikan tongkol yang bisa diperoleh. Perlu diingat, khasiat dan manfaat ikan tongkol ini akan lebih optimal ketika mengolah ikan tongkol dengan bahan-bahan yang bernutrisi tinggi lainnya, sehingga sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh (<https://bulelengkab.go.id/detail/artikel/10-manfaat-ikan-tongkol-bagi-kesehatan-68>, 2018).

Adapun foto kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 1. Pemateri Memberikan Manfaat Ikan Tongkol



Gambar 2. Abon Ikan Tongkol



Gambar 3. Abon Ikan Tongkol Yang Sudah Dikemas



Gambar 4. Akhir Acara Pelatihan



Gambar 5. Transfer Alih Teknologi Alat Peniris Minyak

Pengabdian kepada masyarakat tentang pelatihan pembuatan abon tongkol ini membuat ibu rumah tangga senang sekali karena mendapat tambahan ilmu baru berupa pengetahuan tentang pembuatan abon tongkol yang mempunyai nilai gizi yang sangat tinggi sekali. Selain itu mereka juga mendapatkan alih teknologi tentang cara memisahkan minyak dari kandungan yang ada pada abon ikan tongkol, yaitu alat peniris minyak manual. Kegiatan yang serupa dengan kegiatan tentang pembuatan abon ikan tongkol ini sudah banyak dilakukan oleh pelaksana pengabdian dari perguruan tinggi yang lainnya. Ada beberapa pelaksana pengabdian yang sudah melaksanakan kegiatan yang serupa. (Nuraida, 2019) dengan judul pengabdiannya “Pendampingan Dan Pelatihan Diversifikasi Pengolahan Ikan Bagi Ibu-Ibu Nelayan Di Pulau Sembilan Kabupaten Sinjai Dian” yang hasilnya bahwa pendampingan dan pelatihan yang telah dilakukan menambah keyakinan masyarakat dalam meningkatkan pendapatannya (Income Multiplier/IM) sehingga dapat menopang ekonomi masyarakat Pulau Sembilan Kabupaten Sinjai. (Diniarti et al., 2020) melakukan pengabdian masyarakat dengan judul “Edukasi Nilai Gizi Ikan Melalui Pelatihan Pembuatan Makanan Olah Berbahan Baku Ikan Tongkol” yang hasilnya adalah bahwa para peserta kegiatan sebanyak 28 orang terdiri dari ibu rumah tangga dan remaja putri. Olah makanan yang dibuat adalah tongkol presto dan risoles tongkol. Risoles dan tongkol presto dipilih karena

mudah dibuat, nilai gizi tinggi, dan memperlama masa simpan. Selain untuk menyediakan cemilan rumahan hasil produksi dapat dijual ke luar desa sehingga menambah pendapatan rumah tangga nelayan. Hasil pelaksanaan kegiatan ibu-ibu telah bertambah pemahaman tentang gizi ikan dan telah bisa mengolah dan mengkreasikan olahan berbahan dasar ikan tongkol. (Kusumaningsih & Retnoningtyas, 2019) dengan judul pengabdiannya “Pelatihan Pembuatan Abon Tongkol Di Desa Galiran Semarang Kelod Kabupaten Klungkung Bali” yang hasilnya adalah pelaksanaan pelatihan pengolahan abon langsung dipraktekkan oleh anak-anak asuh, dan hasilnya mereka pakai sebagai menu makanan. Ketrampilan mengolah bahan lokal ini baik bagi penyediaan nutrisi dan bekal ketrampilan untuk kedepannya bisa dikembangkan sebagai usaha di Rumah Singgah Budi Suci. (Panjaitan et al., 2019) dengan judul pengabdiannya “Pengolahan Abon Ikan Bandeng Desa Karangcangkring, Kecamatan Dukun, Gresik” hasilnya yaitu pembuatan abon ikan bandeng disimpulkan bahwa konsentrasi kunyit sangat berpengaruh nyata terhadap karakteristik mutu fisik organoleptik dari warna, aroma, tekstur dan rasa. Dimana dengan kode IKN 789 konsentrasi kunyit 1% menunjukkan warna, aroma, tekstur dan rasa yang tidak disukai oleh panelis. Sedangkan untuk kode BON 345 sangat disukai panelis dan berpengaruh terhadap warna, tekstur dan rasa dengan konsentrasi kunyit 0,5%. Sedangkan untuk kode YIT 543 dengan konsentrasi kunyit 2% berpengaruh terhadap aroma abon ikan bandeng.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pelatihan pembuatan abon dari ikan tongkol ini telah dilaksanakan pada hari Kamis, 25 Juni 2020 yang dihadiri oleh para ibu rumah tangga yang ada di RT 003 RW 003 Dusun Krasak Desa Pancakarya Kecamatan AJung Kabupaten Jember. Pelaksanaan pelatihan ini berjalan dengan lancar. Para ibu rumah tangga sangat senang sekali dengan adanya kegiatan pelatihan pembuatan abon dari ikan tongkol ini. Kegiatan pelatihan ini membuka wawasan para ibu rumah tangga bahwa ternyata ikan tongkol bias dibuat makanan ringan seperti abon yang mempunyai nilai gizi tinggi. Selain mendapat wawasan tentang pembuatan abon dari ikan tongkol ini, para ibu rumah tangga juga mendapat alih teknologi cara memisahkan minyak dari abon ikan tongkol. Adapun alat yang memisahkan minyak dari kandungan abon dinamakan peniris yang harganya kisaran Rp. 60.000,-. Alat ini sangat bermanfaat sekali karena abon yang dihasilkan mengandung minyak yang sedikit sekali sehingga dapat bertahan dalam waktu yang lama

DAFTAR REFERENSI

- Diniarti, N., Cokrowati, N., Setyowati, D. N., & Mukhlis, A. (2020). Edukasi Nilai Gizi Ikan Melalui Pelatihan Pembuatan Makanan Olahan Berbahan Baku Ikan Tongkol. *Abdi Insani*, 7(1), 49–54. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v7i1.300>
- Hardoko, Sari, P. Y., & Puspitasari, Y. E. (2015). SUBSTITUSI JANTUNG PISANG DALAM PEMBUATAN ABON DARI PINDANG IKAN TONGKOL S. *JURNAL PERIKANAN DAN KELAUTAN*, 20(1), 1–10.
- Hidayat, A. F., Baskara, Z. W., Werdiningsih, W., & Sulastri, Y. (2018). ANALISA KELAYAKAN FINANSIAL USAHA AGROINDUSTRI ABON IKAN DI TANJUNG KARANG, KOTA MATARAM Financial. *Urnal Ilmiah Rekayasa Pertanian Dan Biosistem*, 6(1), 69–75.
- <https://bulelengkab.go.id/detail/artikel/10-manfaat-ikan-tongkol-bagi-kesehatan-68>.
- (2018). <https://bulelengkab.go.id/detail/artikel/10-manfaat-ikan-tongkol-bagi-kesehatan-68>.
- Jusniati, Patang, & Kadirman. (2017). PEMBUATAN ABON DARI JANTUNG PISANG (MUSA PARADISIACA) DENGAN PENAMBAHAN IKAN TONGKOL (EUTHYNNUS AFFINIS). *Jusniati, Et Al / Jurnal Pendidikan Teknologi Pertanian*, 3(1), 58–66.

- Khatimah, H., Mappatoba, M., & Rauf, R. A. (2013). PENDEKATAN MARKETING MIX PADA INDUSTRI “ RAJA BAWANG ” DI KOTA PALU. *E-J. Agrotekbis*, 1(5), 464–470.
- Kusumaningsih, P., & Retnoningtyas, D. W. (2019). Pelatihan Pembuatan Abon Tongkol Di Desa Galiran Semarapura Kelod Kabupaten Klungkung Bali. *Buletin Udayana Mengabdi*, 18(4), 27–31. <https://doi.org/10.24843/bum.2019.v18.i04.p05>
- Novia, C., & Soedarmadji, W. (2019). Peningkatan Kemandirian Ekonomi Masyarakat Melalui Aneka Olahan Ikan Tongkol. *Jurnal Masyarakat Merdeka*, 2(1), 37–41.
- Nuraida, N. (2019). Jurnal Biology Science & Education 2019 NINING NURAIIDA, dkk. *Jurnal Biology Science & Education*, 8(2), 101–110. <https://jurnal.iainambon.ac.id/index.php/BS/article/view/1140/656>
- Nusi, T. S. I., Naiu, A. S., & Dali, F. A. (2015). Pendugaan Umur Simpan Abon Ikan Tongkol Asap. *Nike: Jurnal Ilmiah Perikanan Dan Kelautan*, 3(September), 103– 105.
- Panjaitan, H., Telaumbanua, F., & Siswanto, R. I. (2019). PENGOLAHAN ABON IKAN BANDENG DESA. *Jurnal Abdikarya : Jurnal Karya Pengabdian Dosen Dan Mahasiswa*, 03(1), 28–33. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/abdikarya/article/view/3698/2799>