

**PENGOLAHAN BEKASAM IKAN SEPAT (*Trichogaster trichopterus*) DI DESA
SUNGAI BESAR KECAMATAN KARANG INTAN KABUPATEN BANJAR
PROVINSI KALIMANTAN SELATAN**

PROCESSING OF SEPAT FISH (*Trichogaster trichopterus*) STEPS IN SUNGAI
BESAR VILLAGE, KARANG INTAN DISTRICT, BANJAR REGENCY, SOUTH
KALIMANTAN PROVINCE

Zuraida*, Yayuk Minta Wahyuningsih

*) Program Studi Agribisnis, Fakultas Pertanian UVAYA Banjarmasin
zuraidamusran@gmail.com

Abstrak

Bekasam Ikan Sepat dan Samu Ikan Sepat merupakan salah satu nama hasil olahan ikan dalam mengawetkan ikan segar. Bekasam berbahan dasar ikan yang diasinkan melalui proses fermentasi dengan garam dan nasi. Ikan yang diperam beberapa hari, dan ada juga dicampur dengan taburan samu beras yang telah disangrai atau digoreng. Selain itu ada Bekasam Samu Ikan Sepat yang hanya menggunakan garam dan dicampur dengan samu saja, yang prosesnya hanya satu hari sudah siap untuk dikonsumsi. Ikan yang akan dijadikan bekasam bisa jenis ikan apa saja, namun yang paling diminati orang Banjar adalah bekasam samu ikan sungai, karena hasil dari fermentasi ini memberikan rasa asam yang khas pada ikan, serta tekstur yang lembut dan kaya rasa. Bekasam memiliki tekstur daging yang lebih kenyal dibandingkan ikan segar pada umumnya, demikian juga pada samu ikan sepat. Pengolahan Samu ikan sepat memerlukan waktu lebih singkat tidak dalam waktu sehari-hari seperti bekasam, karena ikan samu ini tidak menghasilkan rasa masam tetapi rasa gurih dan aroma samunya yang dominan. Perbedaannya adalah pada waktu pengolahannya dan rasa dan aroma ikan yang dihasilkannya saja. Kegiatan ini juga merupakan langkah nyata dalam upaya mengolah ikan segar agar bertahan lama dengan mengawetkan secara tradisional dan sederhana ini diharapkan peserta dapat memperoleh pengetahuan yang sangat baik untuk bisa diterapkan pada saat ikan yang tidak bernilai saat musim berlimpah kalau diolah dengan baik akan dapat memberikan nilai tambah secara ekonomi dan sosial terutama dapat memenuhi gizi keluarga dan masyarakat.

Kata kunci: Ikan Sepat, Bekasam, Fermentasi, Samu

Abstract

Bekasam Fish Sepat and Samu Fish Sepat are one of the names of processed fish products in preserving fresh fish. Bekasam is made from fish that is salted through a fermentation process with salt and rice. Fish that is marinated, and there is also mixed with a sprinkling of roasted or fried rice samu. In addition, there is Bekasam Samu Fish Sepat which only uses salt and is mixed with samu, which is ready to be consumed in just one day. The fish that will be made into bekasam can be any type of fish, but the most popular among Banjar people is bekasam samu river fish, because the results of this fermentation give a distinctive sour taste to the fish, as well as a soft and rich texture. Bekasam has a more chewy meat texture than fresh fish in general, as well as samu fish. Processing Samu fish sepat takes less time, not in days like bekasam, because this samu fish does not produce a sour taste but a savory taste and the aroma of the samu is dominant. The difference is in the processing time and the taste and aroma of the fish produced only. This activity is also a real step in an effort to process fresh fish so that it lasts a long time by preserving it in a traditional and simple way. It is hoped that participants can gain very good knowledge to be applied when fish that are not valuable during the abundant season if processed properly will be able to provide added value economically and socially, especially to meet the nutritional needs of families and communities.

Keywords: Sepat Fish, Bekasam, Fermented, Samu

PENDAHULUAN

Tempat berkembangbiaknya ikan adalah air, baik di laut, sungai maupun rawa. Lahan rawa adalah lahan darat yang tergenang secara periodik atau terus menerus secara alami dalam waktu lama karena drainase yang terhambat, meskipun dalam keadaan tergenang, Genangan lahan rawa dapat disebabkan oleh pengaruh pasang surutnya air laut, ada juga rawa yang genangan airnya disebabkan karena luapan air sungai dan atau air hujan di daerah cekungan yang biasa disebut dengan rawa lebak. Genangan ini umumnya terjadi pada musim hujan dan menyusut pada musim kemarau.

Rawa yang terbentuk ada tiga jenis, yaitu rawa monoton, rawa pasang surut dan rawa tadah hujan (Halim dan Noor, 2007). Luasnya rawa tersebut memungkinkan berkembangbiaknya berbagai biota dan ikan dapat hidup dengan baik seperti ikan sepat dan berbagai jenis ikan lainnya.

Ikan sepat banyak tersebar di Indonesia, dan diketahui ada beberapa spesies dari jenis ikan sepat yakni sepat siam (*Trichogaster pectoralis*), sepat mutiara (*Trichogaster Sp*) yang biasa banyak dipergunakan sebagai ikan hias yang memiliki varian warna cantik dan menarik dan sepat rawa (*Trichogaster trichopterus Pall*). Ikan ini biasanya hidup bergerombol dirawa-rawa, danau, aliran air yang tenang atau lahan basah di dataran rendah termasuk sawah- sawah yang ditumbuhi tanaman air seperti kangkung air, eceng gondok dan sejenisnya. Disaat musim banjir penyebarannya meluas mengikuti aliran air sehingga masuk sampai daerah pedalaman yang tergenang air.

Ikan kaya akan gizi esensial merupakan sumber protein hewani yang terbaik mengandung asam amino asam lemak omega-3-6-9 serta berbagai vitamin, mineral dan protein dalam mengatasi masalah gizi masyarakat sangat bermanfaat bagi kesehatan. Gizi dalam ikan sepat rawa segar yakni energy sebesar 289 kilokalori, protein 38 gram, lemak 14 gram, kalsium 40 miligram, fosfor 100 miligram dan zat besi 1 miligram dalam 100 gram ikan sepat. Kebutuhan minimum konsumsi ikan ideal

adalah setara 12,9 gram protein/kapita/hari untuk konsumsi ikan ideal sudah dapat memenuhi 24,8% angka kecukupan protein yang salah satu sumber protein yang tinggi adalah ikan (Yulmiaris, 2013)

Ada perbedaan kadar protein yang terkandung antara kondisi ikan sepat segar yakni 8,796% dan hasil pengolahan menjadi ikan sepat kering 7,078% (Ermila, 2011) atau lebih tinggi lagi pada ikan yang dipermentasi.

Desa Sungai Besar Kecamatan Karang Intan Kabupaten Banjar merupakan salah satu daerah penghasil ikan yaitu melalui budidaya ikan dalam keramba dan juga masyarakat banyak mengambil ikan di rawa pada musim kemarau yakni ikan Haruan, ikan betok, ikan nila atau mas maupun ikan sepat. Pada saat berlimpahnya hasil tangkapan ikan maka masyarakat mulai memikirkan bagaimana mengolah ikan-ikan tersebut agar tahan lama seperti melalui pengeringan atau dengan cara permentasi yang yang biasa disebut dengan, wadi, bekasam atau atau pekasam dilakukan secara tradisional sederhana dan alami. Tujuannya untuk memperpanjang masa simpan ikan dan sekaligus memberikan rasa khas tertentu pada ikan tersebut tanpa memerlukan lemari pendingin.

Permentasi ikan segar yang sederhana yang biasa dilakukan masyarakat Banjar yang disebut dengan bekasam ini merupakan salah satu makanan tradisional dengan ciri khas yang enak dan lezat tapi bukan sekedar makanan pelengkap sewaktu makan nasi tetapi juga merupakan bagian dari warisan budaya masyarakat Kalimantan Selatan yang perlu dilestarikan.

Bekasam ikan sepat adalah salah satu jenis makanan fermentasi tradisional yang dibuat dari ikan air tawar. Proses pembuatan Bekasam melibatkan fermentasi ikan dengan menggunakan bahan-bahan alami seperti beras atau nasi, garam dan rempah-rempah. Bekasam olahan ikan dengan cara fermentasi ini menggunakan kadar garam tinggi dan bakteri asam laktat. Bakteri asam laktat pada bekasam ini adalah bakteri *Lactobacillus plantarum*. Fermentasi ini akan memberikan sedikit rasa asam yang khas pada ikan, serta

tekstur yang lembut dan kaya akan rasa yang juga menambah nilai gizi pada ikan tersebut karena proses fermentasi meningkatkan kandungan probiotik dalam makanan sehingga baik untuk kesehatan pencernaan, selain itu bekasam ikan juga mengandung protein dan asam lemak omega-3 untuk kesehatan tubuh. Bekasam memiliki beberapa manfaat bagi kesehatan, seperti menghambat Angiotensin-I-Converting Enzyme (ACE) dan menurunkan kolesterol.

METODOLOGI PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pendekatan pelatihan. Pelatihan yang dimaksud memanfaatkan sumber daya alam yang ada disekitar masyarakat dan dengan memberdayakannya melalui kegiatan ibu-ibu rumah tangga baik PKK atau kumpulan kelompok yasinan bulanan di Desa Sungai Besar Kecamatan Karang Intan Kabupaten Banjar, dengan 4 (empat) tahapan yaitu :

1. Tahap Persiapan

Tim pengabdian melakukan beberapa persiapan melalui observasi lapangan. Selanjutnya mengidentifikasi masalah yang dihadapi Masyarakat terutama ibu-ibu rumah tangga dalam menangani berlimpahnya hasil tangkapan ikan di desa tersebut pada waktu-waktu tertentu dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab, dan simulasi (Sumarni, 2020). Adapun persiapan disini adalah pelatihan yang dilakukan berupa praktik pengolahan bekasam ikan sepat agar ikan hasil tangkapan masyarakat bisa bertahan cukup lama yaitu dengan salah satu cara mengawetkan ikan segar dan menambah nilai gizi serta dapat juga menambah nilai tambah dari ikan tersebut. Serta dapat bertanya jawab untuk menggali pengetahuannya terkait materi yang disampaikan tim pengabdian. Selanjutnya pada bagian simulasi peserta dapat mempraktikkan materi pelatihan yang diperoleh sebelumnya. Adapun peserta pelatihan berjumlah 16 orang.

2. Tahap Sosialisasi

Pada tahap ini pengabdian kemudian berkoordinasi dengan koordinator kegiatan yakni Bapak Abdul Kadir sebagai Kepala

Desa atau Pembakal, adapun yang dibahas berkaitan dengan jumlah peserta yang dilibatkan, waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.

Selain itu dijelaskan tentang cara pengolahan Bekasam Ikan Sepat atau Samu Ikan sungai lainnya dengan cara sederhana yang menggunakan bahan-bahan yang ada disekitar mereka dengan menjelaskan bahwa tujuan dan manfaat dari kegiatan ini secara menyeluruh yakni selain secara teknis juga secara ekonomis yang nantinya dapat membantu menambah penghasilan keluarga. Tim pengabdian pada tahapan ini melakukan penyusunan alat pengumpul data berupa lembar observasi sekaligus menyiapkan materi pelatihan melalui power point.

3. Tahap Pelatihan

Tahap sosialisasi yaitu tim pengabdian berkoordinasi dengan koordinator dan ibu-ibu anggota PKK DAN Masyarakat Desa Sungai Besar untuk menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan pelatihan dan memastikan jumlah peserta yang ikut serta dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat ini. Pada tahap ini juga tim pengabdian melakukan sosialisasi yakni cara pengawetan ikan segar agar tahan lama melalui fermentasi pengolahan bekasam ikan sepat dan Samu Ikan Sepat secara sederhana dengan harapan mendapatkan rasa khas dari ikan bekasam ini sampai dengan bagaimana cara penyimpanan dan cara memasak dengan penyajian makanan tradisional ini agar tidak punah untuk generasi akan datang.

4. Evaluasi

Untuk mengetahui keberhasilan kegiatan ini dapat dilihat dari kemampuan peserta sebagai berikut:

- a. Memanfaatkan kesempatan ini sebagai kegiatan yang dapat menambah nilai ekonomis skala rumah tangga yang bisa menghasilkan uang.
- b. Penjelasan materi yang disampaikan pemateri dengan saksama.
- c. Mengikuti arahan pemateri dalam melakukan pengambilan gambar melalui hp.
- d. Evaluasi
- e. Penutupan

PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berlangsung di Desa Sungai Besar Kecamatan Karang Intan Kabupaten Banjar ini merupakan pelaksanaan agenda Fakultas Pertanian Universitas Achmad Yani Banjarmasin yang sudah terprogram setiap tahunnya. Sebelum pelaksanaan pengabdian tim pengabdian melakukan observasi ke kelompok ibu-ibu rumah tangga yang termasuk dalam kelompok PKK di Desa ini yakni pada tanggal 20 September 2024. Berdasarkan hal itu tim pengabdian melakukan identifikasi masalah karena wilayah berada diantara sungai dan rawa yang kaya akan sumber daya ikan baik budidaya maupun hasil tangkapan dialam. Permasalahan utama diantaranya kurangnya kesadaran dan pengetahuan tentang bagaimana cara mengolah dan mengawetkan ikan sungai disaat musim panen dan penangkapan ikan yang berlimpah dan juga rendahnya pengetahuan mereka untuk mengolah ikan tersebut menjadi ikan dengan cita rasa yang enak dan masih familiar dilidih Masyarakat Banjar yaitu melalui pengolahan bekasam ikan sepat dan Samu ikan Sepat. Kegiatan ini adalah salah satu cara mengawetkan ikan segar secara sederhana dimana apabila masyarakat tidak mempunyai lemari pendingin. Kemudian, pada tanggal 20 September 2024 tim pengabdian melakukan koordinasi dengan koordinator lapangan Bapak Abdul Kadir untuk menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan penyuluhan atau pengabdian masyarakat. Dengan melibatkan 16 orang peserta. Kegiatan ini mulai pukul 9.00 sampai dengan pukul 12.00 wita. Pengabdian diawali dengan pembukaan oleh Ketua Pengabdian Masyarakat Fakultas Pertanian Univ. Achmad Yani Banjarmasin, kemudian sambutan dari kepala Desa Sungai Besar sebagai tuan rumah dan ibu Ketua PKK dan dilanjutkan penyampaian materi pengabdian tentang pentingnya pengolahan dan pengawetan ikan segar dalam hal ini adalah ikan sepat rawa dan manfaatnya bagi keluarga baik secara teknis dan manfaat secara ekonomis. Karena hasil olahan ikan akan dapat memenuhi gizi keluarganya

sendiri atau dapat dijual ke tetangga atau ke pasar desa dan pasar kecamatan yang nantinya dapat menambah penghasilan keluarga. Dengan demikian mereka bersemangat memanfaatkan media sosialnya untuk aktivitas usaha bukan sebatas komunikasi saja. Peserta juga menyimak dengan baik penyampaian materi yang diberikan pematari. Berikut gambar pembukaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan penyampaian materi dari narasumber.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan Pelatihan Pengolahan Bekasam Ikan Sepat oleh Ketua Tim Pengabdian Masyarakat.

Kegiatan penyuluhan dan pelatihan cara pengawetan ikan segar di Desa Sungai Besar ini sudah ada masyarakat melaksanakan secara sederhana yaitu dengan cara pengeringan untuk ikan Nila atau Haruan. Tetapi dengan banyaknya informasi dari berbagai media digital sekarang ini membuat para ibu-ibu atau masyarakat membuka wawasan untuk banyak berkreasi terutama cara pengolahan dan mengawetkan ikan segar agar nantinya dapat diperoleh kualitas ikan yang baik untuk jangka waktu tertentu. Pengolahan dan pengawetan ikan segar ini seharusnya inisiatif dimulai dari masyarakat setempat yang sadar pada waktu tertentu banyaknya ikan sungai atau ikan rawa yang diambil secara alami. Karena sifat ikan adalah mudah busuk maka dengan kurangnya keterampilan masyarakat maka ikan-ikan tersebut saat berlimpah dengan nilai yang rendah dan ada sebagian yang dibuang begitu saja karena kualitasnya menurun atau membusuk, sehingga nara sumber mencoba merubah paradigma masyarakat setempat untuk memanfaatkan ikan tersebut menjadi bernilai ekonomis. Nantinya dengan

perubahan paradigma tersebut akan meninggalkan cara lama agar sesuatu yang ada disekitar lingkungan tempat tinggal baik itu tanaman atau hewan dan ikan akan mempunyai nilai dengan harga baik yang dapat membuka peluang bisnis sehingga ini nantinya akan merupakan salah satu sumber pendapatan untuk keluarga. Di bawah ini adalah para peserta anggota pelatihan tim PKK Desa Sungai Besar.



Gambar 2. Peserta Pengabdian pada Masyarakat di Desa Sungai Besar.

Dengan antusiasnya para peserta penyuluhan dan juga para mahasiswa dan nara sumber, hendaknya hal ini harus diberi motivasi dari Pemerintah setempat untuk memfasilitasi dengan kebijakan-kebijakan yang berhubungan dengan hal tersebut, seperti pendanaan, kemitraan dan pendampingan. Sebenarnya memulai dengan mengajak masyarakat peduli keluarga dan lingkungan, hal ini berhadapan dengan kemauan, budaya, pemahaman dan kepedulian masyarakat yang masih rendah untuk mau berubah.

Selanjutnya acara oleh pemateri menjelaskan materi tentang cara mengawetkan ikan segar secara sederhana dan alami dengan memanfaatkan bahan-bahan yang tersedia disekitar kita dengan cara pengolahannya. Selanjutnya pemateri menjelaskan juga bagaimana hasil

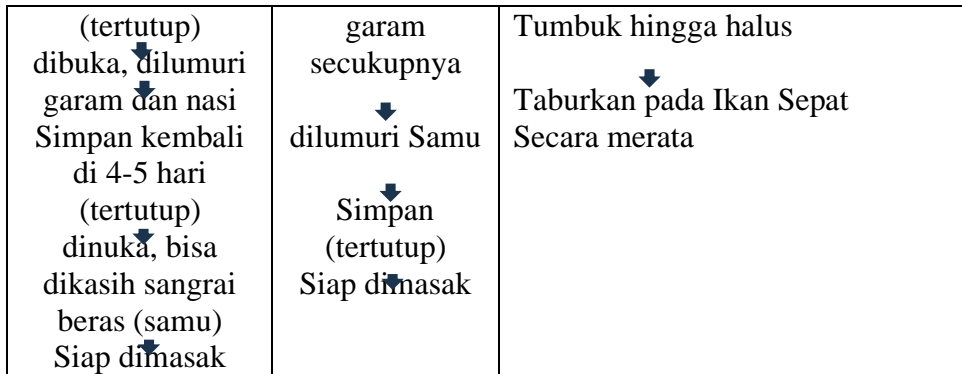
pengolahan ikan ini dapat dijual dengan nilai ekonomis tinggi yang mana dengan pengolahan ikan yang secara sederhana ini dapat meningkatkan nilai tambah ikan sehingga dapat memberikan manfaat dan kepuasan dari rasa dan selera orang banjar. Dengan antusias peserta menyimak penjelasan sesuai arahan pemateri dengan berbagai pertanyaan dari peserta. Hal ini dapat dilihat dari Gambar berikut.



Gambar 3. Pemateri Menjelaskan Cara Pengolahan Bekasam Ikan Sepat Rawa. Adapun Bahan dan alat yang dipersiapkan seperti:

- Bahan : Ikan sepat segar 1 kg
 - Garam 1 bungkus 200 gram
 - Beras 0,5 kg
 - Nasi 1 Centong
 - Air, Minyak Goreng, Bawang Merah, Putih dan Lombok Merah dan Hijau
 - Alat-alat : Baskom, Toples, lesung dan alu
 - Pisau, Timbangan., Wajan, Sendok, Piring, Kompor gas.
- Adapun secara sederhana langkah-langkah cara mengawetkan ikan segar sungai atau rawa dengan pengolahan secara tradisional yaitu dengan langkah-langkah seperti bagan di bawah ini.

Bekasam Ikan Sepat	Samu Ikan Sepat	Pembuatan Samu
Ikan Sepat segar (tiriskan) Dibersihkan dan dilumuri garam, simpan 1-2 hari	Ikan Sepat segar (tiriskan) ↓ Dibersihkan dan dilumuri	Beras Ketan dicuci (tiriskan) ↓ Disangrai (Sampai berwarna agak kecoklatan) ↓



Gambar 4. Bagan Pengolahan Bekasam dan Samu Ikan Sepat Secara Sederhana.

Pekasam ikan atau bekasam samu ikan yang biasa digunakan berbagai jenis ikan sungai atau rawa adalah salah satu jenis makanan fermentasi tradisional yang dibuat dari ikan air tawar. Proses pembuatan pekasam melibatkan fermentasi ikan dengan menggunakan bahan-bahan alami seperti beras atau nasi, dan garam. Fermentasi ini memberikan rasa asam yang khas pada ikan, serta tekstur yang lembut dan kaya rasa. Bekasam memiliki tekstur daging yang lebih kenyal dibandingkan ikan segar pada umumnya, berasa asam dan asin khas disertai aroma tertentu, tetapi beda dengan samu ikan sepat yang berasa tidak seasin ikan bekasam.

Bekasam dihasilkan melalui proses fermentasi oleh bakteri asam laktat. Sebelumnya, ikan sepat segar dibersihkan sisik dan isi perutnya, kemudian direndam terlebih dulu dalam larutan garam 15% selama dua hari (48 jam), tanpa boleh kena udara terbuka. Setelah dicuci dan ditiriskan, ikan bergaram ini dibubuhi sumber bakteri asam laktat (biasanya menggunakan sayur asin) dan sumber karbohidrat tambahan (misalnya nasi atau tape). Kemudian disimpan di dalam wadah yang tertutup rapat selama sekurang-kurangnya 5-7 hari agar berfermentasi.

Pertama pembuatan bekasam ikan sepat yang sangat diperhatikan adalah dengan cara membersihkan ikan dan dibuang sisik, kepala dan insang dan isi perutnya, dicuci sampai bersih dan tiriskan sampai kering. Jangan sampai ada darahnya tertinggal sedikitpun, karena darah ikan akan membuat ikan cepat menjadi busuk dan bau. Gambar dibawah ini adalah ikan sepat segar yang sudah dibersihkan dan siap untuk diolah :



Gambar 5. Ikan Sepat Segar yang Siap Diolah.

Kemudian ikan dilumuri dengan garam dapur dengan perbandingan 10-15% dari berat ikan secara merata, Selanjutnya dimasukkan dalam wadah tertutup dan disimpan selama 1-2 hari pada temperatur kamar, kegunaannya adalah untuk meningkatkan kadar asam glutamat, karena mikroorganisme dapat memecah protein menjadi asam amino dan peptida, salah satunya adalah asam glutamat. Hasil penelitian tentang bakteri asam laktat pada produk fermentasi berkembang dengan ditemukan manfaat bakteri asam laktat dalam bahan pangan antara lain penghasil bakteriosin dan manfaat lainnya dalam memberikan efek fisiologis tertentu yang membawa manfaat bagi kesehatan antara lain sebagai antikooleterol, mencegah kanker, dan antihipertensi. Kegiatan penggaraman ikan seperti pada Gambar 6 di bawah ini



Gambar 6. Ikan Sepat yang Diberi Garam dan Nasi untuk proses Permentasi

Ikan yang diperam dikeluarkan lagi dan kemudian dicampur dengan sedikit garam serta nasi yang sudah didinginkan dan diaduk secara merata kemudian dimasukkan kedalam toples tertutup yang disesuaikan agar rongga udara antara tutup dengan ikan yang akan difermentasi hanya tersisa sedikit rongga saja.



Gambar 8. Ikan Sepat dimasukkan ke Toples untuk diperam. Selama 7 hari.

Setiap 2-3 hari sekali dikeluarkan dan diaduk, hal ini agar bakteri asam laktat yang diharapkan memfermentasi ikan dapat tumbuh baik pada kondisi sedikit oksigen. Selanjutnya toples dibiarkan selama 6-7 hari pada suhu ruang untuk memberikan kesempatan terjadinya fermentasi secara alami/spontan. Selain dicampur dengan nasi bisa juga dengan samu atau beras ketan yang disangrai dan sudah dirumbuk. Setelah 1 minggu maka ikan sepat bekasam sudah matang dan siap untuk diolah dan disajikan sebagai lauk makan nasi untuk keluarga, seperti pada Gambar 8 di bawah ini.



Gambar 8. Bekasam Ikan Sepat yang Sudah Matang Peram.

Selanjutnya pemateri menjelaskan Bekasam yang menggunakan Samu adalah cara pengawetan lain yang menggunakan ikan segar yang tidak diperam dengan garam yang biasa disebut Samu ikan sepat yang memerlukan waktu hanya satu hari sudah bisa di konsumsi. Adapun langkah-langkah pengolahannya adalah sebagai berikut :

Pertama adalah pembuatan Samu yaitu beras dicuci bersih dengan air dan ditiriskan, kemudian disangrai dengan api kecil agar masak merata dengan warna kecoklatan dan setelah aroma harum angkat dan dinginkan. Kemudian setelah itu ditumbuk hingga kecil dengan lesung dan siap untuk ditaburkan pada ikan sepat segar yang sudah bersih dan diberi garam tadi. Gambar 9 di bawah ini adalah olahan Samu.



Gambar 9. Samu adalah Beras yang disangrai

Langkah selanjutnya ikan yang sudah dibersihkan, dicuci dan ditiriskan tadi dilumuri

sedikit garam agar tidak keasinan (tergantung selera), dan kemudian diberi samu secara merata,. Seperti gambar di bawah ini.



Gambar 10. Ikan Sepat siap Untuk diolah menjadi Samu Ikan Sepat.

Makin banyak pemberian samu akan semakin lama masa mengawetkan ikan yang segar tadi hingga 7-10 hari pada suhu kamar yang sudah dimasukkan kedalam toples yang ditutup rapat, dan apabila dimasukkan dalam lemari pendingin bisa sampai 6 bulan. Pengolahan Samu ikan sepat ini memerlukan waktu yang singkat, tidak dalam waktu berhari-hari seperti bekasam, karena ikan samu ini tidak menghasilkan rasa masam tetapi hanya rasa gurih dan aroma samunya yang dominan. Perbedaannya adalah pada waktu pengolahannya, rasa dan aroma ikan yang dihasilkan. Dibawah ini adalah samu ikan sepat.



Gambar 11. Samu Ikan Sepat.

Setelah selesai pengolahan maka ikan siap untuk dimasak dan dihidangkan bersama nasi untuk keluarga. Ikan bekasam atau Samu

ikan sepat ini bisa diolah dengan cara digoreng kering ditambah dengan bawang merah dan bawang putih, lombok merah dan lombok hijau yang terasa aroma yang khas harum menggugah selera, seperti Gambar dibawah ini.



Gambar 12. Bekasam atau Samu Ikan Sepat yang Sudah Digoreng.

Setelah pemateri selesai memaparkan materi diharapkan peserta penyuluhan dan pelatihan ini, masyarakat Desa Sungai Besar Kecamatan Karang Intan dapat membuka wawasan berpikir untuk terus berkembang baik melalui interaksi sesama warga ataupun melalui media digital dengan memperoleh pengetahuan yang bisa diterapkan dan dipraktikan baik secara individu rumah tangga atau kelompok di lingkungan masyarakat desa. Dimana pada saat ikan sungai melimpah dan harga ikan rendah dengan dilakukan pengolahan ini akan dapat memberikan nilai tambah dan akhirnya bernilai ekonomis tinggi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bekasam berbahan dasar ikan segar yang diasinkan melalui proses fermentasi dengan garam dan nasi. Ikan yang diperam beberapa hari, dan ada juga dicampur dengan taburan samu beras yang telah disangrai atau digoreng. Selain itu ada Bekasam Samu Ikan yang hanya menggunakan garam dan dicampur dengan samu yang prosesnya hanya satu hari sudah siap untuk dikonsumsi. Ikan yang akan dijadikan bekasam bisa jenis ikan apa saja, namun yang paling diminati orang

Banjar adalah bekasam ikan sungai.

Mengenai proses pembuatannya, belum ada standar proses dalam pembuatan bekasam, sehingga tidak dipungkiri jika berbagai wilayah memiliki tahapan prosesnya masing-masing yang sedikit berbeda tapi yang dihasilkan hampir sama yaitu memfermentasi ikan dengan tujuan untuk mengawetkan ikan agar bisa dikonsumsi dalam jangka waktu yang panjang. Proses fermentasi tidak hanya dilakukan dengan menambahkan garam pada bahan, melainkan dilakukan pula penambahan nasi sebagai sumber karbohidrat untuk pertumbuhan mikroorganisme. Karbohidrat akan diurai menjadi gula sederhana oleh mikroorganisme, kemudian akan diubah menjadi asam laktat, etanol, asam asetat, asam format, dan CO₂. Hasil fermentasi inilah yang akan memberikan rasa dan aroma khas bekasam. Dan kini, pembuatan bekasam dapat juga dilakukan secara modern dengan cara menambahkan kultur murni yang dapat memproduksi asam laktat seperti *L. acidophilus*. Penambahan kultur murni dilakukan dengan cara melarutkannya dalam air dan es batu sehingga siap untuk dijadikan sebagai larutan rendaman ikan. Proses selanjutnya sama persis dengan proses pada pembuatan bekasam secara tradisional, yaitu ikan yang sudah direndam pada larutan kultur murni kemudian ditiriskan dan ditempatkan dalam wadah dengan ditambahkan garam dan nasi serta dibiarkan selama 7 hari.

Kelebihan adanya tahap penambahan kultur murni adalah memastikan bahwa proses fermentasi pada ikan dapat terjadi dan bakteri atau mikroorganisme yang tumbuh selama fermentasi lebih spesifik. Banyak sedikitnya kultur murni yang ditambahkan pada ikan dapat mempengaruhi kandungan lovastatin pada bekasam. Lovastatin merupakan zat gizi pada bekasam yang bermanfaat sebagai penurun kolesterol. Hal ini disebabkan selain bakteri asam laktat, dimungkinkan adanya pertumbuhan mikroorganisme lain yang dapat menghasilkan metabolit sekunder lovastatin selama fermentasi (Lestari dkk., 2018). Mikroorganisme pada fermentasi bekasam yang dapat menghasilkan lovastatin antara

lain adalah *Aspergillus terreus* dan *Monascus purpureus* (Nauli dan Udin, 2006; Tedjautama dan Zubaidah, 2014).

Tetapi disini pemateri hanya mengolah dengan cara yang sederhana dan tradisional yaitu menggunakan garam yang digunakan bagi memeram ikan turut bertindak mengukuhkan struktur daging ikan agar lebih pejal, dan ini membuat ikan bekasam tidak mudah hancur bila digoreng. Selain itu garam juga akan membuat ikan bekasam mereput dengan cepat sehingga tulang pun bisa dimakan.

Dari hasil pengabdian pada masyarakat dengan melalui penyuluhan pengolahan bekasam ikan sepat ini dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan baru pada masyarakat Sungai Besar yang sehari-harinya sebagai petani, pedagang dan ibu rumah tangga untuk dapat memanfaatkan sewaktu ikan berlimpah yang tadinya bernilai ekonomi rendah setelah diolah dengan cara sederhana saja dapat memberikan nilai tambah secara ekonomi dan sosial. Hal ini dilakukan dengan cara memaksa masyarakat untuk peduli dengan memotivasi dan memberikan solusi inovatif mengubah perilaku masyarakat agar lebih produktif untuk merekayasa peningkatan gizi keluarga dan masyarakat. Dengan paradigma tersebut akan meninggalkan cara lama agar sesuatu yang ada disekitar lingkungan tempat tinggal baik itu tanaman atau hewan dan ikan akan mempunyai nilai ekonomis yang akhirnya dapat membuka peluang bisnis sehingga ini nantinya akan merupakan salah satu sumber pendapatan untuk keluarga.

Adapun rekapitulasi hasil observasi peserta dapat dilihat pada Tabel 1. Selain itu juga untuk mengetahui respons peserta terhadap kegiatan pelatihan ini tim pengabdian memberikan angket wawancara terbuka. Dari 16 peserta yang ikut serta, seluruhnya mengatakan senang mengikuti pelatihan yang mana akan menambah pengetahuan mereka tentang pengelolaan dan cara mengawetkan ikan segar.

Tabel 1. Rekapitulasi Observasi

Kriteria	Pernyataan	Terlaksana
Aktivitas dalam kehadiran pelatihan	Peserta Peserta hadir lebih dulu sbelum kehadiran peserta penyuluh	90 %
Aktivitas Melakukan Pengolahan Pekasam Ikan Sepat	Peserta Peserta mampu mengolah dan mempraktikkan	80 %
Aktivitas Mengikuti Penjelasan Pemateri	Peserta Peserta aktif menyimak dengan saksama seluruh rangkaian kegiatan PKM	90 %
Rata-rata		88,67 %

Untuk mengevaluasi kegiatan pelatihan ini maka secara umum dari rata-rata penilai sebesar 88,67% dikatakan sangat baik, dilihat dari tim penyuluh dengan materi yang sederhana dalam penyampaiannya dan peserta pelatihan dapat menyimak dan mengerti untuk dapat diimplementasikan pada masing-masing rumah tangga..

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksanaan kegiatan PKM bisa terlaksana dengan lancar berkat dukungan moriil LPM Universitas Achmad Yani Banjarmasin (UVAYA Banjarmasin), Dekan Fakultas Pertanian UVAYA Banjarbaru dengan ini tim pengabdian mengucapkan terima kasih. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada anggota Kelompok PKK di Desa Sungai Besar Kecamatan Karang Intan Kabupaten Banjar yang bersedia menjadi mitra.

PENUTUP

Kesimpulan

Hasil penyuluhan dan pelatihan

Pengolahan Bekasam Ikan Sepat dan Samu Ikan Sepat di Desa Sungai Besar selesai secara umum dari rata-rata penilaian keterlibatan masyarakat Desa Sungai Besar sebesar 88,67 % dikatakan sangat baik, dilihat dari tim penyuluh dengan materi yang sederhana dalam penyampaiannya dan peserta pelatihan dapat menyimak dan mengerti untuk dapat diimplementasikan pada masing-masing rumah tangga. Kegiatan ini juga merupakan langkah nyata dalam upaya mengolah ikan segar agar bertahan lama dengan mengawetkan secara tradisional dan sederhana ini diharapkan peserta dapat memperoleh pengetahuan yang sangat baik untuk bisa diterapkan pada saat ikan yang tidak bernilai saat musim berlimpah kalau diolah dengan baik akan dapat memberikan nilai tambah secara ekonomi dan sosial terutama dapat memenuhi gizi keluarga dan masyarakat.

Saran

Dengan bekal pengetahuan dari penyuluhan dan pelatihan yang ada diharapkan masyarakat terus makan ikan baik segar maupun yang diolah dengan cara fermentasi, karena kebutuhan gizi terutama protein sangatlah penting untuk pertumbuhan anak-anak dan meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan, hal ini harus ada kerjasama yang baik dari Pemerintah Daerah terutama Dinas Pertanian dan Perikanan serta Dinas yang terkait yang terus menerus untuk memberikan informasi tentang peningkatan makan protein ikan demi mencerdaskan anak bangsa.

DAFTAR PUSTAKA

- Lestari, S., Rinto, Huriyah, S.B. 2018. Peningkatan Sifat Fungsional Bekasam Menggunakan Starter *Lactobacillus acidophilus*. *JPHPI* 21(1): 179-187.
- MURTINI JT, YULIANA E, NURJANA, NASRAN S. (1997). "Pengaruh penambahan starter bakteri asam laktat pada pembuatan bekasam ikan sepat (*Trichogaster trichopterus*) terhadap mutu dan daya awetnya". *Jurnal*

- Penelitian Perikanan
Indonesia III(2): 71-82.*
- Pekasam. *kbbi. Kemdikbud.go.id*. Diakses tanggal 12 Desember 2024.
- Pemerintah Kabupaten Hulu Sungai Tengah. *www. hulusungaitengahkab.go.id*. Diakses tanggal 12 Desember 2024.
- Sumarni, Prayitno, A.T., & Adiastry. (2020). *Pendampingan Penulisan Artikel Ilmiah bagi Guru-Guru SMA Kecamatan Jalaksana Kabupaten Kuningan*. Al Khidmat : Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat
- Tedjautama E. dan Zubaidah E. 2014. Peningkatan produksi pigmen merah angkak tinggi lovastatin menggunakan ko-kultur *Monascus purpureus* dan *Saccharomyces cerevisiae*. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*. 2(4): 78-88.
- Tengik dan Asam Namun Bikin Ketagihan, Gini Cara Mengolah Ikan Pekasam. *Suara.com*. Diakses Tanggal 12 Desember 2024.