

PEMBERDAYAAN IBU RUMAH TANGGA UNTUK MENDAPATKAN PENGHASILAN TAMBAHAN DENGAN MEMBUAT PENGANAN PEMPEK MEMAKAI IKAN PATIN DI PERUMAHAN BARATA RT.003/RW 007 KARANG TENGAH CILEDUG

Elok kurniawati dan Garin Pratiwi Solihati
Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Mercu Buana
Email: kurniawati.elok@gmail.com
g.solihati@yahoo.com

ABSTRAK

Pempek adalah makanan khas Palembang yang terbuat dari ikan yang dihaluskan dengan sagu, serta beberapa komposisi lain seperti telur, bawang putih halus, penyedap rasa dan garam. Sebenarnya sulit untuk mengatakan bahwa pempek pusatnya adalah Palembang karena hampir di semua daerah di Sumatera Selatan

Penyajian pempek ditemani oleh saus berwarna hitam kecoklat-coklatan yang disebut cuka atau cuko (bahasa Palembang). Cuko dibuat dari air yang dididihkan, kemudian ditambah gula merah, udang ebi dan cabe rawit tumbuk, bawang putih, dan garam. Bagi masyarakat asli Palembang, cuko dari dulu dibuat pedas untuk menambah nafsu makan. Namun seiring masuknya pendatang dari luar pulau Sumatera maka saat ini banyak ditemukan cuko dengan rasa manis bagi yang tidak menyukai pedas. Cuko dapat melindungi gigi dari karies (kerusakan lapisan email dan dentin). Karena dalam satu liter larutan kuah pempek biasanya terdapat 9-13 ppm fluor. satu pelengkap dalam menyantap makanan berasa khas ini adalah irisan dadu timun segar dan mie kuning.

Adapun Metode kegiatan yang akan digunakan adalah sebagai: 1) Metode Demonstrasi; mencontohkan membuat pempek berbahan dasar ikan patin 2) Metode Tanya jawab; digunakan untuk memberikan kesempatan bagi peserta yang belum jelas dalam proses pembuatan pempek di Barata Tama II No.156 RT.003 RW 007 Karang Tengah Ciledug

Kata kunci: Menambah penghasilan rumah tangga dengan usaha pempek ikan patin.

PENDAHULUAN

Pempek atau Empek-empek adalah makanan khas Palembang yang terbuat dari ikan yang dihaluskan dengan sagu, serta beberapa komposisi lain seperti telur, bawang putih halus, penyedap rasa dan garam. Sebenarnya sulit untuk mengatakan bahwa pempek pusatnya adalah Palembang karena hampir di semua daerah di Sumatera Selatan

Penyajian pempek ditemani oleh saus berwarna hitam kecoklat-coklatan yang disebut cuka atau cuko (bahasa Palembang). Cuko dibuat dari air yang dididihkan, kemudian ditambah gula merah, udang ebi dan cabe rawit tumbuk, bawang putih, dan garam. Bagi masyarakat asli Palembang, cuko dari dulu dibuat pedas untuk menambah nafsu

makan. Namun seiring masuknya pendatang dari luar pulau Sumatera maka saat ini banyak ditemukan cuko dengan rasa manis bagi yang tidak menyukai pedas. Cuko dapat melindungi gigi dari karies (kerusakan lapisan email dan dentin). Karena dalam satu liter larutan kuah pempek biasanya terdapat 9-13 ppm fluor. satu pelengkap dalam menyantap makanan berasa khas ini adalah irisan dadu timun segar dan mie kuning.

Jenis pempek yang terkenal adalah "pempek kapal selam", yaitu telur ayam yang dibungkus dengan adonan pempek dan digoreng dalam minyak panas. Ada juga yang lain seperti pempek lenjer, pempek bulat (atau terkenal dengan nama "ada'an"), pempek kulit ikan, pempek pistel (isinya irisan pepaya muda

rebus yang sudah ditumis dan dibumbui), pempek telur kecil, dan pempek keriting. Pada awalnya pempek dibuat dari ikan belida. Namun, dengan semakin langka dan mahalnya harga ikan belida, ikan tersebut juga dapat diganti dengan ikan gabus yang harganya lebih murah, tetapi dengan rasa yang tetap gurih. Pada perkembangan selanjutnya, digunakan juga jenis ikan sungai lainnya, misalnya ikan putak, toman, dan bujuk. Dipakai juga jenis ikan laut seperti Tenggiri, Kakap Merah, parang-parang, ekor kuning, dan ikan sebelah. Juga sudah ada yang menggunakan ikan dencis, ikan lele serta ikan tuna putih, juga menggunakan telur, dll

METODE

Metode kegiatan yang akan digunakan adalah sebagai:

1. Metode Demonstrasi; mencontohkan membuat pempek berbahan dasar ikan patin
2. Metode Tanya jawab; digunakan untuk memberikan kesempatan bagi peserta yang belum jelas dalam proses pembuatan pempek.

Rancangan Evaluasi

Mengunjungi dan bertanya dengan para ibu-ibu apakah sudah ada yang melakukan pembuatan pempek berbahan dasar ikan patin dan sudah menjualnya sekitar 1 bulan kemudian.

JADWAL KERJA

Kegiatan ini rencananya akan dilaksanakan pada :

Hari dan Tanggal : Kamis, 19 Januari 2017

Waktu : 08.00 – selesai WIB

Tempat : Barata Tama II RT. 003
RW. 007
Karang Tengah Ciledug

Contoh Kegiatan :



1) Tahap persiapan, yang terdiri dari tahap :

- a) Penyiapan bahan olahan seperti ikan patin segar yang sudah dihaluskan, tepung sagu, gula, garam, minyak goreng, bawang putih dan telur.
- b) Melakukan koordinasi dengan pkk Barata Tama II NO 156 RT.003 RW.007 Karang Tengah-Ciledug

2) Tahap pelaksanaan, yang terdiri dari :

- a) Bersama-sama dengan Ibu PKK melakukan praktek bersama pembuatan pempek pempek.
- b) Memasak bersama dan makan bersama pempek pempek ikan patin
- c) Melakukan diskusi dan wawancara mengenai usaha pempek pempek ikan patin
- d) Memberikan kesempatan pada Ibu-Ibu PKK berkreasi untuk membuka usaha pempek pempek untuk mendapatkan penghasilan tambahan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ibu-Ibu Pkk Barata Tama II RT.003 RW.007 Karang Tengah Ciledug sangat antusias dengan adanya pembelajaran baru tentang usaha pembuatan panganan pempek pempek ikan patin karena bahan baku yang di dapat cukup mudah dan murah dan mempunyai nilai jual yang tinggi ketika sudah menghasilkan suatu produk nilai gizi juga

bagus bagi kesehatan.

Hal ini bisa di jadikan alternatif dalam membuka usaha kuliner baru yang bisa menambah penghasilan rumah tangga, para peserta yaitu Ibu-Ibu Pkk juga menghitung modal dan omzet yang akan didapatkan jika usaha ini bisa berjalan bagus ke depan, dengan membuat suatu terobosan baru dalam pengolahan makanan haruslah kreatif agar bisa diterima di masyarakat karena masyarakat jaman sekarang lebih menyukai makan yang praktis dan bisa bertahan beberapa hari jika di masukkan dalam lemari es ini bisa menjadi makanan jajanan yang sehat, murah dan mengenyangkan.

Berbagai terobosan akan dilakukan agar panganan pempek pempek ikan patin bisa bertahan dan bersaing dengan berbagai makanan lainnya dengan menghadirkan varian dan bentuk yang unik agar anak-anak sampai orang dewasa bisa menikmati makanan ini, jika hal ini bisa tercapai maka pengaduan kami kepada masyarakat Barata Tama II RW.003 RT 007 Karang Tengah Ciledug semoga berhasil dan bermanfaat bagi Ibu-Ibu PKK dan masyarakat lain yang membutuhkan usaha baru untuk menambah penghasilan dalam rumah tangga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pentingnya memberikan pembelajaran untuk membuka usaha kuliner baru bagi Ibu-Ibu PKK Barata Tama II RW.003 RT 007 Karang Tengah Ciledug untuk menambah penghasilan dalam rumah tangga.

Semangat Ibu-Ibu dalam belajar dan menyerap semua materi dalam pembuatan panganan pempek pempek ikan patin sangat antusias dalam diskusi dan tanya jawab pun semua peserta mengelurakan pertanyaan yang cerdas dan menghibur.

Semoga yang kami ajarkan bisa bermanfaat bagi peserta dan bisa menemukan ide-ide baru dalam membuat berbagai varian makanan olahan dari ikan. Karena pada

dasarnya semua ikan mempunyai gizi yang bagus dan di butuhkan oleh tubuh kita.

Saran

Kami berharap Ibu-Ibu Pkk Barata Tama II RT.003 RW 007 bisa menjadi Ibu-Ibu yang kreatif dalam mengolah bahan makanan agar keinginan untuk membuka usaha jajanan bisa bersaing dipasaran dan di gemari oleh masyarakat agar bisa menjadi penghasilan tambahan rumah tangga untuk selamanya.

DAFTAR PUSTAKA

<http://www.hipwee.com/sukses/9-profesi-yang-bisa-ditekuni-ibu-rumah-tangga-untuk-menghasilkan-uang-bagi-keluarga/>
<http://www.seputarikan.com/2015/03/4-alasan-manfaat-ikan-kakap-merah-bagi.htmls://id.wikipedia.org/wiki/Pempek>