

MEMBANGUN KEMITRAAN MELALUI INOVASI PEMANFAATAN PANGAN LOKAL DALAM PENINGKATAN KESEJAHTERAAN MASYARAKAT DESA MUARA GEMBONG (BUILDING PARTNERSHIPS THROUGH INNOVATION IN THE LOCAL FOOD UTILIZATION FOR INCREASING THE WELFARE OF MUARA GEMBONG VILLAGE COMMUNITY)

Mahdiyah¹, Mutiara Dahlia², Fildzah Rudyah Putri³, Yuni Mulyana⁴, Muhammad Agung Aprialdi⁵

^{1,2,4} Program Studi Tata Boga, Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta

³ Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta

⁵ Program Studi Teknologi Pangan, Fakultas Ilmu Pangan Halal,
Universitas Djuanda Bogor

mahdiyah.unj@gmail.com, mdahlia@unj.ac.id, fildzahrudyah@gmail.com,
yuni.mulyana@gmail.com, aaprialdi883@gmail.com

Abstract

Muara Gembong as one of the villages supported by Universitas Negeri Jakarta (UNJ). Along with the established partnership, UNJ hopes to play a role in supporting economic initiatives and community resource development in Muara Gembong through UNJ's Community Service Program (PkM). The role of the established partnership can empower those involved by providing the community with opportunities to contribute and collaborate in achieving a common goal: the utilization of local food to support food security and the welfare of community in Muara Gembong village. The community service program is implemented for the development of the well-being sector, specifically in the productivity of food businesses through the utilization of fish and shrimp in making lempur kuning gulung rica and lempur goreng rica-rica, with the hope of improving family economies. The resulting lempur product as an innovative product will have a higher market value, thus, if pursued as a sustainable business, it will lead to an economically independent, creative, intelligent, and prosperous community. The training process conducted reflects the delivery of program materials and skills to the community. This assessment is known from the expected value acceptance, which includes satisfaction with the program implementation, training methods, training materials, motivation, training quality, and skill enhancement.

Keyword: partnership; training; local food; lempur filled with fish rica; family economy.

Abstrak

Muara Gembong merupakan salah satu desa binaan Universitas Negeri Jakarta (UNJ). Bersama dengan kemitraan yang telah terjalin, UNJ berharap dapat berperan dalam mendukung inisiatif usaha dan pengembangan sumber daya masyarakat Muara Gembong melalui program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) UNJ. Peranan kemitraan yang terbentuk dapat memberdayakan pihak yang terlibat dengan memberi masyarakat kesempatan untuk berkontribusi dan berkolaborasi dalam mencapai tujuan bersama yaitu Pemanfaatan pangan lokal dalam mendukung ketahanan pangan dan kesejahteraan masyarakat desa Muara Gembong. Program PkM dilaksanakan untuk pengembangan bidang kesejahteraan yakni produktivitas usaha makanan melalui pemanfaatan ikan dan udang pada pembuatan lempur kuning gulung rica dan lempur goreng rica-rica dengan harapan dapat meningkatkan ekonomi keluarga. Produk lempur yang dihasilkan sebagai produk inovasi akan memiliki nilai jual lebih tinggi, sehingga jika dijalankan sebagai usaha berkesinambungan, akan terwujud perekonomian masyarakat yang mandiri, kreatif, cerdas, dan sejahtera. Proses pelatihan yang dilaksanakan menggambarkan tersampainya kepada masyarakat materi dan keterampilan yang diprogramkan. Penilaian ini diketahui dari nilai penerimaan masyarakat sesuai yang diharapkan meliputi kepuasan untuk pelaksanaan program, metode pelatihan, materi pelatihan, motivasi, kualitas pelatihan dan juga peningkatan keterampilan.

Kata Kunci: kemitraan; pelatihan; pangan lokal; lempur isi ikan rica; ekonomi keluarga.

1. PENDAHULUAN (Introduction)

Indonesia memiliki wilayah lautan yang lebih luas dibandingkan wilayah daratan, sehingga sering kali Indonesia disebut sebagai negara maritim, yaitu negara yang memiliki

kekuatan berbasis di laut. Dengan demikian, Indonesia memiliki potensi hasil laut yang sangat beragam, salah satunya berlokasi di Desa Muara Gembong. Desa yang terletak paling ujung di Kabupaten Bekasi ini berbatasan langsung dengan Laut Jawa dibagian utara, Teluk Jakarta di bagian barat, Kabupaten Karawang di bagian Timur dan Kecamatan Babelan di bagian Selatan (Wiki Edunitas, 2011).

Dengan dikelilingi oleh 4 buah Pantai yang melintang di sekitarnya, Desa Muara Gembong memiliki potensi kekayaan alam yang berpotensi dimanfaatkan secara maksimal. Terlebih lagi, kondisi perairan yang tenang di pesisir pantai utara Kabupaten Bekasi menjadi potensi untuk pengembangan budidaya laut (marine culture) berbagai jenis ikan maupun rumput laut. Sesuai letak geografisnya yang berdekatan dengan Teluk Jakarta dan sirkulasi Sungai Citarum mengakibatkan sekitar 90% mata pencaharian penduduk Desa Muara Gembong berasal dari usaha perairan yaitu nelayan tangkap sebanyak 688 orang dan pembudidaya tambak sebanyak 4.262 orang. Namun, di wilayah tersebut, pemanfaatan beragam jenis bahan pangan sebagai bagian dari upaya untuk meningkatkan variasi sumber protein hewani, terutama ikan, belum mencapai tingkat optimal. Oleh karena itu, perlu diupayakan inovasi produk olahan baru yang memiliki nilai fungsional yang tinggi.

Ikan adalah organisme yang menghabiskan sebagian atau seluruh siklus hidupnya dalam lingkungan air (Dislautkan, 2016). Ikan adalah makhluk bertulang belakang (vertebrata) yang mendiami habitat air, dimana mereka menggunakan insang untuk mengambil oksigen yang terlarut dalam air dan memiliki sirip yang digunakan untuk berenang (Adrim, 2010). Sebagai pilihan makanan, ikan memiliki keunggulan dibandingkan dengan opsi makanan lainnya. Kandungan protein ikan cukup tinggi, yaitu sekitar 20%, dan mengandung sejumlah asam amino yang hampir mendekati kebutuhan tubuh manusia. Selain itu, nilai biologis ikan juga tinggi, mencapai sekitar 90%, yang berarti bahwa ketika kita mengonsumsi 100 gram ikan, sekitar 90% nutrisi dari ikan tersebut akan diserap oleh tubuh kita. Ikan juga mengandung asam lemak tak jenuh dengan kadar kolesterol rendah, terutama asam lemak omega-3 yang sangat dibutuhkan oleh tubuh manusia. Selain itu, ikan juga mengandung sejumlah mineral yang diperlukan oleh tubuh manusia. Ikan dapat disiapkan dengan berbagai cara memasak dan dapat digunakan dalam berbagai jenis hidangan.

Meskipun memiliki banyak kelebihan yang terkandung dalam ikan, namun ikan belum menjadi makanan favorit Masyarakat. Hal ini juga disebabkan ikan memiliki aroma khas yang cenderung amis, sehingga dibutuhkan pengolahan khusus agar aroma ikan tidak mengganggu saat dikonsumsi. Dibutuhkan kreatifitas dalam mengolah ikan agar makanan tersebut dapat diterima oleh Masyarakat Indonesia secara umum.

Diversifikasi pangan adalah upaya untuk meningkatkan variasi bahan makanan yang saat ini sedang digencarkan oleh pemerintah Indonesia. Menurut Menteri Pertanian, memiliki beragam pilihan makanan sangat bermanfaat bagi kesehatan. Oleh karena itu, Menteri Pertanian menyarankan agar penduduk Indonesia mengonsumsi makanan pokok dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan karbohidrat, sementara juga meningkatkan asupan sayuran dan buah dari sumber-sumber lain.

Sebetulnya, peluang untuk mengembangkan bisnis ikan di Indonesia menunjukkan prospek yang cerah. Belakangan ini, minat masyarakat terhadap konsumsi ikan juga mengalami peningkatan yang berkelanjutan dari tahun ke tahun. Fenomena ini sejalan dengan program Gemarikan (Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan) yang didorong oleh

Kementerian Kelautan dan Perikanan. Dari sudut pandang bisnis, usaha di sektor ikan memiliki potensi keuntungan yang tinggi. Pasar untuk produk-produk ikan tidak hanya terbatas pada ikan segar, tetapi juga mencakup produk olahan seperti Lemper Kuning Gulung Rica dan Lemper Goreng Rica-Rica.

Maka, sebagai bagian dari program pengabdian masyarakat dari Program Studi Tata Boga, diputuskan untuk memberikan pelatihan kepada ibu rumah tangga atau kader PKK di Desa Muara Gembong, Kabupaten Bekasi. Pelatihan ini bertujuan untuk memberikan perhatian dan dukungan kepada para ibu rumah tangga dalam mempelajari cara membuat Lemper Kuning Gulung Rica dan Lemper Goreng Rica-Rica. Pemilihan Desa Muara Gembong sebagai lokasi pelatihan didasarkan pada potensi sumber daya pangan lokal yang tersedia di sana. Desa ini terletak di wilayah pesisir laut dan mayoritas penduduknya berprofesi sebagai nelayan yang menangkap berbagai jenis ikan. Selain itu, terdapat jumlah ibu rumah tangga dalam usia produktif yang cukup signifikan di desatersebut.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini merupakan sebuah kegiatan untuk memberikan pelatihan diversifikasi pangan bagi masyarakat. Pelatihan ini mudah dilakukan dan membantu peningkatan keterampilan, semangat dan jiwa kewirausahaan masyarakat sebagai roda penggerak perekonomian keluarga.

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Lemper merupakan panganan tradisional yang terbuat dari bahan dasar beras ketan. Lemper memiliki dimensi seukuran genggam tangan dan diberi lapisan daun pisang, sehingga terdapat sentuhan aroma yang unik. Bahan pokok dalam proses pembuatan lempeng adalah beras ketan yang dimasak dengan santan kelapa. Hidangan ini seringkali disajikan sebagai makanan ringan atau camilan, terutama di Indonesia.

Dalam pelatihan kali ini, lempeng yang dibuat adalah lempeng goreng dan lempeng kuning. Serupa dengan lempeng pada umumnya, lempeng goreng juga terbuat dari beras ketan yang diisi dengan isian seperti daging ayam, daging sapi, atau ikan, kemudian dilumuri dengan telur dan tepung terigu, lalu digoreng hingga berwarna kecokelatan. Lemper goreng memiliki tekstur yang kenyal dan renyah di luar, serta rasa yang gurih dan lezat.



Gambar 2.1 Lemper Goreng

Sementara lempur kuning biasanya terbuat dari beras ketan yang dimasak dengan santan kelapa dan kunyit, yang memberikan warna kuning khas pada hidangan ini. Lempur kuning memiliki rasa yang gurih serta aroma yang khas akibat penggunaan kunyit dalam proses pembuatannya.



Gambar 2.2 Lemper Kuning

Lempur kerap digemari oleh masyarakat umum karena lempur dinilai sebagai makanan yang praktis dan mudah dimakan di mana saja. Meskipun terkesan praktis, namun lempur juga memiliki kandungan gizi yang tinggi dan dapat memberikan energi yang baik. Lempur mengandung protein dari daging atau ikan yang menjadi isian di dalamnya, serta karbohidrat dari beras ketan.

Makanan ini dapat dimodifikasi dengan berbagai varian isian, salah satunya adalah ikan. Salah satu jenis ikan yang paling banyak digunakan sebagai isiannya adalah ikan tuna. Ikan tuna adalah kelompok ikan laut yang termasuk dalam genus *Thunnus* dalam famili *Scombridae*. Tuna terkenal dengan dagingnya yang merah, yang sering digunakan dalam berbagai hidangan seperti sushi, sashimi, steak tuna, dan lain-lain. Salah satu keunggulan yang dimiliki oleh ikan tuna adalah daging mereka yang lezat dan tinggi protein.

Untuk meningkatkan nilai gizi dan variasi rasa pada kedua jenis lempur tersebut, maka dilakukan penambahan isi ikan rica-rica. Ikan rica-rica adalah hidangan yang terbuat dari ikan yang dimasak dengan rempah-rempah seperti daun jeruk, sereh, jahe, kemiri, dan menggunakan cabai rawit sebagai bumbu utama yang pedas. Lazimnya, ikan rica-rica bisa langsung disantap sebagai hidangan utama, namun dalam program ini, ikan rica-rica akan digunakan sebagai isian dalam lempur goreng dan lempur kuning. Tujuannya adalah untuk memanfaatkan dan mengoptimalkan sumber daya pangan lokal yang melimpah di Desa Muara Gembong.



Gambar 2.3. Ikan Rica-Rica

Selain mempersembahkan rasa yang lebih nikmat, ikan rica-rica juga memiliki keunggulan dalam hal nilai gizi. Dalam 100 gram ikan rica-rica, terkandung sekitar 90 kalori, 2,5 gram lemak, 4 gram karbohidrat, dan 13 gram protein. Dengan menggunakan tuna sebagai bahan dasar, ikan rica-rica ini dapat menjadi sumber protein yang penting untuk tubuh. Selain itu, tingginya kandungan asam lemak omega-3 dalam ikan tuna dapat membantu mengurangi kolesterol jahat yang dapat menyumbat arteri jantung, sehingga konsumsi omega-3 yang cukup dapat mengurangi risiko penyakit kardiovaskular, termasuk risiko serangan jantung.

Tabel 2.1. Komposisi Zat Gizi Ikan Tuna Rica-Rica (fatsecret.co.id)

| Informasi Gizi | |
|-----------------------|--------------------------|
| Ukuran Porsi | 100 g |
| Per porsi | |
| Energi | 377 kJ 90 kkal |
| Lemak | 2,50g |
| Protein | 13,00g |
| Karbohidrat | 4,00g |
| Sodium | 1290mg |

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Metode pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat dilakukan secara luring, dalam kerjasama dengan mitra Desa Muara Gembong, Kabupaten Bekasi, untuk memberikan pelatihan kepada masyarakat dalam rangka memanfaatkan sumber daya alam yang melimpah berupa ikan di sekitar wilayah Desa Muara Gembong yang belum dimanfaatkan secara optimal. Kegiatan ini telah dijalankan pada bulan Juli 2023 dengan menggunakan format pelatihan yang praktis dan mudah diikuti. Dalam pelatihan ini, ikan diolah menjadi ikan rica-rica yang kemudian digunakan sebagai isian untuk lempeng goreng dan lempeng kuning. Ini

bertujuan agar makanan yang tidak hanya mudah disiapkan di rumah tangga tetapi juga kaya gizi dapat diproduksi oleh para ibu di Desa Muara Gembong.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) dimulai dengan pemberian pengetahuan tentang pangan lokal sebagai langkah awal. Pada tahap ini, peserta diberikan informasi mengenai jenis ikan, nilai gizi dari ikan, dan konsep diversifikasi pangan berupa produk makanan yang menggunakan ikan sebagai bahan utamanya.



Gambar 3.1. Proses Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat di Desa Muara Gembong

Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan menunjukkan video yang berisi proses tahapan pembuatan lempeng goreng dan lempeng kuning berisi ikan rica-rica. Proses tanya jawab juga dilakukan untuk memfasilitasi peserta yang ingin mengetahui proses pembuatan kroket dan panada ini lebih lanjut.



P2M 2023 - Kel Bu Mahdiyah & Bu Mutiara



P2M 2023 - Kel Bu Mahdiyah & Bu Mutiara



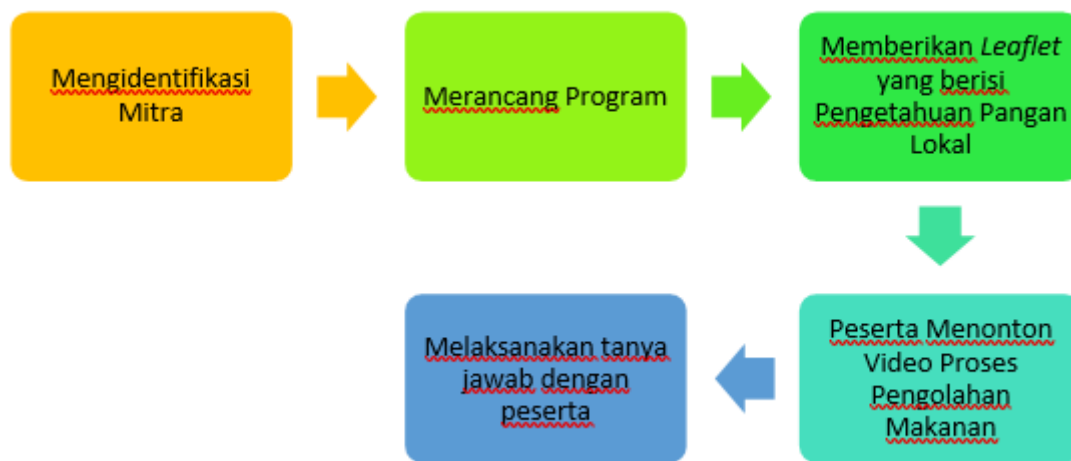
P2M 2023 - Kel Bu Mahdiyah & Bu Mutiara



P2M 2023 - Kel Bu Mahdiyah & Bu Mutiara

Gambar 3.2. Proses Pembuatan Lemper Goreng dan Lemper Kuning Isian Ikan Rica-Rica

Pada pelaksanaan PKM Bentuk kerjasama yang dilakukan pihak UNJ dengan Desa Muara Gembong, Kabupaten Bekasi, dilaksanakan dalam kegiatan seperti berikut:



4. HASIL DAN PEMBAHASAN (*Results and Discussion*)

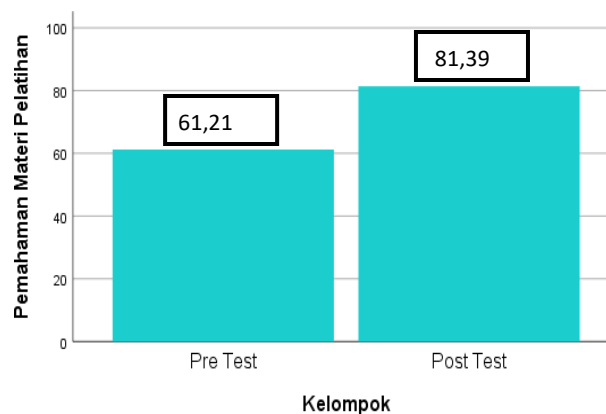
Pada pelaksanaan PkM tahun ini, pelatihan dilakukan secara langsung atau tatap muka. Kegiatan PkM ini dilaksanakan dengan menyampaikan informasi, prosedur, peralatan dan bahan lengkap dalam bentuk *leaflet*, serta menonton video proses tahapan pembuatan makanan dan pendampingan.

Pemberian *leaflet* kepada peserta telah terbukti berhasil dalam memenuhi kebutuhan peserta dalam memahami dan menguasai materi yang disampaikan (Firaina, 2019). *Leaflet* tidak hanya menampilkan teks, namun juga dipadukan dengan gambar yang dikemas sebaik mungkin untuk menarik perhatian peserta, sehingga informasi dapat tersampaikan dengan baik.

Pelaksanaan PKM ini selesai dengan sukses dan tanpa hambatan. Dalam PKM ini, digunakan berbagai metode seperti ceramah, demonstrasi, pelatihan, dan penilaian menggunakan instrumen kepuasan peserta. Metode ceramah adalah cara untuk menyampaikan materi melalui penyajian lisan oleh pembicara tentang topik tertentu. Pemilihan metode ceramah dipilih karena telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta sebelum dan setelah intervensi (Katimo dll, 2016; Jampel & Puspita, 2017; Aeni & Yuhandini, 2018; Rahmawati & Elsanti, 2020).

Untuk meningkatkan efektivitas penyampaian materi, digunakan metode gabungan antara ceramah dan demonstrasi. Kombinasi kedua metode ini digunakan untuk memastikan materi pelatihan dapat disampaikan dengan efisien. Metode demonstrasi merupakan cara untuk menjelaskan materi dengan cara menunjukkan bagaimana melakukan tindakan, langkah, atau prosedur tertentu (Hastuti & Andriyani, 2010). Dalam kegiatan ini, proses demonstrasi diberikan dalam bentuk video yang ditampilkan saat pelaksanaan PkM. Video tersebut berisi resep dan tahapan-tahapan proses pembuatan lempeng goreng, lempeng kuning dan ikan rica-rica.

Pada saat sebelum dan setelah mengikuti proses pelatihan, peserta diminta untuk mengisi instrumen yang diberikan sebagai penilaian atau respon peserta mengenai kegiatan tersebut. Instrumen yang diberikan berisi beberapa pertanyaan yang digunakan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta terhadap materi pelatihan yang diberikan.



Gambar 4.1 Grafik Nilai Peserta pada Pengisian *Pre Test* dan *Post Test*

Dilakukan penilaian terhadap hasil pengisian instrumen saat pre test dan post test dengan melihat mean dari setiap kelompok penilaian. Penilaian tersebut dilakukan dengan membandingkan skor mean dari pengisian instrumen sebelum (*pre*) diberikan pelatihan dan skor mean dari pengisian instrumen yang dilakukan setelah (*post*) diberikan pelatihan. Mean atau dikenal juga sebagai rata-rata, adalah salah satu ukuran sentral dalam statistik yang digunakan untuk mengukur nilai tengah dari suatu kumpulan data (Mahdiyah, 2014). Mean memberikan representasi umum tentang sebagian besar data dalam kumpulan tersebut.

Tabel 4.1. Tabel Deskriptif Hasil Pre Test dan Post Test
Paired Samples Statistics

| | | Mean | N | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|-----------|-------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Post Test | 81.39 | 33 | 13.115 | 2.283 |
| | Pre Test | 61.21 | 33 | 20.579 | 3.582 |

Hasil uji perbandingan menunjukkan bahwa skor mean penilaian pemahaman pada kelompok yang sebelum mengikuti pelatihan adalah 61.21 dan skor penilaian setelah kelompok mengikuti pelatihan menjadi 81.39. Berdasarkan peningkatan skor mean tersebut, diketahui bahwa terdapat peningkatan pemahaman peserta pada sebelum dan sesudah pemberian materi pelatihan.

Selanjutnya skor mean dari instrumen yang diberikan saat sebelum (*pre test*) dan setelah (*post test*) pemberian pelatihan diuji menggunakan uji T atau T-Test. Uji T (*t-test*) merupakan teknik statistik yang digunakan untuk membandingkan dua kelompok data yang saling berkaitan dan menentukan apakah perbedaan antara dua kelompok tersebut signifikan secara statistik (Mahdiyah, 2014).

Tabel 4.2 Hasil T-Test
Paired Samples Correlations

| | | N | Correlation | Sig. |
|--------|----------------------|----|-------------|-------|
| Pair 1 | Post Test & Pre Test | 33 | 0.483 | 0.004 |

Analisis hipotesis menggunakan uji perbandingan T-Test Dependent yang bertujuan untuk menilai peningkatan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. Analisis uji t yang digunakan merupakan T-Test Dependent, dimana data masing-masing peserta dibandingkan antara sebelum dan setelah pemberian pelatihan yang bersifat dependent (Mahdiyah, 2014). Hasil uji hipotesis membuktikan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan secara signifikan dari penilaian kelompok yang sebelum mengikuti pelatihan dengan penilaian setelah kelompok mengikuti pelatihan (Sig 0.004 atau < 0.05). Hasil ini mendukung pembuktian keberhasilan peningkatan pengetahuan ibu-ibu di desa binaan Muara Gembong, melalui pelatihan pada program PkM yang dilaksanakan.

Selanjutnya diberikan instrumen untuk melihat tingkat kepuasan peserta pelatihan terhadap kegiatan pelatihan yang dilakukan. Hasil dari instrumen tingkat kepuasan peserta diuji kembali dengan menggunakan teknik Statistika Deskriptif.

Tabel 4.3 Hasil Deskriptif Tingkat Kepuasan Peserta
Descriptive Statistics

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|--------|----------------|
| Kepuasan | 28 | 4.14 | 5.00 | 4.5714 | 0.29865 |
| Valid N (listwise) | 28 | | | | |

Secara umum, penilaian tingkat kepuasan peserta pada kegiatan pelatihan program Pengabdian kepada Masyarakat dinilai peserta berada pada range tingkat antara puas dan sangat puas. Peserta menyatakan bahwa mereka sangat puas terhadap materi pembuatan lempeng goreng dan lempeng kuning dengan isian ikan rica-rica. Dengan demikian, seiring dengan tingginya tingkat kepuasan peserta terhadap program pelatihan, maka dapat dikatakan pemilihan metode dan media pelatihan ini sudah sangat tepat sasaran. Hal ini juga didukung dengan nilai mean post test yang lebih tinggi dibandingkan nilai pre test peserta. Hal tersebut turut membuktikan bahwa program ini sudah efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kemampuan peserta.

5. KESIMPULAN (*Conclusions*)

Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) yang diadakan secara tatap muka di Desa Muara Gembong, Kabupaten Bekasi dianggap sangat sesuai karena selain memberikan pelatihan, juga mendukung kampanye penggunaan bahan pangan lokal dan optimalisasi potensi alam. Kegiatan PkM yang melibatkan pembuatan lempeng goreng dan lempeng kuning dengan isi ikan rica-rica dianggap sebagai sesuatu yang bisa dengan mudah diproduksi di rumah, sehingga memberikan peluang untuk meningkatkan perekonomian keluarga.

Mengamati antusiasme peserta pelatihan yang sangat positif, program PKM ini dianggap bermanfaat dan sebaiknya dijadwalkan secara rutin dengan persiapan yang lebih matang. Kolaborasi dengan lembaga atau instansi lain juga dianggap sangat efektif agar materi pelatihan dapat diberikan secara langsung kepada masyarakat yang menjadi target kegiatan ini. Kesimpulan ini diperkuat oleh hasil survei yang menunjukkan bahwa peserta sangat antusias dan memberikan penilaian positif terhadap aspek kepuasan terhadap pelaksanaan

program, dan juga peningkatan pemahaman serta keterampilan peserta yang dievaluasi melalui kuesioner yang mereka isi secara langsung.

6. DAFTAR PUSTAKA (*References*)

- Adrim, M. (2010). Fahmi, Panduan Untuk Penelitian Ikan Laut. *Jakarta: Pusat Penelitian Oseanografi-LIPI*.
- Aeni, N., & Yuhandini, D. S. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan media video dan metode demonstrasi terhadap pengetahuan sadari. *Jurnal Care*, 6(2).
- Dislautkan. (2016). Mengetahui Jenis Ikan dan Biota Laut yang Dilindungi. <https://dislautkan.jogjapro.go.id/informasi/mengenal-jenis-ikan-dan-biota-laut-yang-dilindungi>. Diakses pada 28 Februari 2023.
- Firaina, R. (2019). Pengertian, Jenis-Jenis dan Karakteristik Bahan Ajar Cetak Meliputi Brosur, Leaflet, Flyer, Poster dan Wallchart.
- Hastuti, S., & Andriyani, A. (2010). Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Gigi dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Gigi pada Anak di SD Negeri2 Sambi Kecamatan Sambi Kabupaten Boyolali. *Gaster*, 7(2), 624-632.
- Jampel, I. N., & Puspita, K. R. (2017). Peningkatan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Melalui Aktivitas Pembelajaran Mengamati Berbantuan Audiovisual. *International Journal of Elementary Education*, 1(3), 197-205.
- Katimo, K., Suparmi, S., & Sukarmin, S. (2016). Pengaruh Pembelajaran Dengan Pendekatan Saintifik Menggunakan Metode Eksperimen Dan Demonstrasi Terhadap Prestasi Belajar Dan Kreativitas Ditinjau Dari Sikap Ilmiah. *Inkuiri*, 5(2), 87-93.
- Mahdiyah. 2014. *Statistik Pendidikan*. PT Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Pangan Nusantara, 2017. *Informasi Gizi Pangan Lokal*. Retrieved from Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian:
<http://pangannusantara.bkp.pertanian.go.id/?show=page&act=view&id=16>
- Rahmawati, K., & Elsanti, D. (2020). Efektivitas metode ceramah dan small group discussion tentang kesehatan reproduksi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja SMA muhammadiyah sokaraja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Wiki Edunitas. (2011). Muara Gembong, Bekasi. https://wiki.edunitas.com/ind/114-10/Muara-Gembong_51034_eduNitas.html. Diakses pada 28 Februari 2023.
https://www.fatsecret.co.id/kalori-gizi/maya/tuna-bumbu-rica-rica/100g_browsing on 29 Februari 2022.