

JURNAL PENGOLAHAN PERIKANAN TROPIS

POLA KONSUMSI PRODUK HASIL PERIKANAN OLEH MASYARAKAT KABUPATEN LAMONGAN [Consumption Pattern of Fishery Products by Lamongan Regency Communities]

Yushinta Aristina Sanjaya ¹⁾, Aidha Safa ¹⁾, Ahmad Wahfi ¹⁾, Novian Tri ¹⁾,
Okky Wahyu ¹⁾, Untsa Qurota ¹⁾, Hadi Munarko ^{1)*}



OPEN ACCESS

Program Studi Teknologi Pangan, Fakultas
Teknik, Universitas Pembangunan Nasional
"Veteran" Jawa Timur, Surabaya, Indonesia

*Corresponding Author:

hadi.munarko.tp@upnjatim.ac.id

Received :

Accepted : 01-06-2023

Published : 30-06-2023

©Jurnal Pengolahan Perikanan Tropis, 2023 .

Accreditation Number:.....

ISSN:-....., e-ISSN:-.....

<https://doi.org/>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola konsumsi hasil perikanan masyarakat Kabupaten Lamongan pasca pandemi. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner secara daring melalui *google form*. Kabupaten Lamongan dipilih karena secara geografis letaknya berada dekat dengan pesisir pantai utara Laut Jawa. Hasil survei jawaban responden menunjukkan bahwa masyarakat Kabupaten Lamongan sudah banyak mengetahui manfaat dari produk perikanan. Namun, tingkat konsumsi ikan di Kabupaten Lamongan terbilang masih cukup rendah, karena ekonomi dan pengetahuan yang masih kurang. Ikan mujair adalah ikan paling banyak diminati di daerah Kabupaten Lamongan. Responden lebih banyak memilih mengkonsumsi produk ikan segar karena alasan higienitas dan menganggap lebih sehat. Namun, ada juga yang memilih produk ikan olahan karena praktis, mudah penyajiannya, harga terjangkau, dan daya simpannya lebih lama

Kata kunci: Kabupaten Lamongan, perikanan, pola konsumsi, olahan ikan

Abstract

This study aims to analyze the consumption pattern of fishery products in Lamongan District after the pandemic. Data collection was carried out through the Google Form online questionnaire. Lamongan District was chosen because geographically it is located close to the north coast of the Java Sea. The survey results of respondents answers show that the people of Lamongan District already know a lot about the benefits of fishery products. However, the level of fish consumption in Lamongan Regency is still quite low, due to the lack of economy and knowledge. Mujair fish is the most popular fish in Lamongan Regency. Respondents prefer to consume fresh fish products for reasons of hygiene and consider it healthier. However, there are also those who choose processed fish products because they are practical, easy to prepare, affordable prices, and have a longer shelf life.

Keywords: Lamongan Regency, fisheries, consumption habits, processed fish

PENDAHULUAN

Kabupaten Lamongan terletak di Provinsi Jawa Timur, tepatnya berada di pesisir utara laut Jawa. Kabupaten Lamongan memiliki prospek pembangunan perikanan dan kelautan yang cukup baik dan dapat dijadikan sebagai sumber perputaran ekonomi yang strategis. Sumber daya ikan yang hidup di wilayah perairan Kabupaten Lamongan dinilai memiliki tingkat keragaman hayati dan biodiversitas yang tinggi. Di wilayah perairan laut Lamongan terdapat beberapa jenis ikan bernilai ekonomi tinggi, di antaranya seperti ikan tuna, ikan

kerapu, ikan tongkol, ikan tenggiri, ikan kakap, udang, cumi-cumi dan rajungan. Pada tahun 2014, produksi perikanan tangkap laut di Lamongan mencapai 70.150 ton. Pada tahun yang sama, produksi perikanan tangkap laut meningkat menjadi 71.553 ton. Kemudian, pada tahun 2015, produksi perikanan tangkap laut meningkat lagi menjadi 72.346 ton. Industri perikanan ini didukung oleh pelabuhan perikanan nusantara Brondong yang memiliki pengaruh regional. Kegiatan penangkapan ikan laut di Kabupaten Lamongan terutama berpusat di perairan Laut Jawa, khususnya di wilayah

Kecamatan Brondong dan Kecamatan Paciran. Di wilayah ini terdapat 5 Tempat Pendaratan Ikan, yaitu dari timur ke barat adalah Weru, Kranji, Brondong, Labuhan, dan Lohgung.

Ikan merupakan salah satu sumber zat gizi yang baik untuk memenuhi diet harian. Kandungan protein yang tinggi pada ikan dapat dijadikan sebagai pilihan lauk untuk memenuhi kebutuhan protein harian. Konsumsi ikan di Indonesia saat ini juga semakin diminati. Menurut data dari Kementerian perikanan dan kelautan, rata-rata konsumsi ikan selama tahun 2021 di Indonesia sebesar 55,16 kg/kapita/tahun, meningkat dibandingkan tahun sebelumnya yang mencapai 54,56 kg/kapita/tahun (KKP 2023). Kabupaten Lamongan sebagai salah satu wilayah pesisir sangat potensial untuk meningkatkan konsumsi ikan baik dalam bentuk ikan segar maupun produk olahan hasil perikanan.

Pola makan atau pola konsumsi pangan adalah rangkaian metode yang digunakan untuk memperoleh makanan, jenis makanan yang dikonsumsi, jumlah makanan yang dikonsumsi, serta gaya hidup yang melibatkan frekuensi dan waktu makan (Indrawasih, 2016). Pola konsumsi dapat memberikan berbagai macam informasi tentang jumlah, jenis, dan frekuensi makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh kelompok masyarakat tertentu (Khomsan *et al.*, 2004). Setiap orang memiliki pola konsumsi yang berbeda-beda, termasuk dalam mengonsumsi ikan. Terdapat masyarakat yang lebih suka mengonsumsi produk ikan segar dibandingkan produk olahannya, dan sebaliknya.

Preferensi dalam konsumsi ini tentu saja dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Madanijah (2004) faktor yang mempengaruhi konsumsi pangan adalah ketersediaan pangan, status sosial ekonomi meliputi pekerjaan dan pendidikan, serta sosial budaya yang meliputi pendidikan, preferensi terhadap makanan, serta kebiasaan makan. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pola konsumsi dapat dipengaruhi oleh kebiasaan makan masyarakat yang didukung dengan pengetahuan tentang asupan zat gizi. Seseorang dengan pengetahuan tentang asupan gizi yang baik mampu memilih makanan sesuai dengan kebutuhannya (Dewi, 2013). Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola konsumsi produk perikanan oleh masyarakat di Kabupaten Lamongan, Jawa Timur.

BAHAN DAN METODE

Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilakukan melalui pengisian kuisioner secara daring yang dilaksanakan pada tanggal 23 Februari – 4 Maret 2023 kepada

masyarakat Kabupaten Lamongan. Jumlah responden yang mengisi sebanyak 102 responden.

Alat dan Bahan

Alat dan bahan yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari laptop, jaringan internet, google form, dan Microsoft office.

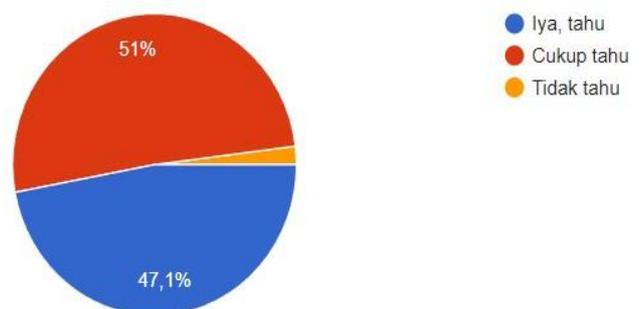
Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan dengan pengumpulan data menggunakan pengisian form kuisioner daring melalui *google form* kepada 102 responden. Responden diminta untuk mengisi kuisioner yang diberikan secara langsung pada *form* yang telah disediakan. Pertanyaan terdiri dari pertanyaan mengenai identitas responden dan pertanyaan inti penelitian. Hasil survey kepada responden selanjutnya diolah datanya menggunakan *Microsoft excel* dan disajikan dalam bentuk bagan. Selanjutnya, hasil survey dibandingkan dengan hasil dari literatur yang relevan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan masyarakat Lamongan terhadap manfaat mengonsumsi produk perikanan

Ikan memiliki keunggulan sebagai sumber protein dibandingkan dengan sumber protein hewan lainnya. Protein yang terkandung dalam ikan sangat bermanfaat untuk menjaga kesehatan karena asam amino pada ikan mirip dengan asam amino yang ada dalam tubuh manusia. Selain itu, ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang populer dikonsumsi oleh masyarakat. Ikan mudah ditemukan dan harganya relatif lebih terjangkau dibandingkan dengan sumber protein dari hewan lainnya. (Marpaung, 2017). Berdasarkan hasil survei pada Gambar 1, mayoritas responden menyatakan cukup tahu dan tahu tentang manfaat mengonsumsi produk perikanan.



Gambar 1. Pengetahuan masyarakat Lamongan tentang manfaat mengonsumsi produk perikanan

Berdasarkan data dari Kementerian Kelautan

dan Perikanan, Sebagian besar pasokan protein dari konsumsi ikan berasal dari ikan dan udang segar, dengan kontribusi lebih dari 43%. Sementara itu, konsumsi ikan dan udang yang diawetkan berkontribusi sekitar 22% terhadap pasokan protein. Ikan segar atau olahan memiliki kadar protein yang cukup tinggi, seperti cakalang dengan kadar 24,2%, tuna 23,7%, bandeng 21,7%, lemuru 20,2%, ikan mas 16%, pindang 27%, ikan asap 30%, ikan asin 42-50%, udang segar 21%, dan udang kering 62,4%. Lemak yang terdapat dalam ikan umumnya rendah, yaitu kurang dari 5%, berbeda dengan kandungan lemak ayam yang mencapai 25%. Ikan juga menjadi salah satu sumber kalsium, fosfor, besi, Vitamin A, dan Vitamin B1 yang tinggi (KKP 2018).

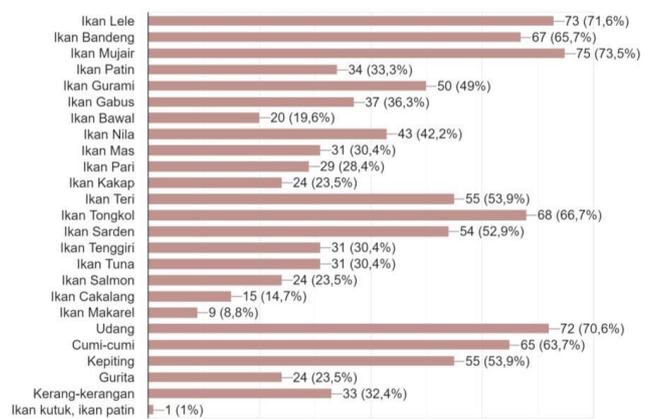
Masyarakat telah banyak yang mengetahui manfaat dan keunggulan dari produk perikanan, tetapi konsumsi perikanan di Indonesia masih cukup rendah. Menurut Andriani dan Wirjatmaji (2012), Konsumsi ikan di Indonesia secara nasional masih lebih rendah jika dibandingkan dengan Malaysia dan Singapura. Kurangnya konsumsi ikan dapat menyebabkan risiko terjadinya berbagai penyakit, seperti Alzheimer, penyakit hipertensi, kardiovaskular, peradangan, dan kanker. Seperti yang kita tahu, ikan mengandung berbagai unsur yang penting bagi tubuh, seperti Vitamin A dan D yang terdapat dalam minyak ikan, Vitamin B kompleks, serta mineral seperti magnesium, fosfor, yodium, zat besi, tembaga, seng, dan selenium. Tingginya pengetahuan masyarakat tentang manfaat dan keunggulan produk perikanan masyarakat Indonesia terutama masyarakat di Kabupaten Lamongan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran pentingnya mengkonsumsi produk perikanan sehingga tingkat konsumsi produk perikanan dapat semakin meningkat.

Jenis ikan yang dikonsumsi oleh masyarakat Lamongan

Ikan dapat dikelompokkan menjadi tiga berdasarkan habitatnya, yaitu ikan air tawar, ikan air laut, dan ikan air payau. Dalam hal cara produksinya, ikan dapat diklasifikasikan menjadi dua bagian, yaitu ikan hasil tangkapan dari perikanan dan ikan hasil budidaya. Perikanan tangkapan terdiri dari dua subsektor, yaitu perikanan laut dan perikanan umum. Di sisi lain, ikan budidaya terbagi menjadi enam subsektor, yakni budidaya di lingkungan laut, kolam, tambak, karamba, jaring apung, dan sawah (BPS, 2019). Ikan yang dikonsumsi oleh masyarakat juga memiliki jenis yang beragam, mengingat ikan konsumsi dapat diperoleh dari berbagai jenis perairan. Selain beragam jenisnya, rasa ikan pun beragam terkait dengan asal media hidupnya. Ikan dari laut relatif lebih gurih dibandingkan dengan ikan air tawar.

Selain varian rasa, bentuk, serta ukuran, harga ikan sangat bervariasi (Djunaidah, 2017).

Berdasarkan hasil survei pada Gambar 2 dapat diketahui bahwa konsumsi produk perikanan masyarakat di Kabupaten Lamongan cukup beragam. Konsumsi produk perikanan paling tinggi terdapat pada ikan mujair dengan persentase 73,5%. Ikan mujair sendiri merupakan ikan air tawar yang produksinya paling tinggi di Indonesia, sehingga konsumsi ikan mujair juga cukup tinggi di Indonesia terutama di Lamongan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Sari *et al.*, (2017) yang menyatakan bahwa ikan Mujair (*Oreochromis mossambicus*) merupakan ikan tawar yang paling tinggi produksinya dan sudah dibudidayakan di seluruh provinsi di Indonesia. Di Indonesia terdapat beberapa macam strain ikan mujair, yaitu sinyonya, punten, kumpay, majalaya, kancra domas, taiwan dan merah.



Gambar 2. Jenis ikan yang pernah dikonsumsi oleh masyarakat Lamongan

Masyarakat Lamongan juga banyak yang mengkonsumsi ikan lele, ikan bandeng, dan udang. Konsumsi produk perikanan paling rendah di Kabupaten Lamongan berdasarkan kuisioner yaitu pada ikan makarel dengan persentase hanya 8,8%, atau dapat dikatakan hanya 9 orang dari 102 orang di Lamongan yang mengkonsumsi ikan makarel. Hal ini disebabkan karena ikan makarel masih belum banyak dijual dan masih jarang ditemui di daerah Lamongan. Meskipun terdapat beberapa daerah di Lamongan yang berbatasan dengan laut, tetapi kebanyakan masyarakat Lamongan juga membudidaya ikan pada tambak dan kolam. Berdasarkan data Dinas Perikanan dan Kelautan Kabupaten Lamongan, jenis komoditas ikan yang banyak dibudidayakan adalah berupa ikan mujair, ikan lele, ikan bandeng, udang windu, ikan mas, ikan nila dan beberapa ikan air tawar dan air payau lain. Berdasarkan Badan Pusat Statistika Provinsi Jawa Timur, Kabupaten Lamongan menjadi salah satu daerah dengan potensi perikanan budidaya terbesar di Jawa Timur. Hal ini dapat dilihat dari

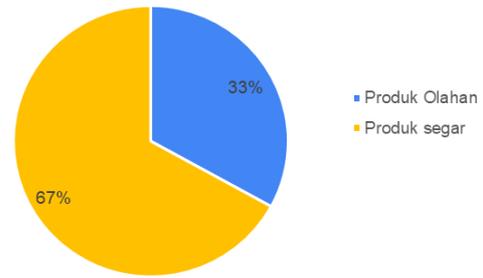
kontribusi nilai produk perikanan budidaya Kabupaten Lamongan dalam Provinsi Jawa Timur tahun 2018 mencapai Rp. 1.267,78 Milyar (BPS Jatim, 2018).

Konsumsi produk perikanan laut di Kabupaten Lamongan juga cukup tinggi jika dibandingkan dengan produk perikanan air tawar dan air payau, seperti ikan tongkol, cumi-cumi, ikan teri, ikan sarden, dan kepiting. Menurut Yaskun dan Sugiarto (2017), sumber daya ikan yang hidup di wilayah perairan Kabupaten Lamongan dinilai memiliki tingkat keragaman hayati (*bio-diversity*) paling tinggi. Hasil perikanan di wilayah perairan laut Lamongan terdiri beberapa jenis ikan antara lain, tuna, kerapu, udang, tongkol, tenggiri, kakap, kepiting, sarden, cumi-cumi dan rajungan

Sediaan ikan yang dikonsumsi masyarakat Lamongan

Gambar 3 menyajikan bentuk sediaan ikan yang biasa dikonsumsi oleh masyarakat Lamongan. Masyarakat Kabupaten Lamongan banyak yang memilih produk segar dengan angka 67% dibandingkan produk olahan perikanan dengan angka 33%. Menurut Lestari *et al.* (2015), Ikan segar adalah ikan yang masih mempunyai sifat yang sama seperti ikan hidup, baik rupa, bau, rasa, maupun teksturnya. Sedangkan, Ikan olahan adalah ikan segar yang telah mengalami proses pengolahan menjadi berbagai bentuk. Ikan olahan memiliki masa simpan yang lebih lama karena melibatkan metode pengawetan. Namun, proses pembuatan ikan olahan dapat mengurangi kandungan gizi pada ikan tersebut. Selain itu, penggunaan bahan pengawet yang ditambahkan pada ikan olahan untuk memperpanjang masa simpannya sebaiknya dihindari dalam konsumsi makanan (Karuniawati *et al.*, 2017).

Konsumen dalam mengkonsumsi suatu produk menginginkan agar dapat menikmati atribut atau sifat yang dimiliki produk tersebut. Sama halnya dalam mengkonsumsi ikan, konsumen menginginkan atribut-atribut yang dimiliki ikan. Suatu produk tentu memiliki unsur-unsur atribut produk yang dapat mempengaruhi pengambilan keputusan konsumen dalam mengonsumsi suatu produk, si antaranya seperti kualitas produk, harga, dan merek. Unsur-unsur tersebut menjadi bahan pertimbangan paling utama bagi konsumen sebelum melakukan keputusan pembelian pada suatu produk (Usnia *et al.*, 2020).



Gambar 3. Bentuk sediaan ikan yang dikonsumsi

Berdasarkan data pada Gambar 3, banyak responden yang lebih memilih ikan segar dengan memberikan alasan yang bermacam-macam. Salah satu alasan pemilihan ikan segar dikarenakan konsumen yang mengutamakan higienitas karena ikan segar dapat diolah sendiri sehingga terjamin kebersihannya. Selain itu, banyak yang menganggap ikan segar lebih sehat dikarenakan masih *fresh* sehingga belum banyak pengolahan dan penambahan pengawet yang menyebabkan penurunan gizi. Hal ini sesuai dengan pernyataan Karuniawati *et al.* (2017) yang menjelaskan bahwa ikan segar memiliki kandungan zat gizi yang lebih baik dibandingkan dengan ikan olahan yang dapat disajikan menjadi beraneka jenis masakan. Pieniak *et al.* (2008) juga melaporkan bahwa keinginan menjadi sehat menjadi pemicu secara tidak langsung bagi masyarakat untuk mengonsumsi ikan.

Meskipun lebih banyak responden yang memilih mengonsumsi ikan segar tetapi juga banyak yang memilih mengonsumsi ikan olahan. Beberapa konsumen memberikan alasan lebih memilih ikan olahan karena praktis dan mudah dalam penyajiannya. Kemudahan untuk mempersiapkan dan memasak ikan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi konsumsi ikan selain faktor aroma dan rasa ikan (Matlabi *et al.* 2013). Responden berpendapat tidak memilih mengonsumsi ikan segar karena tidak memiliki waktu yang cukup untuk mengolahnya. Memasak makanan dengan bahan dasar ikan membutuhkan waktu yang lebih lama dalam proses penyajiannya, sehingga kurang diminati oleh mereka yang memiliki keterbatasan waktu dalam menyiapkan menu. Sebagai alternatif, mengonsumsi ikan olahan menjadi pilihan yang lebih menguntungkan. Ikan olahan memiliki beberapa kelebihan, di antaranya mudah ditemukan di sekitar lingkungan tempat tinggal, memiliki harga yang terjangkau, serta memiliki masa simpan yang lebih lama dibandingkan dengan ikan segar (Karuniawati *et al.*, 2017).

Intensitas mengonsumsi produk perikanan

Sebagai upaya memenuhi kebutuhan protein hewani masyarakat Indonesia, ikan memiliki berbagai

keunggulan sebagai sumber zat gizi penting. Selain sebagai sumber protein, ikan juga menyediakan lemak, vitamin, dan mineral yang sangat berharga dan memiliki potensi yang baik. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) melalui Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas), kontribusi protein dari ikan terhadap konsumsi protein hewani di masyarakat Indonesia mencapai 57%..

Berdasarkan data pada Gambar 4, sebanyak 42,2% masyarakat Lamongan mengonsumsi ikan sebanyak 3 hari sekali. Terdapat 21,6% masyarakat mengonsumsi ikan 2 minggu sekali, sedangkan yang lainnya tidak menentu. Kemenkes melalui informasi *American Heart Association* telah menyarankan dua porsi ikan berlemak dalam seminggu untuk mendapat manfaat sehat bagi jantung dan otak.



Gambar 4. Intensitas mengonsumsi ikan

Sebagai pangan yang menyehatkan, ikan memiliki kaya akan kandungan gizi dan manfaatnya. Ikan memiliki keunggulan sebagai salah satu sumber protein hewani karena jumlah protein yang terkandung di dalamnya berkisar antara 15-24%, dan juga karena kualitas proteinnya yang ditunjukkan oleh kelengkapan asam amino esensialnya. Selain itu, ikan memiliki tingkat pencernaan yang tinggi, mencapai angka 95% (Rahayu *et al.*, 1992). Di samping itu, ikan juga mengandung asam lemak omega-3 yang memiliki peran penting dalam perkembangan jaringan otak serta mencegah penyakit jantung, stroke, dan hipertensi, serta menurunkan risiko terjadinya beberapa jenis penyakit lainnya. Mengonsumsi ikan mampu melindungi dari serangan penyakit jantung diduga karena adanya asam lemak esensial berupa omega 3 dalam ikan. Asam lemak omega 3 memiliki peran penting dalam metabolisme seperti menghambat agregasi platelet dan menurunkan level dari serum trigliserida yang akan memegang peranan dalam pencegahan penyakit jantung (Leaf dan Weber, 1988). Kromhout *et.al* (1985) juga melaporkan adanya hubungan terbalik antara tingkat konsumsi ikan dengan kejadian kematian akibat dari serangan jantung.

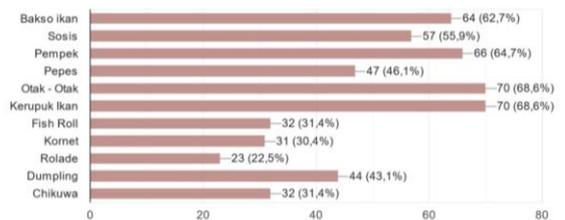
Kabupaten Lamongan merupakan penghasil produk perikanan terbesar di Jawa Timur. Pada tahun 2020 produksi ikan di Kabupaten Lamongan sebesar 139.547,48 ton yang sebagian besar (85%) dijual dalam bentuk segar, sehingga harga produk persatuannya rendah. Hal ini juga dapat menjadi alasan mengapa tingkat konsumsi ikan di Lamongan

rendah. Indrawasih (2016) melakukan studi pola konsumsi ikan di Desa Hitumesing, Kabupaten Maluku Tengah menyimpulkan bahwa tingkat konsumsi ikan oleh penduduk setempat relatif rendah dibandingkan dengan tingkat produksinya. Nelayan lebih memilih untuk menjual ikan hasil tangkapannya dibandingkan dengan mengkonsumsinya sendiri. Fenomena ini terjadi diduga karena nelayan membutuhkan uang tunai untuk membeli kebutuhan primernya.

Selain itu, peran ibu dalam keluarga juga menjadi salah satu alasan. Indriana dan Widajanti (2006) melaporkan bahwa semakin tinggi pendapatan/kap/bulan dan pengetahuan tentang gizi seorang ibu maka semakin meningkatkan ketersediaan ikan di rumah tangga perkotaan. Hal ini mengindikasikan bahwa sosok ibu sangat mempengaruhi ketersediaan ikan di rumah tangga. Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahfiludin *et al.*, (2004) yang mengambil sampel ibu rumah tangga yang memiliki anak bawah lima tahun atau balita. Hasil dari penelitian menunjukkan keberadaan peningkatan yang signifikan atas berbagai aspek seperti pengetahuan, keterampilan serta sikap dalam mengonsumsi ikan dari ibu-ibu sampel yang telah mengikuti pelatihan. Dari hasil penelitian - penelitian tersebut, mengindikasikan bahwa edukasi terhadap ibu rumah tangga berdampak positif terhadap kesadaran dalam mengonsumsi ikan.

Jenis produk olahan ikan yang dikonsumsi

Produk olahan ikan di Indonesia sangat beragam. Pengolahan ikan bertujuan untuk meningkatkan umur simpan, menaikkan nilai gizi, dan meningkatkan mutu sensori. Proses pengolahan produk perikanan dapat dibedakan menjadi dua yaitu dengan cara tradisional dan modern. Contoh produk olahan ikan diantaranya seperti otak-otak, pepes, bakso, dan lain sebagainya. Pola konsumsi masyarakat untuk produk olahan perikanan di daerah Lamongan disajikan pada Gambar 5.



Gambar 5. Produk olahan ikan yang disukai oleh masyarakat Lamongan

Berdasarkan hasil survei kesukaan masyarakat terhadap makanan olahan ikan, masyarakat Lamongan

cenderung memilih produk yang diolah secara tradisional. Otak-otak dan kerupuk ikan memiliki hasil responden tertinggi 68,6%, diikuti dengan pempek (64,7%), bakso ikan (62,7%), sosis (55,9%), dan pepes (46,1%). Otak-otak merupakan produk olahan tradisional yang kebanyakan dibuat dari bahan dasar ikan bandeng yang diambil dagingnya kemudian dihaluskan dan dikukus. Produk ini digemari karena banyak penjual pempek yang ada di daerah Lamongan. Makanan ini sangat digemari oleh anak-anak muda atau generasi milenial. Bakso ikan adalah produk olahan kebanyakan dibuat sendiri oleh ibu rumah tangga ketika waktu panen ikan. Produk bakso cukup digemari karena memiliki rasa yang tidak kalah dengan bakso yang menggunakan bahan dasar daging sapi maupun daging ayam.

Sosis ikan merupakan salah satu olahan hasil perikanan yang dibuat dari pasta ikan (surimi) dan dicampur dengan bumbu-bumbu, dan dikemas dengan selongsong atau casing. Produk sosis pada umumnya merupakan hasil dari industri dan sangat jarang diproduksi oleh ibu rumah tangga atau UMKM karena alat dan prosesnya yang cukup rumit. Pepes ikan merupakan salah satu makanan khas Indonesia yang cukup populer dan banyak digemari. Makanan yang identik dengan bungkus daun pisang ini memiliki cita rasa yang gurih dan lezat. Pepes ikan dikenal dengan bumbunya yang meresap, sehingga hal ini selalu berhasil menggugah selera para penikmatnya. Oleh karena itu tidak sedikit masyarakat daerah Lamongan yang cukup suka dengan makanan ini.

KESIMPULAN

Masyarakat Kabupaten Lamongan sudah banyak mengetahui manfaat dari produk perikanan. Konsumsi produk perikanan paling tinggi pada masyarakat Kabupaten Lamongan adalah ikan mujair. Masyarakat kabupaten Lamongan lebih banyak memilih mengkonsumsi produk ikan segar dibandingkan dengan ikan olahan karena alasan higienitas dan menganggapnya lebih sehat. Namun, ada juga yang memilih produk ikan olahan karena praktis, mudah penyajiannya, harga terjangkau, dan daya simpannya lebih lama. Ikan utuh menjadi pilihan paling banyak karena di daerah Lamongan banyak pasar tradisional yang menyediakan atau menjual ikan utuh dan kurangnya penjual ikan yang telah di fillet atau dibersihkan. Produk olahan tradisional masih menjadi makanan yang banyak digemari oleh masyarakat daerah Lamongan. Hal ini disebabkan oleh karena banyaknya penjual dan mudahnya proses pengolahan sehingga para ibu rumah tangga dapat membuat sendiri produk olahan tersebut.

rasanya yang sangat enak dan mudah ditemui di daerah Lamongan.

Kerupuk ikan merupakan produk dengan bahan dasar ikan tenggiri. produk ini kebanyakan sudah diproduksi skala besar oleh industri sehingga mudah di jumpai dalam kemasan plastik. Pempek merupakan produk olahan perikanan yang khas dari daerah Palembang, namun pada zaman sekarang sudah

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, M., Wirjatmaji, B. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana.
- BPS [Badan Pusat Statistik]. 2019. *Produksi Perikanan Menurut Subsektor (ribu ton), 1999-2016*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- BPS Jatim [Badan Pusat Statistika Provinsi Jawa Timur]. 2018. "Kabupaten Jawa Timur dalam Angka Tahun 2018. Lamongan," Lamongan, 2018. Surabaya: Badan Pusat Statistik.
- Dewi, S. R. 2015. *Hubungan antara pengetahuan gizi, sikap terhadap gizi dan pola konsumsi siswa kelas XII program keahlian jasa boga di SMK Negeri 6 Yogyakarta*. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Teknik Boga dan Busana, Fakultas Teknik UNY.
- Djunaidah, I, S. 2017. Tingkat konsumsi ikan di Indonesia : Ironi di negeri bahari. *Jurnal Penyuluhan Perikanan Dan Kelautan 11(1)*: 12-24.
- Khomsan, A., Baliwati, Y. F., dan Dwiriani, M. 2004. *Pengantar Pangan dan Gizi*. Depok : Penebar Swadaya.
- KKP [Kementerian Kelautan dan Perikanan]. 2018. *Produktivitas Perikanan Indonesia*. Jakarta:KKP.
- KKP [Kementerian Kelautan dan Perikanan]. 2023. *Data angka konsumsi ikan (AKI)*. Diakses *online* <https://statistik.kkp.go.id/home.php?m=aki&i=209#panel-footer> (diakses pada tanggal 30 Mei 2023)
- Indrawasih, R. 2016. Pola konsumsi ikan oleh masyarakat di Desa Hitumesing, Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Masyarakat & Budaya 18(3)*: 339-352.
- Indriana, S., Widajanti. 2005. Hubungan pendapatan, pengetahuan gizi ibu dengan ketersediaan ikan tingkat rumah tangga daerah perkotaan. *Jurnal Gizi Indonesia 1(1)*: 8-11.

- Karuniawati, T., Satria, A., Yuliati, L. N. 2017. Analisis Pembelian Ikan Segar Dan Ikan Olahan Pada Ibu Bekerja Dan Ibu Tidak Bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 10(1): 59-70.
- Kromhout, D., Bosschieter, E.B., de Lezenne Coulanderr, C., 1985. The inverse relation between fish consumption and 20-year mortality from coronary disease. *National England Journal of Medicine*, 312: 1205-1209.
- Leaf, A. Weber, P. C., 1988. Cardiovascular effects of n-3 fatty acids. *National England Journal of Medicine*, 318: 549-557.
- Lestari, N., Yuwana, dan Zulman, E. 2013. Identifikasi tingkat kesegaran dan kerusakan fisik ikan di Pasar Minggu Kota Bengkulu. *Jurnal Agroindustri* 5 (1): 44-56.
- Madanijah, S. 2004. *Pola Konsumsi Pangan, dalam Pengantar pangan dan Gizi*. Penebar Swadaya, Jakarta.
- Marpaung, R. 2017. Kajian mikrobiologi pada produk ikan asin kering yang dipasarkan di pasar tradisional dan pasar swalayan dalam upaya peningkatan keamanan pangan di Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 15(3), 145-151.
- Matlabi, M., Rad, G. S., Mostavafi, F., Mohebi, S., Sani, F. A., Azadbakht, L., Tabaraie, Y. 2013. A study on the fish consumption according to health education models constructs in 2012. *Bulletin of Environment, Pharmacology and Life Science*, 3(1): 57-67.
- Pieniak, Z., Verbeke, W., Scholderer, J., Brunso, K., Olsen, S. O. 2008. Impact of consumers' health beliefs, health involvement and risk perception on fish consumption a study in five European countries. *British Food Journal*, 110(9): 898-915.
- Rahayu, W. P., Slamet, M., Suliantari, dan Srikandi, F. 1992. *Teknologi fermentasi produk perikanan*. Bogor: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi, Institut Pertanian Bogor.
- Rahfiludin, M. Z., Cahya, T. P., Tinuk, Istiarti. 2004. Pengaruh pelatihan makan ikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, praktik dan asupan gizi ibu dan anak balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia* , 1(2): 72-79.
- Sari C. N., Zuhrawati N. A., dan Asmilia N., 2017. Profil hematologi Ikan Mujair (*Oreochromis mossambicus*) yang terpapar merkuri klorida ($HgCl_2$). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Veterier*, 9 (3): 439-447.
- Usnia, K., Kusai, dan Zulkarnain. 2020. Perilaku konsumen dalam membeli ikan salai di Pasar Bawah Kota Pekanbaru Provinsi Riau. *Jurnal Sosial Ekonomi Pesisir*, 1(2): 74-83.
- Yaskun, M., Sugiarto, E. 2017. Potensi hasil perikanan laut terhadap kesejahteraan para nelayan dan masyarakat di Kabupaten Lamongan. *Jurnal Studi Manajemen dan Bisnis*, 4(1): 257-264.