

# Pengolahan Ikan dengan Metode Pemandangan pada Ikan Bandeng dan Tongkol

## *Fish Processing Using the Pickling Method on Milkfish and Skipjack Tuna*

Sri Maryeni<sup>1\*</sup>, Muhammad Natsir Kholis<sup>2</sup>

1) Jurusan Pemanfaatan Sumber Daya Perikanan Fakultas Perikanan Universitas Muara Bungo, e-mail: [Maryenisri@gmail.com](mailto:Maryenisri@gmail.com)

2) Jurusan Pemanfaatan Sumber Daya Perairan Fakultas Perikanan dan Kelautan Universitas Riau, e-mail: [muhhammad.natsir@lecturer.unri.ac.id](mailto:muhhammad.natsir@lecturer.unri.ac.id)

\*Corresponding author: e-mail: [Maryenisri@gmail.com](mailto:Maryenisri@gmail.com)

Received: 31 April 2025/ Accepted: 31 Mei 2025

### ABSTRAK

Pemandangan merupakan salah satu metode pengawetan ikan tradisional yang banyak digunakan di Indonesia, termasuk untuk ikan bandeng (*Chanos chanos*) dan tongkol (*Euthynnus sp.*), guna mempertahankan kualitas dan meningkatkan daya simpan. Penelitian ini bertujuan untuk mensintesis proses pemandangan yang efektif agar kualitas daging ikan terjaga dengan baik dan nilai ekonomis ikan meningkat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi langsung terhadap proses pemandangan ikan bandeng dan tongkol di Desa Mekong, Kabupaten Bungo, Provinsi Jambi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pemandangan yang melibatkan teknik penggaraman dan pemanasan menghasilkan perubahan signifikan pada rasa, aroma, warna, dan tekstur ikan. Pemandangan meningkatkan cita rasa ikan menjadi lebih gurih, memperbaiki aroma ikan, serta mengubah tekstur menjadi lebih padat dan lembut. Proses ini juga dapat memperpanjang umur simpan ikan tanpa mengorbankan kualitas gizi, menjadikan ikan pindang sebagai produk yang bernilai ekonomis tinggi. Penelitian ini menyarankan agar suhu dan konsentrasi garam dalam pemandangan diatur dengan lebih tepat untuk menjaga kualitas gizi, serta pentingnya pengujian kualitas ikan pindang secara rutin untuk memastikan produk yang aman dan bergizi.

**Kata kunci:** Pemandangan, Ikan Bandeng, Ikan Tongkol, Pengawetan, Kualitas, Nilai Ekonomis.

### ABSTRACT

Pickling is a traditional fish preservation method widely used in Indonesia, including for milkfish (*Chanos chanos*) and skipjack tuna (*Euthynnus sp.*), to maintain quality and extend shelf life. This study aims to synthesize an effective pickling process to preserve fish flesh quality and increase the economic value of the fish. The method used in this study is direct observation of the pickling process of milkfish and skipjack tuna in Mekong Village, Bungo Regency, Jambi Province. The results of the study show that the pickling process, which involves salting and heating techniques, significantly alters the taste, aroma, color, and texture of the fish. The pickling process enhances the fish's flavor, improves the aroma, and changes the texture to become firmer and more tender. This process also extends the fish's shelf life without compromising its nutritional quality, making pickled fish a high-value product. This study suggests that the temperature and salt concentration in the pickling process should be precisely controlled to maintain nutritional quality, and regular quality testing of pickled fish is essential to ensure the product is safe and nutritious.

**Keywords:** Pickling, Milkfish, Skipjack Tuna, Preservation, Quality, Economic Value.

## 1. PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Hasil perikanan memiliki nilai ekonomis yang sangat penting bagi masyarakat Indonesia, mengingat kontribusinya terhadap perekonomian negara, terutama dalam sektor konsumsi pangan dan ekspor (Fitriyah, 2020). Namun, hasil perikanan, khususnya ikan, cenderung mudah mengalami kerusakan atau pembusukan bila tidak diberi perlakuan yang tepat setelah proses panen. Kerusakan tersebut dapat menurunkan kualitas serta nilai jual ikan, sehingga perlu adanya upaya untuk mempertahankan kualitas dan memperpanjang umur simpan ikan. Salah satu metode yang umum digunakan oleh masyarakat Indonesia untuk mengawetkan ikan adalah dengan pemindangan.

Pemindangan merupakan salah satu metode pengawetan ikan secara tradisional yang telah dikenal luas di masyarakat Indonesia. Proses ini dilakukan dengan memanaskan ikan dalam suasana garam, yang dapat meningkatkan daya simpan ikan hingga beberapa bulan (Junianingsih, 2015). Pemindangan memiliki beberapa keuntungan, di antaranya adalah proses yang relatif sederhana, hasilnya berupa produk matang siap saji, menambah cita rasa, dan dapat dikonsumsi dalam jumlah yang cukup banyak. Proses pengawetan ikan dengan pemindangan telah terbukti efektif dalam menjaga kualitas ikan, khususnya pada ikan yang memiliki kandungan protein tinggi seperti ikan bandeng (*Chanos chanos*) dan ikan tongkol (*Euthynnus sp.*).

Ikan bandeng dan ikan tongkol merupakan dua jenis ikan yang memiliki nilai ekonomis tinggi dan sering digunakan dalam proses pemindangan. Ikan bandeng, yang hidup di perairan payau dan laut, kaya akan protein dan asam lemak omega-3 yang baik untuk kesehatan tubuh. Sementara itu, ikan tongkol juga memiliki kandungan protein yang setara dengan ikan tuna dan merupakan salah satu ikan yang banyak diminati karena harga yang terjangkau (Fitriyah, 2020; Sugara *et al.* 2022). Meskipun pemindangan ikan sudah dilakukan oleh masyarakat Indonesia sejak lama, variasi dalam teknik dan metode pemindangan yang diterapkan oleh masyarakat setempat dapat memengaruhi hasil akhir dari produk pindang itu sendiri.

Melihat pentingnya pengawetan ikan melalui pemindangan, maka perlu dilakukan penelitian mengenai proses pemindangan yang baik dan benar untuk menghindari kerusakan pada daging ikan serta menghasilkan produk pindang yang berkualitas. Oleh karena itu, penelitian bertujuan untuk mensitesis bagaimana proses pemindangan yang efektif, sehingga kualitas daging ikan dapat terjaga dengan baik dan dapat meningkatkan nilai ekonomis dari ikan tersebut.

## 2. METODE PENELITIAN

### *Waktu dan Tempat*

Penelitian dilaksanakan Bulan Juni 2025 di Jalan R.M Thaher, Cadika, Kecamatan Rimbo Tengah, Kabupaten Bungo, Provinsi Jambi.

### *Alat dan Bahan*

Adapun alat yang di gunakan, antara lain: pisau, baskom, tirsan, panci, tungku, dan alas bambu. Sedangkan bahan yang digunakan yaitu: ikan bandeng, ikan tongkol, bumbu dapur (daun salam, serai, kunyit, lengkuas, bawang merah, jahe), garam, daun bambu, daun pisang, dan kayu bakar.

### *Metode Penelitian*

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode survei, dengan pendekatan observasi langsung terhadap proses pemindangan ikan bandeng dan ikan tongkol.

## Analisis Data

Data dalam penelitian ini dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan mengamati langsung setiap tahap proses pemindangan ikan bandeng dan ikan tongkol. Pendekatan ini bertujuan untuk menggambarkan secara rinci kondisi ikan selama dan setelah pemindangan, serta mengidentifikasi pengaruh teknik pemindangan terhadap kualitas daging ikan, daya simpan, dan cita rasa. Hasil pengamatan ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi terkait metode pemindangan yang optimal, guna menjaga kualitas dan nilai ekonomis ikan, sesuai dengan tujuan pengawetan ikan yang dijelaskan pada latar belakang penelitian.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pemindangan

Pemindangan ikan merupakan salah satu metode pengawetan ikan yang telah lama diterapkan di Indonesia. Menurut Wibowo (1996), pemindangan menggabungkan dua proses utama, yaitu penggaraman dan pemanasan. Garam berfungsi sebagai pengawet alami yang tidak hanya membantu mengawetkan ikan, tetapi juga memperbaiki cita rasa, sementara pemanasan bertujuan untuk mematikan mikroorganisme, termasuk bakteri pembusuk dan patogen yang berpotensi merusak kualitas ikan. Affrianto dan Livviawaty (1989) menyatakan bahwa pengolahan ikan dengan metode pemindangan relatif mudah dilakukan, serta memiliki beberapa keuntungan, seperti proses yang sederhana, biaya yang rendah, dan hasil yang tetap berupa ikan segar yang dapat diolah lebih lanjut. Selain itu, ikan pindang masih memiliki kandungan gizi yang tinggi, menjadikannya sumber protein hewani yang bernilai. Namun, selama proses pengolahan, kombinasi suhu tinggi dan penambahan garam dapat mengurangi kandungan lisin dalam ikan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati (2014), penggunaan larutan garam penuh untuk merebus ikan dapat mengurangi kadar lisin hingga 41,86%. Hal ini menunjukkan pentingnya pengaturan suhu dan konsentrasi garam yang tepat dalam proses pemindangan untuk menjaga kualitas gizi ikan. Hal itu sejalan dengan pengamatan terhadap proses pemindangan ikan bandeng dan tongkol, yang dapat memperpanjang umur simpan ikan tanpa mengorbankan kualitas gizi dan cita rasa yang dihasilkan.

### Teknis proses pemindangan

Proses pemindangan ikan bandeng dan ikan tongkol secara umum dilakukan dengan teknik yang sama, yaitu sebagai berikut :

- 1) Persiapan ikan, dimana ikan yang masih beku di rendam menggunakan air supaya ikan tidak dalam kondisi beku ketika pembersihan dilakukan pada ikan;
- 2) Pecucian ikan dilakukan dengan air sampai ikan benar-benar bersih;



Gambar 1. Proses pencucian dan pembersihan ikan

- 3) Siapkan panci yang di dalamnya dialaskan dengan bambu, guna membuat ikan tidak terkena langsung pada panci sehingga ikan di bagian bawah akan gosong;



Gambar 2. Bahan bumbu yang di Gunakan

- 4) Masukkan garam ke dalam panci;
- 5) Susun ikan yang sudah di cuci terlebih dahulu ke dalam panci. Dimana ikan tersebut udah di di bungkus menggunakan daun pisang;



Gambar 3. Penyusunan Ikan

- 6) Isi air sampai penuh pada panci;
- 7) Rebus ikan yang sudah di susun ke dalam panci di atas tungku api selama 6-7 jam;



Gambar 4. Perebusan Ikan

- 8) Angkat dan tiriskan ikan; dan
- 9) Ikan siap di konsumsi



Gambar 5. Ikan pindang bandeng siap konsumsi



Gambar 6. Ikan pindang tongkol siap konsumsi

### Nilai gizi dan standar mutu ikan pindang

Ikan pindang merupakan sumber pangan bergizi tinggi yang mengandung protein, berbagai jenis mineral, vitamin A, dan asam lemak omega-3. Kandungan gizi ikan pindang menjadikannya pilihan yang baik sebagai sumber protein hewani yang mudah diakses, terutama karena rasanya yang tidak terlalu asin, memungkinkan konsumsi dalam jumlah besar tanpa mengganggu keseimbangan natrium dalam tubuh. Konsumsi ikan pindang secara rutin dapat memberikan berbagai manfaat kesehatan, antara lain sebagai sumber protein hewani, menstabilkan tekanan darah, melancarkan saluran pencernaan, serta mengurangi risiko stroke. Oleh karena itu, ikan pindang tidak hanya memiliki nilai ekonomis, tetapi juga manfaat kesehatan yang signifikan bagi masyarakat (Wibowo, 1996).

Untuk memastikan kualitas ikan pindang, penting untuk memenuhi standar mutu yang telah ditetapkan. Standar mutu ikan pindang dapat dievaluasi melalui berbagai parameter, termasuk pengujian sensoris, kimiawi, dan mikrobiologis. Meskipun pengujian kimiawi dan mikrobiologis memberikan hasil yang lebih objektif, pengujian sensoris tetap menjadi metode yang paling mudah dilakukan. Menurut Wibowo (1996), pengujian sensoris meliputi penilaian terhadap rupa, warna, bau, rasa, dan tekstur ikan pindang. Ikan pindang yang berkualitas baik harus memenuhi kriteria sebagai berikut: rupa dan warna yang utuh dan bersih tanpa benda asing atau endapan lemak, bau yang segar dan khas, rasa gurih yang merata tanpa keasinan berlebihan, serta tekstur yang padat dan empuk. Selain itu, standar mutu ikan pindang juga tercantum dalam Standar Nasional Indonesia (Dirjen Perikanan, 1994/1995), yang mengacu pada Keppres No. 20 Tahun 1984 dan Keppres No. 7 Tahun 1989. Dengan demikian, pemenuhan standar mutu ini penting untuk menjaga kualitas ikan pindang yang aman dan bernutrisi tinggi untuk dikonsumsi. Berikut adalah hasil pengamatan organoleptik pada ikan pindang tongkol dan ikan Bandeng.

Tabel 1. Pengamatan Organoleptik

No	Pengamatan	Awal Pada Ikan		Akhir Pada Ikan	
		Bandeng	Tongkol	Bandeng	Tongkol
1	Rasa	Ikan	Ikan	Sedikit asin dan ada rasa bumbu dapur	Sedikit asin
2	Aroma	Ikan	Ikan	Bau ikan dengan sedikit bau bumbu	Bau ikan di rebus
3	Warna	Ikan segar	Ikan segar	Sedikit kekuningan	Kecoklatan
4	Tekstur	Padat, kenyal	Padat, kenyal	Lembut, padat	Lembut, padat

Sumber: (hasil olah data, 2025)

Berdasarkan hasil pengamatan pada ikan pindang bandeng dan tongkol, proses pemindangan yang melibatkan teknik penggaraman dan pemanasan menunjukkan perubahan signifikan pada karakteristik ikan. Pemindangan bertujuan untuk mengawetkan ikan dan memperbaiki cita rasa, di mana garam berfungsi sebagai pengawet alami yang juga meningkatkan rasa gurih ikan, sementara pemanasan membantu mematikan bakteri pembusuk dan patogen. Proses pemanasan dengan kadar garam yang tinggi menyebabkan perubahan tekstur ikan menjadi lebih kompak, sehingga ikan pindang menjadi lebih lezat dan awet dibandingkan dengan ikan segar.

Perubahan pada rasa ikan dapat dilihat dari perbedaan cita rasa yang teridentifikasi setelah proses pemindangan. Ikan bandeng mengalami penambahan rasa asin dan bumbu dapur, sementara ikan tongkol tetap sedikit asin. Penyerapan garam dan bumbu ini menunjukkan fungsi utama pemindangan dalam memberikan rasa gurih dan meningkatkan daya simpan (Hidayat *et al.* 2020). Fadli *et al.* (2020) menjelaskan bahwa rasa gurih pada pindang berasal dari asam glutamat, yang dapat hadir dalam bentuk terikat atau bebas, dengan bentuk bebasnya berfungsi sebagai penyedap rasa.

Aroma ikan pindang juga mengalami perubahan, dengan ikan segar yang awalnya memiliki aroma khas ikan berubah menjadi bau ikan yang lebih kuat dengan sedikit bau bumbu pada bandeng, dan bau ikan rebus pada tongkol. Penambahan bumbu dan pemanasan mempengaruhi aroma akhir dari ikan pindang, di mana proses perebusan yang disertai penguapan menyebabkan perubahan pada aroma ikan (Handayani *et al.* 2017). Fadli *et al.* (2020) menambahkan bahwa bau ikan pindang yang gurih dan segar merupakan indikasi kualitas pindang yang baik, dengan garam yang digunakan memberikan aroma sedap pada produk akhir.

Pada aspek warna, ikan pindang bandeng dan tongkol mengalami perubahan warna yang signifikan. Ikan segar yang awalnya berwarna alami berubah menjadi sedikit kekuningan pada bandeng dan kecoklatan pada tongkol. Perubahan warna ini merupakan hasil dari interaksi pemanasan, garam, dan bumbu yang digunakan dalam proses pemindangan. Pandit (2016) menyatakan bahwa pindang yang baik memiliki rupa yang bercahaya dengan permukaan yang cemerlang.

Tekstur ikan juga berubah setelah pemindangan, dengan ikan segar yang awalnya padat dan kenyal berubah menjadi lembut dan padat. Proses pemanasan menyebabkan perubahan struktur protein dalam daging ikan, membuatnya lebih lembut namun tetap padat dan kompak. Fadli *et al.* (2020) menjelaskan bahwa pemindangan yang baik menyebabkan tekstur menjadi kesat dan kompak akibat penurunan kadar air. Fauzy *et al.* (2016) menambahkan bahwa kualitas pindang yang baik memiliki tekstur yang padat, kompak, dan lentur, serta tidak berbau, yang sesuai dengan standar kualitas pindang yang telah dijelaskan oleh Adawyah (2007).

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

##### **Kesimpulan**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa proses pemindangan ikan bandeng dan tongkol melalui teknik penggaraman dan pemanasan efektif dalam mengawetkan ikan, meningkatkan cita rasa, serta memperpanjang daya simpan ikan tanpa mengorbankan kualitas gizi. Pemindangan menghasilkan perubahan signifikan pada rasa, aroma, warna, dan tekstur ikan, menjadikannya lebih gurih, lezat, dan awet. Dengan memenuhi standar mutu yang telah ditetapkan, ikan pindang memiliki nilai ekonomis tinggi dan dapat memberikan manfaat kesehatan, sehingga menjadi pilihan yang baik sebagai sumber protein hewani yang mudah diakses dan memiliki daya jual yang tinggi.

## Saran

Saran penelitian adalah agar proses pemindangan ikan bandeng dan tongkol dapat lebih dioptimalkan dengan memperhatikan pengaturan suhu dan konsentrasi garam yang tepat untuk menjaga kualitas gizi ikan. Selain itu, perlu dilakukan pengembangan lebih lanjut pada teknik pemindangan untuk meningkatkan efisiensi dan mengurangi kehilangan nutrisi, seperti lisin, yang dapat terpengaruh oleh pemanasan dengan larutan garam. Penelitian juga disarankan untuk mengeksplorasi variasi bumbu dan teknik pemindangan lainnya yang dapat lebih mempengaruhi kualitas rasa dan aroma produk pindang. Terakhir, penting untuk melakukan uji kualitas secara rutin sesuai standar mutu yang berlaku guna memastikan produk pindang yang aman dan bergizi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adawyah, R. 2007. Pengolahan dan Pengawetan Ikan. Bumi Aksara. Jakarta.
- Afrianto dan Liviawaty, 1989. Pengawetan Dan Pengolahan Ikan. Kanisius. Yogyakarta.
- Badan Standardisasi Nasional, 2004. Standar Nasional Indonesia (SNI) 06-6989.3-2004 Cara Uji padatan tersuspensi total (Total Suspended Solid, TSS) secara gravimetri. Jakarta: Badan Standardisasi Nasional.
- Fadli, M. L., Romadhon, & Sumardianto. (2020). *Sensory characteristics of mackerel (Rastrelliger sp.) with added Bledug Kuwu*. Ilmu dan Teknologi Perikanan, 2(1), 1–9.
- Fauzy, H. R., Surti, T dan Romadhon. 2016. Pengaruh Metode Pengeringan Granulator terhadap Kandungan Asam Glutamat Serbuk Petis Limbah Pindang Ikan Layang (*Decapterus spp.*). Jurnal Pengolahan & Biotek Hasil Perikanan, 5(1):16-22.
- Fitriyah, H., D. Syauqy, Dan A. A. Susilo. (2020). Deteksi Kesegaran Ikan Tongkol (*Ethynnus Affinis*) Secara Otomatis Berdasarkan Citra Mata Menggunakan Binary Similarity. Jurnal Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer (Jtiik), 7(5): 879-886.
- Handayani, B. R., Kusumo, B. D., Werdiningsih, W., Rahaya, T. I., & Hariani. (2017). *The study of the quality, sensory, and shelf life of steamed tuna fish with the treatment of water steaming time*. Jurnal Ilmu dan Teknologi Pangan, 3(1), 194–199.
- Hidayat, R., Maimun, & Sukarno. (2020). *Quality of tuna fish pindang (Euthynnus affinis) analysis with oven steam processing technique*. Journal Fishtech, 9(1), 21–33.
- Ilyas, 1980. Teknologi Pengolahan Pindang. Lembaga Penelitian Teknologi Perikanan Badan Penelitian dan Pengembangan pertanian Departemen Pertanian Republik Indonesia. Jakarta.
- Junianingsih, I. (2015). Proses Pemindangan Ikan Layang (*Decapterus Sp*) Di Desa Jangkar Kabupaten Situbondo. Samakia: Jurnal Ilmu Perikanan, 6(1): 65-72.
- Junianingsih, I. (2015). Quality test of pindang cue-besek *Decapterus sp.* in Jangkar village district, Situbondo. Jurnal Ilmu Perikanan, 6(2), 91–98.
- Kurniawati, S. (2014). Identifikasi Dan Prevalensi Endoparasit Pada Saluran Pencernaan Ikan Tongkol (*Euthynnus Affinis*) Di Pelabuhan Perikanan Nusantara Brondong, Lamongan, Jawa Timur. Skripsi, Fakultas Perikanan dan Kelautan, Universitas Airlangga.
- Mumpuni, F.S dan S. Hasibuan. 2018. Prevalensi Mikroba pada Produk Pindang Tongkol Skala UKM di Pelabuhan Ratu, Sukabumi.
- Pandit, I. G. S. 2016. Teknologi Pemindangan Ikan Tongkol. Warmadewa University Press. Bali.
- Saleh, 2002. Kumpulan Hasil-Hasil Penelitian Pasca Panen Perikanan. Pusat Riset Pengolahan Produk Dan Sosial Ekonomi Kelautan Dan Perikanan. Jakarta.
- Siwi, D dan Santy Wardani. 2001. Proses Pembuatan Ikan Pindang dalam Rangka Meningkatkan Nilai Tambah dan Penghasilan Masyarakat Nelayan. Skripsi S1. Untag. Banyuwangi.

- Sobariah., Suhwardan, H dan Yudistira, A. N. 2015. Karakteristik Mutu dan Pemasaran Ikan Pindang Tongkol di Kota Bogor. *Jurnal Penyuluhan Perikanan*, 11-21.
- Sugara, A., S. Anggraini, Y. Wulandari. (2022). Potensi Sumberdaya Ikan Tongkol (*Euthynnus Sp.*) pada Alat Tangkap Purse Seine Pelabuhan Perairan Nusantara Sibolga. *Jurnal Laut Khatulistiwa*, 5(1): 25-30.
- Suryaningrum, T. D., Syamdidi dan Rizki, E. M. 2013. Penggunaan Berbagai Garam dan Bumbu pada Pengolahan Pindang Ikan Lele Dumbo (*Clarias gariepinus*). *JPB Kelautan dan Perikanan*, 8(1):23-34.
- Suwamba, K. 2008. Proses pemindangan dengan Mempergunakan Garam dengan Konsentrasi yang berbeda. Denpasar
- Wibowo S, 1996. *Industri Pengolahan Ikan*. Penebar Swadaya. Jakarta.