

**PENGGUNAAN TEPUNG UBI JALAR ORANGE
PADA PEMBUATAN BOLU KUKUS**

PROYEK AKHIR

*Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar
Diploma Tiga (D III) Program Studi Tata Boga*



Oleh :

**HAFISIL MIFTAH
NIM 2017/17079030**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III TATA BOGA
DEPARTEMEN ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

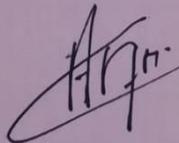
HALAMAN PERSETUJUAN PROYEK AKHIR

Penggunaan Tepng Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus

Judul : Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus
Nama : Hafisil Miftah
NIM : 17079030
Program Studi : D3 Tata Boga
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Padang, September 2022

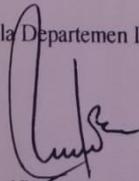
Disetujui oleh Pembimbing



Prof. Dra. Asmar Yulastri, M.Pd, Ph.D

NIP. 19640619 199203 2001

Kepala Departemen IKK FPP UNP



Sri Zulfia Novrita, S.Pd, M.Si

NIP. 197611172 200312 2002

Ketua Prodi D3 Tata Boga



Wiwik Gusnita, S.Pd, M.Si

NIP. 19760801 200501 2001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Hafisil Miftah
NIM : 17079030
Judul : Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus
Program Studi : D3 Tata Boga
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan Proyek Akhir di depan Penguji
Program Studi D3 Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas Pariwisata dan Perhotelan
Universitas Negeri Padang

Padang, September 2022

Tim Penguji

Tanda Tangan

Ketua : Prof. Dra. Asmar Yulastri, M.Pd, Ph.D

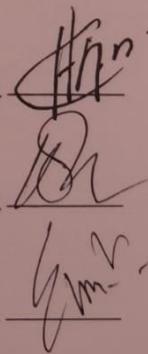
1.

Anggota : Dra. Wirnelis Syarif, M.Pd

2.

Anggota : Ezi Anggraini, M.Pd

3.



The image shows three handwritten signatures in black ink, each written over a horizontal line. The first signature is the most stylized, the second is more fluid, and the third is more legible.

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawahini :

Nama : Hafisil Miftah
Nim : 17079030
Program Studi : D3 Tata Boga
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Dengan ini menyatakan bahwa proyek akhir saya dengan judul:

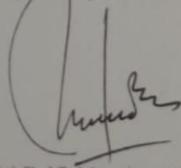
“Penggunaan Tepng Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus” adalah benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiat, saya bersedia diproses dan menerima sanksi sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Dengan pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan dengan rasa tanggung jawab sebagai masyarakat ilmiah.

Padang, September 2022

Diketahui,

Kepala Departemen IKK FPP-UNP



Sri Zulfia Novrita, S.Pd, M.Si
NIP. 197611172 200312 2002

Saya yang menyatakan,



Hafisil Miftah
NIM. 17079030

ABSTRAK

HAFISIL MIFTAH. 2022. “Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus” Proyek Akhir. Padang: Program Studi D III Tata Boga, Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini bertujuan untuk membuat bolu kukus dengan menggunakan tepung ubi jalar orange dan mendeskripsikan kualitas dari segi volume, bentuk, warna, aroma, tekstur dan rasa. Manfaat penelitian ini adalah Menambah ilmu pengetahuan bagi penulis dan masyarakat tentang pembuatan bolu kukus dengan tepung ubi jalar orange sehingga dapat menambah daya guna ubi jalar orange, Menambah keanekaragaman hasil olahan dari tepung ubi jalar orange sebagai produk baru, meningkatkan nilai ekonomis dari ubi jalar orange, memberikan informasi kepada mahasiswa untuk mengembangkan pengetahuan dalam membuat dan memodifikasi pembuatan bolu kukus dari bahan pangan lokal, sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan program studi D3 Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Penelitian dilakukan dengan empat kali ulangan, di Workshop Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Untuk mendapat hasil penelitian dilakukan uji organoleptik oleh 5 orang panelis ahli yang merupakan dosen Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Hasil uji organoleptik dengan 4 kali ulangan menunjukkan bahwa kualitas bentuk bolu kukus adalah rapi, warnanya orange, beraroma ubi jalar orange, teksturnya lembut dan lembab, serta terasa manis dan terasa ubi jalar orangnya. Harga jual bolu kukus tepung ubi jalar orange adalah Rp. 2.000,- per 1 buah.

Kata Kunci: Tepung Ubi Jalar Orange, Bolu Kukus, Kualitas

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proyek akhir yang berjudul **“Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus”** diajukan sebagai salah satu syarat menyelesaikan program D3 Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari bahwa proyek akhir ini masih belum sempurna, namun berkat kesungguhan serta bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, maka proyek akhir ini dapat diselesaikan. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih tak terhingga kepada :

1. Ibu Dra. Ernawati, M.Pd Ph.D selaku Dekan Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
2. Ibu Sri Zulfia Novrita, S.P.d, M.Si selaku Kepala Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
3. Ibu Wiwik Gusnita, S.Pd, M.Si selaku Ketua Program Studi D3 Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
4. Ibu Rahmi Holinesti, S.Tp, M.Si selaku Kepala Labor Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.

5. Ibu Prof. Dra. Asmar Yulastri, M. Pd, Ph.D selaku Dosen Pembimbing Proyek Akhir dan Dosen Penasehat Akademik.
6. Ibu Dra. Wirnelis Syarif, M.Pd Dan Ibu Ezi Angraini, M.Pd Selaku Dosen Penguji Pada Ujian Proyek Akhir Penulis.
7. Bapak/Ibu Staf Pengajar Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
8. Bapak/Ibu Teknisi dan Staf Tata Usaha Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
9. Orang tua dan saudara yang telah banyak memberikan dukungan moril maupun materil serta doa.
10. Rezkhy Saputra, Ahmad Fadilla B, Tito Muladi, M Reza Fathony dan Rahmad Dede Afrianto yang sudah membantu penulis melewati rangkaian proses hingga pada akhirnya penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini.

Semoga segala bantuan, dorongan, pikiran, nasehat dan ilmu yang diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. Akhir kata semoga proyek akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca umumnya serta bagi rekan-rekan mahasiswa/i Tata Boga khususnya.

Padang, September 2022

Hafisil Miftah

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	4
C. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Bolu Kukus.....	5
1. Pengertian.....	5
2. Resep.....	6
3. Bahan Pembuatan Bolu Kukus	7
4. Alat Pembuatan	12
5. Kualitas Kue Bolu Kukus.....	16
B. Tepung Ubi Jalar Orange	19
1. Cara Membuat Tepung Ubi Jalar Orange	20
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	
A. Lokasi dan Jadwal Penelitian	23
B. Persiapan Alat dan Bahan	23
C. Pelaksanaan Penelitian	26
D. Jenis dan Sumber Data	29
E. Tahap Penilaian.....	30
F. Uji Organoleptik.....	31
G. Analisa Data.....	32
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	
A. Perubahan Resep.....	33
B. Data Hasil Uji Organoleptik	34
C. Pembahasan	47
D. Analisis Harga.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

TABEL	Halaman
1. Bahan Bolu Kukus Dengan Resep Standar	6
2. Kandungan Gizi Tepung Terigu per 100 gram	8
3. Kandungan Gizi Telur per 100 gram	10
4. Kandungan Gizi Tepung Ubi Jalar Orange per 100 gram	20
5. Bahan Bolu Kukus Dengan Tepung Ubi Jalar Orange	33
6. Bahan Bolu Kukus Dengan Tepung Ubi Jalar Orange	31
7. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Volume Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus	34
8. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk Rapi Secara Keseluruhan Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Dalam Pembuatan Bolu Kukus	36
9. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus	37
10. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur Lembut Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus	39
11. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur Berpori Halus Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus	40
12. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur Lembab Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus	41
13. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus	43
14. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa Manis Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus	44
15. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa Tepung Ubi Jalar Orange Pada Bolu Kukus	46
16. Bahan Pembuatan Bolu Kukus Tepung Ubi Jalar Orange	52

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR	Halaman
1. Kue Bolu Kukus	5
2. Ubi Jalar Orange	19
3. Diagram Alir Pembuatan Tepung Ubi Jalar Orange	22
4. Bagan Proses Pembuatan Bolu Kukus Tepung Ubi Jalar Orange.....	28
5. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Volume Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus.....	35
6. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk Rapi Secara Keseluruhan Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Dalam Pembuatan Bolu Kukus.....	37
7. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus....	38
8. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur Lembut Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus....	34
9. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur Berpori Halus Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus....	41
10. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur Lembab Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus....	42
11. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus	44
12. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa Manis Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange Pada Pembuatan Bolu Kukus....	45
13. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa Tepung Ubi Jalar Orange Pada Bolu Kukus	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Dokumentasi Penelitian.....	59
2. Angket Penelitian.....	62
3. Surat Penelitian	67
4. Surat Izin Melaksanakan Penelitian.....	68
5. Surat Pengajuan Panelis.....	69

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ubi jalar merupakan kelompok tanaman pangan yang paling banyak dibudidayakan sebagai komoditas pertanian bersumber karbohidrat setelah gandum, beras, jagung dan singkong. Produk ubi jalar tidak hanya potensial sebagai sumber karbohidrat dalam tatanan bahan pangan bagi sebagian penduduk dunia, tetapi juga multiguna sebagai bahan baku berbagai industri pengolahan pangan. Untuk menghindari terjadinya kerusakan atau penurunan kualitas selama penyimpanan pada ubi jalar maka perlu dilakukan penanganan lebih lanjut yaitu pengolahan dalam bentuk segar maupun tepungnya. Hal ini bertujuan untuk mengurangi jumlah ubi jalar yang terbuang percuma karena rusak ataupun busuk pada saat penyimpanan selama panen raya, meningkatkan daya guna ubi jalar, meningkatkan daya simpan (Sukerti, 2013), menurut badan pusat statistik provinsi sumatera barat, sumatera barat menjadi salah satu penghasil ubi jalar tertinggi di Indonesia dengan produktivitas yang dicapai menghasilkan 160,922 ton dalam waktu satu tahun (Badan Pusat Statistik, 2015).

Berdasarkan warna umbinya ubi jalar terdiri dari ubi jalar orange, ubi jalar ungu, dan ubi jalar putih. Ubi jalar orange banyak mengandung berbagai zat yang berguna bagi kesehatan dan merupakan sumber karbohidrat yang cukup tinggi dan juga mengandung senyawa betakaroten dibandingkan dengan bahan pokok lainnya, vitamin E, kalsium, zat besi serta serat. Kombinasi

vitamin A (betakaroten) dan vitamin E dalam ubi jalar orange bekerja sama dalam mencegah stroke dan serangan jantung (Apriadji, 2009: 12).

Murtiningsih dan Suyanti (2011) menarik kesimpulan sebagai berikut ini.

“bahwa kandungan karbohidrat ubi jalar yang tinggi membuat ubi jalar dapat dijadikan sumber kalori. Kandungan karbohidrat ubi jalar tergolong indek glikemik rendah, yaitu tipe karbohidrat yang jika dikonsumsi tidak akan menaikkan kadar gula darah secara drastis. Oleh karena itu, pengolahan ubi jalar menjadi tepung sangat berpotensi dikembangkan menjadi salah satu sumber pangan fungsional dengan indeks glikemik rendah”

Pemanfaatan tepung ubi jalar orange dalam bentuk produk di kalangan masyarakat masih kurang diminati karena kurangnya sosialisasi pada proses pengolahan tepung ubi jalar menjadi salah satu produk pangan. Banyak olahan pangan yang dapat dibuat dengan menggunakan bahan baku utama dari tepung ubi jalar orange salah satunya yaitu kue bolu kukus. (Sri Wahyuni M Noer, 2017).

Bolu kukus adalah kue yang terbuat dari tepung terigu, gula pasir, telur ayam, air, dan emulsifier dicampur sampai mengembang kemudian diselesaikan dengan cara dikukus (Dewi, 2011). Pada umumnya bolu di matangkan dengan dua cara, di panggang di dalam oven dan di kukus. Faktor keberhasilan dalam pembuatan bolu kukus adalah dalam cara mengocok adonan dan mengukus adonan, misalnya mengocoknya terlalu lama atau terlalu sebentar ataupun pengukusannya tidak sempurna bisa membuat bolu kukus tidak jadi (Rohima, 2008). Ubi jalar orange merupakan jenis ubi jalar yang warna daging umbinya orange, kuning muda atau putih kekuning-kuningan.

Keunggulan dari ubi jalar orange ini adalah mengandung betakaroten yang tinggi (Juanda dan Cahyono, (2000) dalam Mulyadi dkk. (2014). Berbagai macam jenis kue bolu merupakan produk olahan yang dibuat dari tepung terigu. Di Indonesia tepung terigu diperoleh dengan cara mengimpor dalam jumlah yang sangat besar, untuk itu harus menjadi perhatian khusus untuk dapat menemukan alternatif bahan pangan yang dapat digunakan sebagai 2 substitusi tepung terigu pada produk makanan di masa yang akan datang. Tentu alternatif ini akan mengurangi jumlah impor tepung terigu yang semakin tinggi yaitu 5,4 juta ton pada tahun 2014 (Aptindo, 2014).

Sebelumnya sudah ada penelitian tentang pembuatan bolu kukus dari tepung ubi kayu, namun karena tepung ubi kayu memiliki warna putih yang tidak terlalu menonjol maka hal tersebut membuat bolu kukus tepung ubi kayu menjadi kurang menarik. Penggunaan tepung ubi jalar orange di harapkan dapat membuat bolu kukus dengan warna yang menarik karena memiliki warna orange dan rasa yang khas dari ubi jalar itu sendiri.

Berdasarkan penjelasan diatas penulis ingin memanfaatkan ubi jalar orange untuk pembuatan bolu kukus, masih kurangnya pemanfaatan ubi jalar orange pada pembuatan kue tradisional maka penulis menggunakan tepung ubi jalar orange dalam pembuatan bolu kukus dengan harapan sebagai alternatif lain untuk penggunaan tepung terigu sebagai bahan utama, sehingga penulis tertarik menggunakan bahan pangan lokal untuk membuat bolu kukus, dengan harapan dapat memberikan berbagai inovasi dan meningkatkan nilai jual bagi

konsumen. Berdasarkan uraian di atas, maka judul penelitian ini adalah **“Penggunaan Tepung Ubi Jalar Orange pada Pembuatan Bolu Kukus”**.

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah untuk dapat :

1. Membuat bolu kukus dengan tepung ubi jalar orange.
2. Mendeskripsikan kualitas bolu kukus dengan penggunaan tepung ubi jalar orange yang meliputi : volume, bentuk, warna, tekstur, aroma dan rasa.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat yang di harapkan dalam penelitian ini adalah untuk dapat :

1. Menambah ilmu pengetahuan bagi penulis dan masyarakat tentang pembuatan bolu kukus dengan tepung ubi jalar orange sehingga dapat menambah daya guna ubi jalar orange.
2. Menambah keanekaragaman hasil olahan dari tepung ubi jalar orange sebagai produk baru.
3. Meningkatkan nilai ekonomis dari tepung ubi jalar orange
4. Memberikan informasi kepada mahasiswa untuk mengembangkan pengetahuan dalam membuat dan memodifikasi pembuatan bolu kukus dari bahan pangan local.
5. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan program studi D3 Tata Boga departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.