

**PENGGUNAAN IKAN TONGKOL DALAM
PEMBUATAN GYOZA**

PROYEK AKHIR

*Diajukan sebagai salah satu persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya
(A.Md) pada program Studi Diploma III Tata Boga
Universitas Negeri Padang*



Oleh:

**AGIT WIRYAWAN
NIM 2019/19079003**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III TATA BOGA
DEPARTEMEN ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN PROYEK AKHIR

Penggunaan Ikan Tongkol dalam Pembuatan *Gyoza*

Judul : Penggunaan Ikan Tongkol dalam Pembuatan *Gyoza*
Nama : Agit Wiryawan
NIM : 19079003
Program Studi : D3 Tata Boga
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Padang, September 2023

Disetujui oleh Pembimbing



Prof. Dr. Ir. Anni Faridah, M.Si
NIP.196803301994032003

Kepala Departemen IKK FPP UNP



Sri Zulfia Novrita, S.Pd, M.Si
NIP 19761117 200312 2002

Ketua Prodi D3 Tata Boga






Wiwik Gusnita, S.Pd, M.Si
NIP 19760801 200501 2001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Agit Wiryawan
NIM : 19079003
Judul : Penggunaan Ikan Tongkol dalam Pembuatan *Gyoza*
Program Studi : D3 Tata Boga
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan proyek akhir di depan Tim Penguji
Program Studi D3 Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan
Universitas Negeri Padang

Padang, September 2023

Tim Penguji	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Prof. Dr. Ir. Anni Faridah, M.Si	1. 
Anggota	: Wiwik Gusnita, S.Pd, M.Si	2. 
Anggota	: Rahmi Holinesti, STP, M.SI	3. 

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Agit Wiryawan
NIM : 19079003
Program Studi : D3 Tata Boga
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

dengan ini menyatakan bahwa Proyek Akhir saya dengan judul:

“ Penggunaan Ikan Tongkol dalam Pembuatan *Gyoza* “

adalah benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiat dari karya dari orang lain. Apabila terbukti saya melakukan plagiat, saya bersedia diproses dan menerima sanksi akademis sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

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

Padang, September 2023

Kepala Departemen IKK FPP UNP



Sri Zulfia Novrita, S.Pd, M.Si
NIP 19761117 200312 2002

Saya yang menyatakan



Agit Wiryawan
NIM 19079003

ABSTRAK

AGIT WIRYAWAM (2023). “Penggunaan Ikan Tongkol dalam Pembuatan *Gyoza*, Proyek Akhir. Padang: Program Studi DIII Tata Boga, Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.”

Penelitian ini bertujuan untuk membuat *gyoza* menggunakan ikan tongkol dan mendeskripsikan kualitas *gyoza* dari segi bentuk, warna, aroma, tekstur, dan rasa. Manfaat penelitian ini adalah membuat varian baru pada *gyoza* dengan menggunakan ikan tongkol sebagai *gyoza*. Penelitian dilakukan pada tanggal 27 februari – 27 Maret 2023 dengan melakukan dua kali pengulangan di *workshop* Tata Boga Jurusan Ilmu kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian eksperimen, yaitu melakukan percobaan langsung pada pembuatan *gyoza* dengan isian ikan tongkol. Pada uji organoleptik dinilai oleh 4 orang panelis terlatih. Hasil uji setelah dua kali pengulangan adalah *gyoza* segitiga pastel dan panjang 7 cm dan tinggi 4 cm. Kualitas volume *gyoza* adalah padat. Kualitas kerapian *gyoza* cukup rapi. Kualitas tekstur kulit *gyoza* cukup kenyal. Kualitas tekstur bagian dalam *gyoza* cukup kenyal. Kualitas tekstur permukaan *gyoza* yaitu cukup mengkilat. Kualitas tektur bagian bawah pada *gyoza* terasa kering kecokelatan. Kualitas aroma ikan tongkol cukup beraroma. Kualitas rasa *gyoza* terasa sangat gurih. Kualitas rasa ikan tongkol pada *gyoza* sangat terasa. Harga Jual *gyoza* isi ikan tongkol adalah Rp. 23.400/ 179 gr.

Kata Kunci: *Gyoza*, Ikan Tongkol, Kualitas

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini yang berjudul **“Penggunaan Ikan Tongkol dalam Pembuatan Gyoza”**. Proyek akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk dapat menyelesaikan program studi DIII Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan proyek akhir ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dra. Ernawati, M.Pd, Ph.D selaku Dekan Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
2. Sri Zulfia Novrita, S.Pd, M.Si selaku Ketua Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
3. Wiwik Gusnita, S.Pd, M.Si selaku ketua Prodi DIII Tata Boga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
4. Prof. Dr. Ir. Anni Faridah, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberi bimbingan, pemikiran, dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan tugas akhir ini, semoga ibu selalu dalam keadaan sehat dan dalam lindungan Allah SWT.

5. Seluruh staf pengajar, karyawan, dan teknisi pada Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
6. Keluarga tercinta papa dan mama yang telah memberikan kasih sayang dan perhatian yang melimpah, serta doa yang tidak pernah putus dipanjatkan untuk penulis, agar tetap berada dalam lindungan Allah SWT.
7. Teman-teman yang sudah membantu dalam pembuatan proyek akhir ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan dapat menjadi amalan yang baik dan mendapat imbalan dari Allah SWT, Aamiin. Penulis menyadari, bahwa penulisan proyek akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi perbaikan penulisan kedepannya. Penulis berharap semoga tulisan ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN PROYEK AKHIR	
PENGESAHAN TIM PENGUJI	
SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	
ABSTRAK	
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian.....	3
C. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II KERANGKA TEORITIS	5
A. Kajian Teori.....	5
B. Resep Standard <i>Gyoza</i>	6
C. Bahan Pembuatan <i>Gyoza</i>	7
D. Peralatan yang Digunakan dalam Pembuatan <i>Gyoza</i>	22
E. Kualitas <i>Gyoza</i>	26
BAB III PROSEDUR PENELITIAN.....	30
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Pemilihan Alat dan Bahan	30
D. Bagan Proses Pembuatan <i>Gyoza</i>	36
E. Tahap Uji Organoleptik	37
F. Tahap Penelitian.....	38
G. Uji Organoleptik.....	40
H. Analisis Data	40
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	42
A. Temuan	42
B. Pembahasan	56
C. Analisis Harga	59
BAB V PENUTUP.....	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Tepung Terigu	8
Gambar 2. Ikan Tongkol	15
Gambar 3. Daging Ikan Tuna.....	16
Gambar 4. Daur Perubahan Singkong menjadi Pati	20
Gambar 5. Diagram Alir Pembuatan Gyoza Ikan Tongkol.....	36
Gambar 6. Kualitas Ukuran Gyoza Ikan Tongkol	44
Gambar 7. Kualitas Volume Gyoza Ikan Tongkol.....	45
Gambar 8. Kualitas Kerapian Gyoza Ikan Tongkol.....	46
Gambar 9. Kualitas Warna Gyoza Ikan Tongkol.....	47
Gambar 10. Kualitas Tekstur Kulit Gyoza Ikan Tongkol	48
Gambar 11. Kualitas Tekstur Bagian Dalam Gyoza Ikan Tongkol	49
Gambar 12. Kualitas Tekstur Permukaan Gyoza Ikan Tongkol	51
Gambar 13. Kualitas Tekstur Bagian Bawah Gyoza Ikan Tongkol.....	52
Gambar 14. Kualitas Aroma Ikan Tongkol pada Gyoza Ikan Tongkol	53
Gambar 15. Kualitas Rasa Gyoza Ikan Tongkol.....	54
Gambar 16. Kualitas Rasa Ikan Tongkol pada Gyoza	56
Gambar 17: Alat-alat Pembuatan Gyoza.....	69
Gambar 18: Bahan-bahan Pembuatan Gyoza	71
Gambar 19: Proses Pembuatan Gyoza	72

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1. Resep standar Gyoza.....	6
Tabel 2. Kandungan Nutrisi Daun Bawang	14
Tabel 3. Alat Persiapan	31
Tabel 4. Alat Pengolahan	31
Tabel 5. Resep Gyoza Ikan Tongkol.....	32
Tabel 6. Kualitas Ukuran Gyoza Isian Ikan Tongkol	43
Tabel 7. Kualitas Volume Gyoza Isian Ikan Tongkol	44
Tabel 8. Kualitas Bentuk Kerapian Gyoza Isian Ikan Tongkol	45
Tabel 9. Kualitas Warna Gyoza Isian Ikan Tongkol.....	46
Tabel 10. Kualitas Tekstur Kulit Gyoza Isian Ikan Tongkol	47
Tabel 11. Kualitas Tekstur Bagian Dalam Gyoza Isian Ikan Tongkol	49
Tabel 12. Kualitas Tekstur Permukaan Gyoza Isian Ikan Tongkol	50
Tabel 13. Kualitas Tekstur Bagian Bawah Gyoza Isian Ikan Tongkol.....	51
Tabel 14. Kualitas Aroma Ikan Tongkol pada Gyoza Isian Ikan.....	52
Tabel 15. Kualitas Rasa pada Gyoza Isian Ikan Tongkol	54
Tabel 16. Kualitas Rasa Ikan Tongkol pada Gyoza Isian Ikan Tongkol	55
Tabel 17. Tabel Analisi Harga Gyoza Isi Ikan Tongkol	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1: Dokumentasi Penelitian.....	69
Lampiran 2: Angket Penelitian	73
Lampiran 3: Surat Permohonan Pembimbing Proyek Akhir	78
Lampiran 4: Surat Tugas Pembimbing	79
Lampiran 5: Surat Izin Melakukan Penelitian	80

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gyoza merupakan salah satu hidangan dumpling yang sangat populer di Jepang. Meskipun populer di Jepang, *gyoza* sendiri berasal dari Cina dan memiliki nama asli *Jiaozi*. *Jiaozi* sendiri memiliki arti tanduk, karena bentuk dari *gyoza* yang menyerupai tanduk (Lusiana Mustinda, 2016).

Gyoza terdiri dari dua bagian, yaitu bagian kulit yang terbuat dari tepung terigu dan bagian isi yang terbuat dari potongan kol, daun bawang dan daging. Kulit *gyoza* terbuat dari adonan terigu yang dicampur air panas dan dibuat lembaran bulat sedangkan isian *gyoza* terbuat dari daging cincang, potongan kol, daun bawang dan bumbu cair lalu diaduk hingga tercampur rata. Secara umum terdapat tiga jenis *Gyoza* yang beredar dipasaran, antara lain: *Yaki Gyoza* yaitu *gyoza* yang diolah dengan cara *pan-seared* dan *steaming*, *Sui Gyoza* yaitu *gyoza* yang diolah dengan cara direbus dan *Age Gyoza* yaitu *gyoza* yang diolah dengan cara digoreng.

Gyoza merupakan makanan yang sehat dan enak karena memiliki kandungan protein, vitamin dan mineral yang terdapat pada isian, serta energi dan karbohidrat pada bagian kulitnya (Permatasari, 2017). Selain itu, *gyoza* dapat diinovasi dengan mensubstitusi atau mengganti isiannya dengan menggunakan bahan pangan lain atau bahan yang memiliki kandungan gizi tinggi dan mengandung lemak baik (tidak jenuh), seperti ikan.

Produk yang akan dikembangkan kali ini untuk meningkatkan angka konsumsi ikan adalah *gyoza* dengan substitusi dan isian ikan tongkol. Ikan

tongkol memiliki kandungan protein yang cukup tinggi yaitu sebesar 23,7%, tinggi mineral, nutrisi, vitamin, asam lemak tidak jenuh Omega 3 (KKP, 2018). Ikan tongkol sendiri tidak memiliki banyak duri halus dan aroma yang tidak terlalu amis saat diolah, sehingga cocok untuk orang yang jarang mengonsumsi ikan, karena memiliki banyak duri dan bau amis. Tujuan dikembangkannya produk ini adalah untuk meningkatkan angka konsumsi ikan di masyarakat dan memenuhi kebutuhan gizi terutama pada kalangan remaja dan anak-anak.

Sebagian besar atau kurang lebih dua per tiga wilayah Indonesia terdiri dari laut. Karena itu, sumber daya kelautan dan perikanan menjadi salah satu potensi sumber daya alam yang sangat besar di Indonesia. Salah satu jenis ikan yang memiliki potensi besar adalah kelompok ikan pelagis besar seperti tuna, tongkol dan cakalang. Pada Januari-Oktober 2018, volume ekspor perikanan Indonesia mencapai 621,20 ribu ton dengan nilai 3,12 miliar USD. Untuk jumlah ekspor tuna sendiri mencapai 95,75 ribu ton (KKP, 2018). Pada tahun 2018, total angka konsumsi ikan di masyarakat Indonesia sendiri adalah 50,69 kg/kapita. Angka tersebut mengalami peningkatan dari tahun-tahun sebelumnya dan ditargetkan pada tahun 2019 total angka konsumsi ikan di Indonesia adalah 54,49 kg/kapita (KKP, 2018).

Salah satu jenis ikan yang banyak dan mudah dijumpai di perairan Indonesia adalah Ikan tongkol. Ikan tongkol merupakan salah satu kelompok ikan pelagis besar yang tersebar di seluruh Indonesia. Terdapat lima jenis ikan tuna yang tersebar di Indonesia, yaitu *Yellowfin Tuna*, *Bluefin Tuna*, *Big Eye*

Tuna, Albacore dan Skipjack Tuna (Kementrian Kelautan dan Perikanan RI, 2018). Ikan tongkol memiliki kandungan nutrisi yang tinggi untuk mengatasi permasalahan gizi. Selain protein yang tinggi, ikan ini memiliki kandungan Vit. A, D, B6, B12 dan kaya akan mineral.

Kandungan omega 3 pada ikan tongkol juga lebih tinggi jika dibandingkan dengan daging ayam dan sapi. Walaupun demikian, ada kekurangan dari ikan tongkol, seperti alergi. Namun, dengan segala kelebihan dan kekurangannya, Indonesia masih memiliki potensi ikan tongkol yang terbilang banyak. Maka dari itu, saya bertujuan “**Menggunakan Ikan Tongkol dalam Pembuatan *gyoza***” yang berupa isian di dalamnya.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Dapat membuat hasil *gyoza* terbaik dari bahan ikan tongkol.
2. Dapat mendeskripsikan kualitas *gyoza* dari bahan ikan tongkol yang dapat dilihat dari indikator warna, rasa, aroma, bentuk, dan tekstur.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat yang ingin dicapai dari hasil penelitian ini adalah :

1. Dapat memanfaatkan sumber bahan mentah lokal menjadi suatu produk yang memiliki manfaat.
2. Dapat menjadi alternatif pengganti daging sapi, dan ayam dalam pembuatan olahan *gyoza*.
3. Dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi masyarakat mengenai manfaat yang terkandung dalam ikan tongkol.

4. Dapat memberikan peluang untuk pelaku bisnis makanan untuk menjual *gyoza* dengan bahan isian dari ikan tongkol.
5. Menambah keanekaragaman jenis *gyoza* yang tidak mengeluarkan anggaran yang besar, karena bahan yang satu ini sangat melimpah dipasaran.
6. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan program studi D3 Tata Boga, Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan.