

**PENGGUNAAN LABU KUNING PADA PEMBUATAN MIE BASAH**

**PROYEK AKHIR**

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



**Muhammad Syarif**  
**NIM 2020/20079034**

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


**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**Penggunaan Labu Kuning Pada Pembuatan Mie Basah**

Judul : Penggunaan Labu Kuning Pada Pembuatan Mie Basah  
Nama : Muhammad Syarif  
NIM : 20079034  
Program Studi : D3 Tata Boga  
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga  
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Padang, November 2023

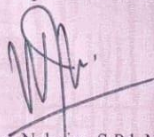
Disetujui oleh Pembimbing



Dra. Winda Syarif, M.Pd  
NIP. 195903261985032001

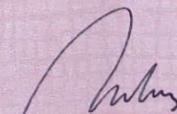
Mengetahui

Kepala Departemen IKK FPP UNP



Dr. Weni Nelmira, S.Pd, M.Pd.T  
NIP. 197907212003122002

Ketua Prodi D3 Tata Boga



Juliana Siregar, S.Pd., M.Pd.T.  
NIP. 19760801 200501 2001

### PENGESAHAN TIM PENGUJI

Judul : Penggunaan Labu Kuning Pada Pembuatan Mie Basah  
Nama : Muhammad Syarif  
NIM : 20079034  
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  
Universitas Negeri Padang

Padang, November 2023

Tim Penguji : Nama

Tanda Tangan


Ketua : Dra. Wirmelis Syarif, M.Pd

1. 

Anggota : Juliana Siregar, S.Pd., M.Pd.T.

2. 

Anggota : Wiwik Indrayeni, M.Pd

3. 





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN  
DEPARTEMEN ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA  
Jl. Prof Dr. Hamka Kampus UNP Air Tawar Padang 25131  
Telp.(0751)7051186 e-mail : ikkfppunp@gmail.com

### SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Syarif  
Nim : 20079034  
Program Studi : D III Tata Boga  
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga  
Fakultas : Pariwisata Dan Perhotelan

Dengan ini menyatakan bahwa tugas akhir saya dengan judul **Penggunaan Labu Kuning Pada Pembuatan Mie Basah**

Adalah benar merupakan hasil karya saya dan bukan merupakan plagiat dari karya orang lain. Apabila sesuatu yang terbukti saya melakukan plagiat maka saya bersedia diproses dan menerima sanksi akademis maupun hukuman sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

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

Padang, November 2023

Diketahui,  
Kepala Departemen IKK FPP UNP

Dr. Weni Nelmira, S.Pd, M.Pd.T  
NIP. 197907272003122002

Saya yang menyatakan



Muhammad Syarif  
NIM. 20079034

## ABSTRAK

**Muhammad Syarif. 2023** “Penggunaan Labu Kuning Pada Pembuatan Mie Basah”. *Proyek Akhir*. Program Studi D3 Tata Boga, Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan, Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini menjelaskam cara pembuatan mie basah labu kuning dan mendeskripsikan kualitas mie basah labu kuning dari segi bentuk, warna, tekstur, aroma, dan rasa. Penelitian ini bertujuan untuk memanfaatkan labu kuning dalam memvariasikan produk olahan mie basah sehingga memiliki nilai gizi yang tinggi. Jenis penelitian pada proyek akhir adalah eksperimen dengan melaksanakan 3 kali pengulangan pada percobaan penggunaan labu kuning pada pembuatan mie basah. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 23 Oktober sampai 31 Oktober 2023 di Workshop Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Hasil uji organoleptik mie basah labu kuning dengan tiga kali pengulangan mendeskripsikan kualitas bentuk mie basah seragam, warna mie basah labu kuning berwarna kuning, beraroma khas mie dan cukup beraroma labu kuning, kualitas tekstur mie basah labu kuning kenyal dan tidak mudah putus. Kualitas rasa pada mie basah labu kuning kurang terasa labu kuning dan gurih. Harga jual mie basah labu kuning Rp. 5.000 per kemasan/250 gram.

**Kata Kunci: Mie Basah, Labu Kuning, Kualitas**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-NYA, sehingga penulis dapat menyelesaikan proyek akhir yang berjudul **“Penggunaan Labu Kuning Pada Pembuatan Mie Basah”**. Proyek Akhir ini diajukan sebagai persyaratan untuk Memperoleh Gelar Ahli madya (A.Md) pada Program Studi Diploma 3 Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Dalam penulisan proyek akhir ini, penulis mendapat bantuan bimbingan serta petunjuk dari berbagai pihak, baik moral maupun material.

Untuk itu pada kesempatan ini, dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Ibu Prof. Dra. Asmar Yulastri, M.Pd, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
2. Ibu Dr. Weni Nelmira, S.Pd, M.Pd.T, selaku Ketua Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
3. Ibu Juliana Siregar S.Pd.,M.Pd.T, selaku Ketua Program Studi Diploma III Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan.
4. Ibu Rahmi Holinesti, S.TP, M.Si, selaku Kepala Labor Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan.
5. Ibu Dra. Wirnelis Syarif, M.Pd, selaku Dosen Penasehat Akademik dan Dosen Pembimbing Proyek Akhir.
6. Ibu Julianan Siregar, S.Pd., M.Pd.T dan Ibu Wiwik Indrayeni, M.Pd selaku Dosen Penguji.
7. Bapak/Ibu Staf Pengajar Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
8. Bapak/Ibu Teknisi Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Negeri Padang

9. Teristimewa untuk kedua orang tua dan keluarga tercinta. Terima kasih selalu mendoakan yang terbaik dan memberikan dukungan moral maupun material.
10. Seluruh rekan-rekan D3 Tata Boga 2020, serta semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan Proyek Akhir ini. Penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga.

Semoga segala bantuan dan bimbingan yang telah bapak ibu dan rekan-rekan berikan mendapat imbalan dan berkah dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa manusia tidak luput dari kesalahan dan kekurangan, untuk itu apabila terdapat kekurangan dari proyek akhir ini penulis mohon maaf. Penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak untuk kebaikan penulis dimasa yang akan datang.

Akhir kata penulis ucapkan terima kasih atas perhatian yang telah diberikan. Semoga Proyek Akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca umum khususnya rekan – rekan Tata Boga.

Padang, November 2023

Muhammad Syarif

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan Penelitian.....	5
C. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Mie Basah .....	7
B. Resep Standar Mie Basah .....	9
C. Bahan Yang Digunakan Dalam Pembuatan Mie Basah .....	10
D. Alat Yang Digunakan Dalam Pembuatan Mie Basah .....	12
E. Teknik Pengolahan Mie Basah .....	14
F. Kualitas Mie Basah Labu Kuning .....	16
G. Labu Kuning .....	19
H. Cara Membuat Puree Labu Kuning .....	21
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	23
C. Persiapan Alat dan Bahan .....	23
D. Proses Pengolahan Mie Basah Labu Kuning .....	25
E. Bagan Pembuatan Mie Basah Labu Kuning .....	27
F. Jenis Data dan Sumber Data .....	28
G. Tahap Penelitian .....	29
H. Uji Organoleptik .....	31
I. Analisis Data .....	31



**BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	33
B. Pembahasan .....	42
C. Analisis Harga .....	47

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	50
B. Saran .....	52

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>53</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>56</b>
-----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Standar Resep Mie .....	12
2. Resep Mie Basah Labu Kuning .....	26
3. Deskripsi Data uji Organoleptik Bentuk Pada Mie Basah Labu Kuning .....	34
4. Deskripsi Data Uji Organoleptik Warna Pada Mie Basah Labu Kuning .....	35
5. Deskripsi Data Uji Organoleptik Aroma Khas Mie Basah Pada Mie Basah Labu Kuning .....	36
6. Deskripsi Data Uji Organoleptik Aroma Labu Kuning Pada Mie Basah Labu Kuning .....	37
7. Deskripsi Data Uji Organoleptik Tekstur Kenyal Pada Mie Basah Labu Kuning .....	38
8. Deskripsi Data Uji Organoleptik Tekstur Tidak Mudah Putus Pada Mie Basah Labu Kuning .....	39
9. Deskripsi Data Uji Organoleptik Rasa Labu Kuning Pada Mie Basah Labu Kuning .....	40
10. Deskripsi Data Uji Organoleptik Rasa Gurih Pada Mie Basah Labu Kuning .....	42
11. Anggaran Biaya Mie Basah Labu Kuning .....	48

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Mie Basah .....	7
2. Labu Kuning .....	19
3. Bagan Puree Labu Kuning .....	22
4. Bagan Mie Basah Labu Kuning .....	27

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Dokumentasi Penelitian .....	56
2. Surat Izin Melakukan Penelitian .....	61
3. Surat Penelitian .....	62
4. Surat Permohonan Sebagai Panelis .....	63
5. Angket Penelitian .....	64

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Mie merupakan produk makanan yang terbuat dari tepung terigu dengan penambahan bahan makanan lain dan bahan tambahan makanan yang diizinkan. Mie merupakan makanan yang populer di Asia terutama di Asia Tenggara dan khususnya di Indonesia. Mie salah satu makanan yang mudah diolah menjadi beberapa hidangan seperti bakmi, pangsit, dan lainnya. Mie sangat digemari oleh masyarakat, mulai dari usia muda sampai tua, karena mie memiliki harga yang ekonomis dan cara pengolahannya juga mudah (Riri Fauziyya, 2020).

Mie sudah menjadi seperti makanan kedua setelah nasi karena kandungan karbohidrat yang tinggi dan dapat digunakan sebagai bahan pangan alternatif karena kandungan gizi mie tidak kalah baiknya dengan beras, dimana bahan baku utamanya adalah tepung terigu yang berasal dari biji gandum. Produk mie yang dikenal oleh masyarakat di Indonesia salah satunya adalah mie basah. (Putri & Devina Tiara, 2022)

Mie basah merupakan salah satu produk pangan yang populer dan disukai oleh semua kalangan, baik di desa maupun di Kota. Hal ini ditandai dengan mudahnya kita mendapatkan produk mie basah. Produk pangan tidak hanya berfungsi mengenyangkan dan memenuhi selera saja tetapi juga harus aman dan sehat. Direktorat Gizi Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2015) mengemukakan kandungan gizi mie basah

masih sangat rendah dalam jumlah 100 gram mie basah terdapat 0,6 gram protein, 86 kal kalori, 14 gram karbohidrat, lemak 3,3 gram dan air 80 gram. Oleh karena itu, untuk meningkatkan nilai gizi pada mie basah ditambahkan puree buah. Buah yang paling berpotensi yaitu labu kuning yang kaya akan vitamin A, C, Mineral dan B- Karoten sangat tinggi. (Millati, dkk., 2020)

Penambahan labu kuning sebagai bahan campuran dalam pembuatan mie basah ini bermanfaat untuk menambah nilai gizi, dan pewarna alami yang dihasilkan dari buah labu kuning itu sendiri.

Labu kuning merupakan salah satu bahan pangan yang melimpah di Indonesia dan mengandung karbohidrat, daging buahnya berwarna kuning. Pada bagian tengah buah labu kuning terdapat biji yang diselimuti lendir dan serat. Biji ini berbentuk pipih dengan kedua ujungnya yang meruncing dan rasanya manis (Suprapti, 2005).

Labu kuning kaya akan sumber karoten, serat, dan rendah energi. Total serat pada tepung labu kuning pada penelitian sebelumnya sejumlah 14,81-35,32%. Hal tersebut memperlihatkan bahwa labu kuning merupakan pangan sumber serat dan berpotensi menurunkan risiko perkembangan penyakit hipertensi, mencegah kanker, diabetes dan sebagainya. Kandungan gizi labu kuning cukup besar, labu kuning merupakan bahan pangan yang kaya vitamin A, C, mineral, serta karbohidrat dan daging buahnya pun mengandung antioksidan yang bermanfaat sebagai anti kanker (Kamsiati, 2010).



Serat makanan yang ada pada labu kuning memiliki banyak manfaat bagi kesehatan manusia, yakni untuk mencegah diabetes, obesitas, penyakit jantung koroner, kanker usus besar, divertikular dan konstipasi (Muchtadi, 2010). Hasil penelitian dari Usmiati, dkk., (2005) menunjukkan bahwa konsumsi satu gram labu kuning dapat mensuplai 17,5 µg beta karoten atau sama dengan 1,46 RE, sehingga labu kuning dapat dijadikan sebagai salah satu bahan pangan alternatif untuk menambah jumlah vitamin A harian yang dibutuhkan tubuh yaitu sekitar 500 RE menurut AKG 2023

Menurut Saputri dkk, (2015). Produksi labu kuning di Indonesia rata-rata berkisar 20 sampai 21 ton per hektar, namun tingkat konsumsinya masih sedikit yaitu kurang dari 5 kg. sehingga hal ini menjadi alasan keberadaan labu kuning cukup melimpah. Dikutip dari Kompasiana.com, daerah penghasil labu kuning di Indonesia mengeluh akan melimpahnya produksi labu kuning membuat masyarakat jenuh karena harga jualnya yg relative rendah. Hal ini menjadi perhatian sehingga dilakukan program Pelatihan Diversifikasi Produk Olahan Waluh/Labu Kuning oleh PPUD UNNES.

Menurut Lolliani (2017) dalam penelitiannya memperoleh kandungan nutrisi pada beberapa genotip e labu di daerah Kecamatan Lembah Gumanti dan Kecamatan Danau Kembar, Kabupaten Solok. Bentuk buah melintang menengah elips memiliki kandungan nutrisi sebagai berikut kadar gula 5,5 brix, protein sebesar 12,3 %, kadar air

94,9%, kandungan pati 10% dan serat kasar 12,5%. Bentuk sempit buah pir memiliki kadar gula sebesar 8 brix protein sebesar 9,2%, kandungan pati 38,1%, serat kasar sebesar 6,8% dan kadar air 88,8%.

Upaya sederhana dalam pemanfaatan labu kuning adalah dengan cara mengolah daging buahnya. Beberapa keuntungan labu kuning yang telah diolah adalah memberi nilai tambah pada produk (Rismaya dkk, 2018). Labu kuning yang digunakan sebagai penambahan pembuatan mie basah adalah pure daging buah. Sehingga hal ini tidak akan mengurangi nilai gizi dari labu kuning. Selain menambah nilai gizi pada mie basah, labu kuning juga berfungsi sebagai pewarna alami. Pewarna alami adalah zat warna alami (pigmen) yang diperoleh dari tumbuhan, hewan, atau dari sumber-sumber mineral (Dito Bagas Prasepta, 2019). Pewarna alami juga dapat diproduksi sendiri karena diperoleh dari tumbuh-tumbuhan berkhasiat untuk menunjang kesehatan.

Berdasarkan uraian diatas dengan memanfaatkan nilai gizi pada labu kuning, maka penulis melakukan penelitian dengan judul **“Penggunaan Labu Kuning Pada Pembuatan Mie Basah”** dengan harapan bisa menciptakan inovasi produk mie basah. Sehingga masyarakat yang gemar mengkonsumsi mie dapat menikmati mie basah dengan nilai gizi yang tinggi.

## **B. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian yang penulis lakukan adalah sebagai berikut :

1. Dapat membuat Mie Basah dengan penambahan labu kuning
2. Mendeskripsikan kualitas Mie Basah labu kuning dilihat dari indikator bentuk, warna, aroma, tekstur dan rasa.

## **C. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan informasi bagi mahasiswa Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
2. Meningkatkan variasi produk olahan yang berbahan labu kuning sehingga bisa diterapkan pada kehidupan sehari-hari ataupun di masyarakat.
3. Untuk menyelesaikan program studi D3 Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
4. Menghasilkan inovasi produk mie basah dari labu kuning