

**PENGGUNAAN PUREE BUAH LABU KUNING PADA
PEMBUATAN PUDING BAVAROIS**

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:

**MELIZA SAPUTRI
NIM 2020/20079030**

**PROGRAM STUDI D3 TATA BOGA
DEPARTEMEN ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

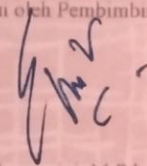
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Penggunaan *Puree* Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding *Bavarois*

Judul : Penggunaan *Puree* Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding
Bavarois
Nama : Meliza Saputri
NIM : 20079017
Program Studi : D3 Tata Boga
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Padang, November 2023

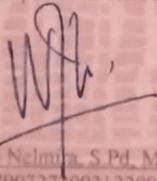
Disetujui oleh Pembimbing



Ezi Angerani, M.Pd
NIP. 198412272023212023

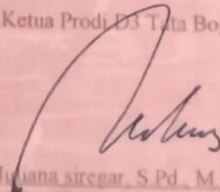
Mengetahui

Kepala Departemen IKK FPP UNP



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

Ketua Prodi D3 Tata Boga



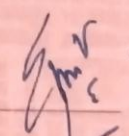
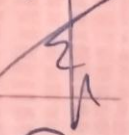
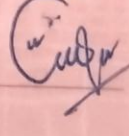
Juliana Siregar, S.Pd., M.Pd.T
NIP. 197608012005012001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Judul : Penggunaan *Puree* Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding *Bavarots*
Nama : Meliza Saputri
NIM : 20079030
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	Ezi Anggraini, M.Pd	1. 
Anggota	Dr. Elida, M.Pd	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 : ikkfpunp@gmail.com

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Meliza Saputri
Nim : 20079030
Program Studi : D III Tata Boga
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata Dan Perhotelan

Dengan ini menyatakan bahwa tugas akhir saya dengan judul **Penggunaan Puree Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding Bavarois**

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, Februari 2024

Diketahui,
Kepala Departemen IKK FPP UNP

Saya yang menyatakan

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



Meliza Saputri
NIM. 20079030

ABSTRAK

Meliza Saputri, 2023. “Penggunaan *Puree* Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding *Bavarois*”. *Proyek Akhir*. Program Studi D3 Tata Boga, Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan, Universitas Negeri Padang”.

Penelitian ini dilatar belakangi untuk menciptakan suatu pemanfaatan dari penggunaan *puree* buah labu kuning dalam pembuatan puding *bavarois*. Penelitian ini bertujuan untuk membuat dan mendeskripsikan kualitas puding *bavarois* dengan penambahan *puree* buah labu kuning sebagai pewarna alami dari segi bentuk, warna, tekstur, aroma, dan rasa. Manfaat penelitian ini adalah untuk mengurangi nilai ketergantungan masyarakat terhadap penggunaan pewarna sintetik dan serta sebagai upaya penganeekaragaman olahan labu kuning yang selama ini masih kurang dimanfaatkan. Jenis penelitian yang dilakukan adalah eksperimen dengan melakukan tiga kali pengulangan Penggunaan *Puree* Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding *Bavarois*. penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16 Agustus 2023 - 16 September 2023 di Workshop Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Hasil uji organoleptik setelah tiga kali percobaan menunjukkan bahwa kualitas bentuk puding *bavarois* adalah bentuk rapi. Kualitas warna puding *bavarois* adalah berwarna *orange* muda. kualitas tekstur puding *bavarois* lembut, berpori halus, dan menyatu. Kualitas aroma puding *bavarois* adalah harum susu dan harum buah labu kuning. Kualitas rasa puding *bavarois* adalah rasa manis dan rasa buah labu kuning. Harga jual puding *bavarois* dari pewarna alami *puree* buah labu kuning adalah Rp. 5.000/80 gr.

Kata Kunci : Puding *Bavarois*, *Puree* Buah Labu Kuning, Kualitas.

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah dipanjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proyek akhir ini dengan judul **“PENGUNAAN *PUREE* BUAH LABU KUNING PADA PEMBUATAN PUDING *BAVAROIS*”** diajukan sebagai salah satu syarat untuk dapat menyelesaikan Program studi DIII 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 penulisan akhir ini dapat diselesaikan, untuk itu kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih 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, selaku Kepala Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
3. Ibu Rahmi Holinesti S.Tp, M.Si, selaku Kepala Labor dan Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
4. Ibu Dra. Reno Yelfi, M.Pd selaku dosen Penasehat Akademik.
5. Ibu Ezi Anggraini, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan pada penulis dalam menyelesaikan Proyek Akhir.

6. Ibu Dr. Elida, M.Pd dosen Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang, selaku dosen penguji 1.
7. Ibu Wiwik Indrayeni, M.Pd dosen Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang, selaku dosen penguji 2.
8. Seluruh dosen dan staff di Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
9. Kepada ibu, ayah, dan kakak yang telah banyak memberikan do'a, dukungan moral maupun materi yang tak terhingga dalam menyelesaikan studi.
10. Kepada teman-teman yang memberikan dukungan dan semangat kepada penulis untuk dapat menyelesaikan proyek akhir ini.

Dalam penulisan proyek akhir ini penulis menyadari masih jauh dari kata sempurna, hal ini disebabkan karena keterbatasan penulis. Maka dari itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan proyek akhir ini, semoga proyek akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca umumnya serta bagi rekan-rekan mahasiswa/I Tata Boga khususnya.

Padang, November 2023

Meliza Saputri

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	3
C. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Puding.....	5
1. Pengertian Puding.....	5
2. Sejarah Puding.....	8
3. Klasifikasi Puding	9
4. Teknik Pembuatan Puding.....	13
5. Karakteristik Puding yang baik	14
6. Penyajian Puding	15
B. Pengertian Puding <i>Bavarois</i>	15
C. Resep Standart Puding Bavarois	16
D. Bahan-bahan Yang Digunakan Dalam Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	17
E. Peralatan Yang Digunakan Dalam Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	22
F. Proses Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	27
G. Labu Kuning.....	29
1. Pengertian Labu Kuning.....	29
2. Kandungan Gizi Labu Kuning.....	31

3. <i>Puree</i> Buah Labu Kuning.....	32
H. Kualitas Puding <i>Bavarois</i>	35
BAB III PROSEDUR PROYEK AKHIR	
A. Tempat Dan Waktu.....	38
B. Persiapan Alat Dan Bahan.....	38
1. Alat Yang Digunakan	38
2. Bahan Yang Digunakan Dalam Penelitian	39
C. Proses Pengolahan Puding <i>Bavarois</i> Dari <i>Puree</i> Buah Labu Kuning	41
D. Bagan Proses Pengolahan Puding <i>Bavarois</i> Dari <i>Puree</i> Buah Labu Kuning	43
E. Tahap Penelitian	44
F. Uji Organoleptik.....	46
G. Nilai Akhir.....	47
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	48
B. Pembahasan	60
C. Analisis Harga	64
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	69
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gambar <i>Steam Pudding</i>	6
2. Gambar Baked Pudding	7
3. Gambar boiled Pudding	7
4. <i>Mousse</i>	8
5. Puding Maizena.....	10
6. Puding Agar	11
7. Puding <i>Bavarois</i>	11
8. Puding Lapis Kaca	12
9. Puding <i>Oeuf Sau Caramel</i>	12
10. Puding <i>Bavarois</i> Jeruk	16
11. Diagram Alir Pembuatan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning	34
12. Proses Pembuatan Puding <i>Bavarois</i> Dari <i>Puree</i> Buah Labu Kuning	43
13. Diagram Uji Organoleptik Bentuk Rapi Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	49
14. Diagram Uji Organoleptik Warna <i>Orange</i> Muda Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	51
15. Diagram Uji Organoleptik Tekstur Lembut Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	52
16. Diagram Uji Organoleptik Tekstur Berpori Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	53
17. Diagram Uji Organoleptik Tekstur Menyatu Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	54
18. Diagram Uji Organoleptik Beraroma Harum Susu Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	56
19. Diagram Uji Organoleptik Beraroma Harum Buah Labu Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	57
20. Diagram Uji Organoleptik Rasa Manis Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	58

21. Diagram Uji Organoleptik Rasa Buah Labu Kuning Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	60
--	----

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Resep Standart Puding Bavarois	16
2. Nilai Gizi Pada Labu Kuning.....	32
3. Alat Persiapan	38
4. Alat Pengolahan	39
5. Alat Hidang	39
6. Resep Penelitian Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	42
7. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk Rapi Pada Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	49
8. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna Pada Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	50
9. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Lembut) Pada Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	51
10. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Berpori Halus) Pada Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	52
11. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Menyatu) Pada Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	54
12. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Beraroma Harum Susu Pada Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	55
13. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Beraroma Harum Buah Labu Kuning Pada Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	56
14. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa Manis Pada Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	58

15. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa Buah Labu Kuning Pada Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	59
16. Anggaran Biaya Pembuatan Puding <i>Bavarois</i> Resep Standart.....	65
17. Anggaran Biaya Pembuatan Puding <i>Bavarois</i> Dari <i>Puree</i> Buah Labu Kuning.....	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Alat Yang Digunakan Dalam Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	75
2. Bahan Yang Digunakan Penggunaan <i>Puree</i> Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding <i>Bavarois</i>	77
3. Proses Pembuatan Puding <i>Bavarois</i> Dari <i>Puree</i> Buah Labu Kuning	78
4. Angket Penelitian.....	81
5. Surat Rekomendasi	86
6. Surat Permohonan Penulisan Proyek Akhir.....	87
7. Surat Permohonan Pembimbing Proyek Akhir	88
8. Surat Tugas Pembimbing	89
9. Surat Permohonan Izin Melakukan Penelitian.....	90
10. Surat Penelitian	91

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Puding merupakan salah satu jenis makanan penutup (*dessert*) disajikan dalam suhu rendah, yang digemari oleh banyak masyarakat dari berbagai usia. Puding banyak diminati karena rasanya yang manis dan teksturnya yang lembut. Puding adalah sejenis makanan yang terbuat dari pati, yang diolah dengan cara merebus, kukus, dan membakar (*boiled, steamed, and baked*), puding berasal dari adonan cair maupun setengah padat, yang dimasak kemudian dicetak dan dibekukan dalam cetakan dengan berbagai macam ukuran. Puding merupakan salah satu bentuk *dessert* yang disajikan dalam suhu rendah. Banyak jenis puding yang bisa dinikmati, salah satunya yaitu puding busa atau yang dikenal dengan istilah *bavarois*.

Puding busa (*bavarois*) dapat disajikan dalam tampilan mewah sehingga sering disajikan saat acara spesial atau acara khusus (Ismayani, 2013). Penampilan puding *bavarois* yang mewah, dalam pengolahannya dapat dikombinasikan dengan buah labu kuning. Labu kuning (*Cucurbita moschata*) adalah tumbuhan semak berkayu dan termasuk ke dalam keluarga *Cucurbitaceae*, yang tergolong dalam tanaman tanpa musim yang setelah berbuah akan langsung mati. Labu kuning merupakan salah satu bahan pangan lokal yang memiliki nilai gizi tinggi dan baik bagi tubuh manusia yakni banyak mengandung beta karoten, vitamin A, serat, vitamin C, vitamin K, dan Niacin atau vitamin B3. Serta mengandung mineral seperti kalium, zat besi, fosfor, magnesium, dan kalium.

Labu kuning banyak ditemukan diseluruh wilayah Indonesia, diperkirakan tanaman ini berasal dari Amerika dan mulai menyebar keseluruhan dunia sejak abad 16. Jumlah produksi labu kuning cukup melimpah di Indonesia. Tingkat produksi labu kuning seluruh Indonesia rata-rata berkisar 20 sampai 21 ton per hektar, sedangkan tingkat konsumsinya kurang dari 5 kg/kapita/tahun (Saputri dkk, 2019). Sumatera Barat merupakan salah satu daerah yang cocok untuk ditanami labu kuning, beberapa daerah di Sumatera Barat yang memiliki produksi labu kuning yang cukup besar yaitu Kabupaten Tanah Datar, Agam, dan Solok (Isnaini, I., & Holinesti, R. 2020). Mengutip Data Badan Pusat Statistik Tahun 2017, Kabupaten Solok memiliki area tanam labu kuning mencapai 30 ha dengan total produksi 470 ton.

Salah satu alasan keberadaan labu kuning yang cukup melimpah yaitu karena daya tahan penyimpanan yang lama. Tanaman labu kuning dapat disimpan dalam suhu kamar dalam waktu kurang lebih 6 bulan tanpa mengalami perubahan yang cukup banyak (Hantoro dkk, 2012 dalam Asmaranintyas 2014). Produk olahan labu kuning seperti biskuit, roti, dan keripik dan beberapa jenis kue basah telah mulai dikembangkan, namun keberadaan olahan tersebut dimasyarakat jumlahnya masih sedikit (Wahyono dkk, 2018).

Kandungan gizi yang lengkap dan harganya yang relatif murah, labu kuning ini merupakan sumber gizi yang potensial untuk dikembangkan sebagai alternatif pangan. Labu kuning juga memiliki rasa yang manis dan warna yang

menarik dari kandungan betakaroten yang dapat digunakan untuk memperbaiki rasa dan warna pada suatu produk pangan olahan (Stefania, dkk.,2021).

Labu kuning merupakan salah satu sumber pangan yang potensial dapat dikembangkan menjadi pewarna alami dan pemberi rasa alami pada makanan, seperti dalam pembuatan puding *bavarois*. Didalam pengolahan puding *bavarois* bagian yang diambil dari labu kuning adalah bagian buahnya yang dijadikan *puree* terlebih dahulu. *Puree* merupakan makanan yang dilembutkan baik itu menggunakan blender maupun diulek, agar dipastikan lembut *puree* juga kadang disaring. Daya simpan pada labu kuning yang sudah dijadikan *puree* hanya awet selama 2-3 hari di dalam lemari es.

Pemakaian *puree* buah labu kuning dalam pembuatan puding *bavarois* dapat menghasilkan kelebihan dari segi warna, aroma dan rasa yang alami. Sehingga puding *bavarois* dengan penambahan *puree* buah labu kuning diharapkan dapat memberikan inovasi baru dalam pembuatan puding *bavarois*. Dan juga pemanfaatan labu kuning yang kurang optimal dikarenakan jumlah produksinya yang banyak dan tingkat konsumsi yang menurun. Oleh karena itu penulis mengambil judul “**Penggunaan *Puree* Buah Labu Kuning Pada Pembuatan Puding *Bavarois***” sebagai bahan penelitian untuk Tugas Akhir dan jika penelitian ini berhasil dapat menjadi variasi dari olahan puding *bavarois* yang memanfaatkan bahan pangan lokal.

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang penulis lakukan adalah sebagai berikut :

1. Membuat puding *bavarois* dengan menggunakan *Puree* buah labu kuning

2. Mendeskripsikan kualitas bentuk, warna, aroma, tekstur, dan rasa puding *bavarois* dari *Puree* buah labu kuning

C. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Penulis
 - a. Dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi penulis tentang penggunaan *Puree* buah labu kuning dalam pembuatan puding *bavarois*.
 - b. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan program DIII Tata Boga Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi Mahasiswa
 - a. Untuk memperoleh wawasan dan pengetahuan mengenai penggunaan *Puree* buah labu kuning pada pembuatan puding *bavarois*.
 - b. Dapat dijadikan acuan untuk pengembangan penelitian selanjutnya.
3. Bagi Masyarakat Umum
 - a. Membuat inovasi dalam pembuatan puding *bavarois* dengan menggunakan *Puree* buah labu kuning.
 - b. Meningkatkan nilai ekonomis labu kuning.
 - c. Hasil penelitian dapat dikembangkan sebagai sentra usaha kecil yang dapat menambah pendapatan masyarakat.