

PROYEK AKHIR

PEMBUATAN NUGET IKAN SASAU

*Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar
Diploma Tiga (D3) Tata Boga*



Oleh:

**HUMAIRA FADILA
1308008/2013**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III TATA BOGA
JURUSAN ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

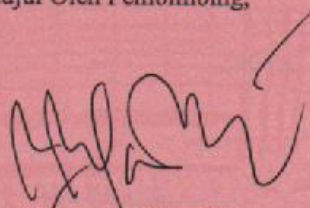
HALAMAN PERSETUJUAN PROYEK AKHIR

PEMBUATAN NUGET IKAN *SASAU*

Nama : Humaira Fadila
BP/NIM : 2013/ 1308008
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Program Studi : DIII Tata Boga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Padang, Agustus 2016

Disetujui Oleh Pembimbing,



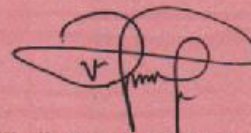
Rahmi Holinesti, STP, M.Si
NIP. 19801009 200801 2014

Ketua Jurusan IKK FPP UNP



Dra. Wirmelis Syarif, M.Pd
NIP. 19590326 198503 2001

Ketua Prodi DIII Tata Boga



Wiwik Gusnita, SPd, M.Si
NIP. 19760801 200501 2001

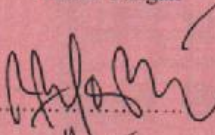
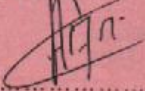
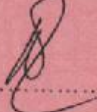
HALAMAN PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji
Program Studi DIII Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas Pariwisata dan Perhotelan
Universitas Negeri Padang

Judul : Pembuatan Nuget Ikan *Sasau*
Nama : Humaira Fadila
BP/NIM : 2013/ 1308008
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Program Studi : DIII Tata Boga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Padang, Agustus 2016

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Rahmi Holinesti, STP, M.Si	1. 
Anggota	: Dr. Asmar Yulastri, M.Pd,	2. 
Anggota	: Dra. Wimelis Syarif, M.Pd	3. 



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

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Humaira Fadila
NIM/TM : 1308008 / 2013
Program Studi : D3 Tata Boga
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Dengan ini menyatakan bahwa Proyek Akhir saya dengan judul :

“Pembuatan Nugget Ikan *Sasau*”

Adalah benar merupakan hasil karya saya dan bukan merupakan plagiat dari karya orang lain. Apabila suatu saat terbukti saya melakukan plagiat maka saya bersedia diproses dan menerima sanksi akademis maupun hukum sesuai dengan hukum dan ketentuan yang berlaku, baik di institusi UNP maupun di masyarakat negara.

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

Diketahui,
Ketua Jurusan IKK FPP UNP

Dra. Wirmelis Syarif, M.Pd
NIP. 19590326 198503 2001

Saya yang menyatakan,



Humaira Fadila
NIM. 1308008

Humaira Fadila. 2016. “Pembuatan Nuget Ikan Sasau” *Proyek Akhir*. Padang:Program Studi DIII Tata Boga, Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan, Universitas Negeri Padang.

ABSTRAK

Penggunaan ikan *sasau* sebagai bahan pangan belum optimal pada penganekaragaman pengolahan makanan. Pada ikan *sasau* mengandung sumber gizi yang baik. Jenis penelitian dalam Proyek Akhir ini adalah eksperimen yaitu mencoba melakukan penggunaan ikan *sasau* dalam pembuatan nugget, dengan melakukan penelitian sebanyak 4 kali pengulangan di Workshop Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang pada bulan Juli 2016. Panelisnya adalah 10 mahasiswa S1 dan D3 Tata Boga yang telah lulus mata kuliah Pengawetan Makanan atau Teknologi Pangan. Hasil uji organoleptik setelah 4 kali pengulangan menunjukkan bahwa kualitas nugget ikan *sasau* dari segi bentuk adalah seragam dan persegi panjang, berwarna kuning keemasan, beraroma harum nugget ikan *sasau*, bertekstur padat dan berserat halus serta memiliki rasa gurih dan rasa ikan *sasau*. Harga jual nugget ikan *sasau* per kilo gram adalah Rp. 44.000,- .

Kata Kunci: Ikan *Sasau*, Nugget, Kualitas.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proyek akhir ini dengan judul **“Pembuatan Nuget Ikan Sasau”**. Dalam proses penyusunan penelitian, penulis telah banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada:

1. Ibu Ernawati, M.Pd selaku Dekan Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
2. Ibu Dra. Wirnelis Syarif, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang serta selaku dosen penguji Proyek akhir.
3. Ibu Wiwik Gusnita, S.Pd, M.Si selaku Ketua Program Studi D3 Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
4. Ibu Rahmi Holinesti, STP, M.Si selaku dosen pembimbing akademik dan dosen pembimbing Proyek Akhir.
5. Ibu Dr. Asmar Yulastri, M.Pd selaku dosen penguji Proyek Akhir.
6. Dosen Staf Pengajar Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
7. Seluruh Teknisi dan Tata Usaha Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang

8. Kedua orang tua dan saudara yang telah banyak memberikan dukungan moril maupun materi dan doa yang telah diberikan.
9. Kedua sahabat saya Rizka Stevani dan Peradasari Pertiwi yang telah memberikan dukungan dan pertolongan yang sangat berarti mulai dari awal sampai akhir pembuatan Proyek Akhir.
10. Seluruh rekan-rekan angkatan D3 2013 Tata Boga, seluruh Senior Angkatan 2012 Tata Boga, Organisasi HMPI dan semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan Proposal Proyek Akhir ini.

Dalam penulisan Proyek Akhir ini penulis berupaya sepenuhnya dengan segala keterbatasan waktu, pikiran dan pengalaman yang ada pada penulisan guna tersusunnya laporan ini dengan baik. Namun sebagai manusia biasa tentu tak luput dari kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran maupun bimbingan dari berbagai pihak untuk kebaikan dan kemajuan penulis di masa yang akan datang.

Akhir kata semoga penulis berharap proyek akhir ini dapat berguna bagi semua pihak, khususnya bagi penulis sendiri.

Padang, Agustus 2016

Humaira Fadila

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	3
C. Manfaat Penelitian	3
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Pengertian Nugget.....	5
B. Ikan <i>Sasau</i>	8
C. Resep Standar Nugget Ikan Tongkol	10
D. Bahan-bahan Pembuatan Nugget Ikan <i>Sasau</i>	11
E. Alat-Alat Pembuatan Nugget Ikan <i>Sasau</i>	16
F. Kualitas Nugget yang Baik	21
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian	24
C. Pemilihan Bahan	24
D. Alat yang Digunakan Dalam Pembuatan Nugget	26
E. Proses Pengolahan Nugget Ikan <i>Sasau</i>	27
F. Bagan Proses Pengolahan Nugget Ikan <i>Sasau</i>	30
G. Jenis dan Sumber Data	31
H. Tahap Penelitian.....	32
I. Uji Organoleptik.....	34
J. Analisis Data	34

BAB IV TEMUAN

A. Deskripsi Data.....	36
1. Kualitas Bentuk.....	36
2. Kualitas Warna.....	39
3. Kualitas Aroma	41
4. Kualitas Tekstur	42
5. Kualitas Rasa.....	45
B. Pembahasan.....	46
1. Kualitas Bentuk.....	48
2. Kualitas Warna.....	49
3. Kualitas Aroma	50
4. Kualitas Tekstur	51
5. Kualitas Rasa.....	52

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	57

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Zat Gizi Nugget Ikan Tongkol per 100 gr.....	6
2. Zat Gizi Ikan <i>Sasau</i> per 100 gram.....	9
3. Resep Standar Nugget.....	10
4. Resep Standar <i>Butter</i>	10
5. Resep Standar Nugget.....	25
6. Resep <i>Buttered</i>	25
7. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (Seragam) Nugget Ikan Sasau	34
8. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (Persegi Panjang 7cmx2cmx1cm) Nugget Ikan Sasau.....	36
9. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna Nugget Ikan Sasau	37
10. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma Nugget Ikan Sasau	38
11. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Padat) Nugget Ikan Sasau	40
12. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Berserat Halus) Nugget Ikan Sasau.....	41
13. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (Gurih) Nugget Ikan Sasau	43
14. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (Ikan <i>Sasau</i>) Nugget Ikan <i>Sasau</i>	45
15. Anggaran Biaya Pembuatan Nugget Ikan <i>Sasau</i>	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Ikan <i>sasau</i> (<i>hampala sp.</i>)	9
2. Bagan Pembuatan Nuget Ikan <i>Sasau</i>	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Petunjuk Pengisian Angket	58
2. Dokumentasi Penelitian	63
3. Surat Rekomendasi.....	65
4. Surat Permohonan Pembimbing Tugas Akhir	66
5. Surat Tugas Pembimbing	67
6. Surat Tugas Pembimbing	68
7. Surat Tugas Seminar	69
8. Surat Izin Melaksanakan Penelitian	70
9. Surat Penelitian	71
10. Surat Tugas Menguji Proyek Akhir	72
11. Surat Konsultasi	72

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sumatera Barat merupakan salah satu Provinsi di Indonesia yang berkembang dan memiliki hasil perikanan berlimpah, salah satunya di Danau Singkarak yang banyak menghasilkan ikan air tawar. Di sektor perikanan air tawar terdapat bermacam-macam jenis ikan, seperti ikan nila, ikan mas, ikan gabus, ikan sapek, ikan rinuak, ikan garing, ikan lele, ikan bilis, dan ikan sasau. Ikan sebagai pangan yang kaya akan kandungan gizi dan protein hewani yang mudah didapat serta mudah dikembangkan dengan harga yang relatif murah dengan kandungan yang relatif tinggi dengan kandungan kolesterolnya yang rendah. Salah satunya ikan sasau.

Ikan sasau memiliki nama latin *Hampala sp.*, merupakan hasil alam di Danau Singkarak, serta sungai-sungai kecil di sekitarnya termasuk Batang Kuantan dikabupaten Kuantan Singingi yang berhulu ke Danau Singkarak. Ikan sasau ini juga sebagai sumber pencarian masyarakat sekitar Danau Singkarak. Selain ikan sasau ini digunakan untuk konsumsi masyarakat yang lumayan penting, ikan sasau ini juga digemari sebagai ikan pancingan (*sport*).

Berdasarkan data statistik, produksi ikan air tawar pada tahun 2015 Januari sampai Desember adalah 440.000 ton. Ikan sasau sebagai makanan yang digemari oleh sebagian masyarakat karena rasanya yang lezat dan sangat sehat karna kandungan kolesterol baik. Ikan sasau dapat diolah menjadi lauk pauk seperti, pangek ikan sasau, panggang ikan sasau, gulai hijau ikan sasau.

Ikan sasau memiliki masa simpan yang tidak cukup lama, oleh karena itu untuk menambah variasi olahan pada ikan sasau ini dapat dilakukan dengan mengolah bahan pangan tersebut dengan cara mengolah satu jenis bahan pangan yang dapat dibuat sebagai macam bentuk produk dengan cita rasa yang berbeda salah satu olahan tersebut adalah nugget.

Perkembangan zaman semakin maju dan tingginya pengetahuan serta kebutuhan, membuat masyarakat lebih kritis memilih makanan yang akan dikonsumsi. Pola konsumsi masyarakat juga sudah mulai berubah yang menuntut manusia lebih praktis dan efisien dalam menjalani kehidupan. Peningkatan aktivitas kehidupan masyarakat terutama yang tinggal di kota besar membuat masyarakat lebih memilih makanan yang siap dimasak dan siap untuk dimakan. Selain praktis, nugget banyak disukai dikalangan anak-anak karena bentuknya yang beranekaragam dan kandungan proteinnya yang tinggi. Menurut Syarif (2012:12) “Tahun 2010 konsumsi daging olahan seperti sosis dan nugget di Indonesia tumbuh dengan baik. Konsumsi sosis oleh masyarakat Indonesia tumbuh rata-rata 4,46% per tahun dan konsumsi nugget tumbuh 16,72% per tahun. Pada tahun 2012 penjualan sosis dan nugget meningkat 10-15%, peningkatan tersebut mengikuti pertumbuhan industri makanan”. Hal tersebut merupakan suatu peluang bagi masyarakat untuk membuka usaha industri, salah satunya nugget.

Mengolah ikan *sasau* menjadi nugget merupakan salah satu bentuk penganekaragaman bahan pangan. Ikan *sasau* termasuk bahan makanan yang tidak tahan lama, oleh karena itu untuk memperpanjang umur simpan ikan *sasau* diperlukan pengolahan yang tepat salah satunya dengan mengolah

menjadi nuget ikan *sasau*, selain dari itu ikan *sasau* mengandung serat pangan yang tinggi.

Berdasarkan hal di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang pembuatan nuget ikan *sasau* yang dilihat dari bentuk, warna, tekstur, aroma, dan rasa. Oleh karena itu penelitian ini diberi judul: **“Pembuatan Nuget Ikan *Sasau*”**.

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam melakukan penelitian ini adalah:

1. Dapat membuat nuget dari ikan *sasau*.
2. Mendeskripsikan kualitas nuget ikan *sasau* dari segi:
 - a. Bentuk
 - b. Warna
 - c. Rasa
 - d. Aroma
 - e. Tekstur

C. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Menganekaragaman olahan ikan *sasau* sebagai produk baru dalam pembuatan nuget.
2. Sebagai referensi bagi mahasiswa untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dalam pembuatan nuget, khususnya bagi program studi DIII Tata Boga dan instansi terkait dalam bidang ke Tata bogaan.

3. Menambah variasi olahan ikan *sasau*.
4. Menambah pengetahuan bagi penulis pada penelitian eksperimen.
5. Penelitian ini juga sebagai syarat untuk menyelesaikan program studi DIII Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.