

**PROYEK AKHIR**

**PENGGUNAAN JAMUR MERANG DALAM PEMBUATAN BAKSO**

*Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Diploma III (D3)  
Program Studi Tata Boga*



Oleh:

**MARIA FRANSISKA  
15079020/2015**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III TATA BOGA  
JURUSAN ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA  
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**

**HALAMAN PERSETUJUAN PROYEK AKHIR**

Penggunaan Jamur Merang dalam Pembuatan Bakso

Judul : Pengunaan Jamur Merang dalam Pembuatan Bakso

Nama : Maria Fransiska

NIM : 15079020

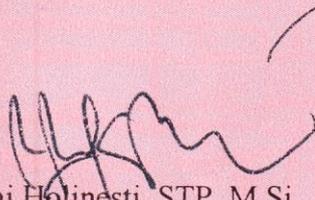
Program Studi : D3 Tata Boga

Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga

Fakultas : Pariwisata Dan Perhotelan

Padang, Agustus 2018

Disetujui Oleh Pembimbing



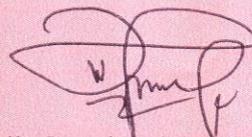
Rahmi Holinesti, STP, M.Si  
NIP 19801009200801 2014

Ketua Jurusan IKK FPP UNP

Ketua Prodi D3 Tata Boga



Dra. Wirnelis Syarif, M.Pd  
NIP 19790326 198503 2001



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

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Maria Fransiska  
NIM : 15079020  
Judul : Penggunaan Jamur Merang dalam Pembuatan Bakso  
Program Studi : D3 Tata Boga  
Jurusan Fakultas : Ilmu Kesejahteraan Keluarga

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji  
Program Studi D3 Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga  
Fakultas Pariwisata dan perhotelan  
Universitas Negeri Padang

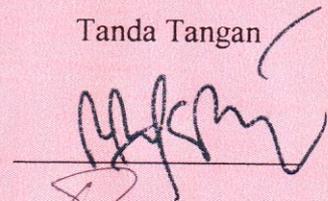
Padang, Agustus 2018

Tim Penguji Nama

Tanda Tangan

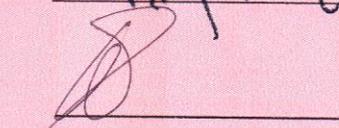
Ketua : Rahmi Holinesti, STP,M,Si

1.



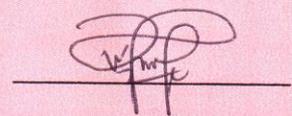
Anggota : Dra. Wirmelis Syarif, M.Pd

2.



Anggota : Wiwik Gusnita, S.Pd, M.Si

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 dibawah ini :

Nama : Maria Fransiska  
NIM : 15079020  
Program Studi : D3 Tata Boga  
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga  
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Dengan ini menyatakan bahwa proyek akhir saya dengan judul :

**“Penggunaan Jamur Merang dalam Pembuatan Bakso”**

Adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan plagiat dari karya 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, Agustus 2018

Diketahui,

Ketua Jurusan IKK FPP-UNP

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

Saya yang menyatakan,



Maria Fransiska  
NIM.15079020

## **ABSTRAK**

**Maria Fransiska, 2018.** “Penggunaan Jamur Merang Dalam Pembuatan Bakso”  
Proyek Akhir. Padang: Program Studi D3 Tata Boga Jurusan Ilmu  
Kesejahteraan Keluarga Fakultas Parawisata dan Perhotelan Universitas  
Negeri Padang.

Penggunaan jamur merang sebagai bahan pangan belum optimal pada penganekaragaman pengolahan makanan. Jamur merang mengandung sumber gizi yang baik untuk kesehatan. Penelitian ini tujuan untuk :1) Membuat bakso dari jamur merang :2) Mendeskripsikan kualitas bakso dari jamur merang dari segi bentuk, warna, tekstur, aroma dan rasa. Jenis penelitian dalam proyek akhir ini adalah eksperimen yaitu melakukan penggunaan jamur merang dalam pembuatan bakso, dengan melakukan 3 kali pengulangan . di Workshop Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Parawisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Panelisnya adalah mahasiswa Tata Boga yang sudah lulus mata kuliah pengawetan Makanan atau Teknologi pangan. Hasil uji organoleptik setelah 3 kali pengulangan menunjukkan bahwa kualitas bakso jamur merang dari segi bentuk adalah bulat dan seragam, berwarna coklat muda, beraroma harum, bertekstur kenyal dan memiliki rasa yang gurih. Harga jual bakso jamur merang per 200 gram adalah Rp. 19.000,-

**Kata Kunci : Jamur Merang, Bakso , Kualitas.**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Proyek Akhir ini dengan judul **"Penggunaan Jamur Merang Dalam Pembuatan Bakso**. Dalam proses penelitian, penulis telah banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Ibu Dra. Ernawati, M.Pd, Ph.D, 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 Pembimbing Akademik dan Penguji Proyek Akhir.
3. Ibu Wiwik Gusnita, S.Pd, M.Si selaku Ketua Studi D3 Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Parawisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang dan Penguji Proyek Akhir.
4. Ibu Rahmi Holinesti, STP,M.Si selaku dosen Pembimbing Proyek Akhir.
5. Bapak/Ibu Program Studi D3 Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Parawisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
6. Seluruh Teknisi dan Tata Usaha Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Parawisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
7. Kedua orang tua dan saudara yang telah banyak memberikan dukungan moril maupun materi dan doa yang telah diberikan.

8. Kepada teman-teman yang memberikan dukungan dan semangat kepada penulis untuk dapat menyelesaikan 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 penulisan sangat mengharapkan penulis di masa yang akan datang.

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

Padang, Juli 2018

Maria Fransiska

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	5
C. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Jamur Merang.....	7
B. Bakso.....	9
1. Pengertian Bakso.....	9
2. Teknik Pembuaan Bakso.....	11
C. Resep Standar Bakso Daging.....	12
D. Bahan-bahan yang Digukan dalam Pembuatan Bakso Daging.....	13
E. Alat-alat yang digunakan Dalam Pembuatan Bakso Daging .....	17
F. Kualitas Bakso Daging.....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Peneitian.....	24
B. Penelitian Proyek Akhir .....	24
C. Pemilihan Bahan .....	24
D. Alat-Alat yang Digunakan Dalam Pembuatan Bakso Jamur Merang .....	26
E. Proses Pengolahan Bakso Jamur Merang .....	26
F. Bagan Pembuatan Bakso Jamur Merang.....	29
G. Jenis Data dan Sumber Data .....	30
H. Tahap Penelitian.....	31
I. Uji Organoleptik.....	33
J. Analis Data.....	33

## **BAB IV TEMUAN**

A. Deskripsi Data.....	35
1. Kualitas Bentuk.....	35
2. Kualitas warna.....	37
3. Kualitas Aroma .....	37
4. Kualitas Kenyal.....	38
5. Kualitas Rasa.....	39
B. Pembahasan.....	39
1. Kualitas Bentuk.....	39
2. Kualitas Warna.....	41
3. Kualitas Aroma .....	41
4. Kualitas Tekstur .....	42
5. Kualitas Warna.....	43
C. Analisis Harga.....	43

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	46
B. Saran.....	47

## **DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Zat Gizi Jamur Merang/ 100 gr.....	9
2. Zat Gizi Bakso Daging Sapi/ 100 gr .....	11
3. Bahan Pembuatan Bakso Daging .....	13
4. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (Seragam) Bakso Jamur Merang.....	35
5. Deskripsi Data Organoleptik Kualitas Bentuk Bulat (berukuran diameter 2cm) Pembuatan Bakso Jamur Merang.....	36
6. Deskripsi Data Organoleptik Kualitas Warna (Coklat Muda) Bakso Jamur Merang.....	37
7. Deskripsi Data Organoleptik Kualitas Aroma (Harum) Bakso Jamur Merang .....	37
8. Deskripsi Data Organoleptik Kualitas Kenyal (Kenyal) Bakso Jamur Merang .....	38
9. Deskripsi Data Organoleptik Kualitas Kenyal (Gurih) Bakso Jamur Merang .....	39
10. Anggaran Biaya Penggunaan Jamur Merang Dalam Pembuatan Bakso ...	44

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Jamur Merang.....	8
2. Bakso Daging Sapi.....	10
3. Bagan Pembuatan Bakso Jamur Merang.....	29

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Petunjuk Pengisian Angket .....	51
2. Dokumentasi Penelitian .....	55
3. Surat Rekomendasi.....	60
4. Surat Tugas Pembimbing Proyek Akhir .....	61
5. Surat Tugas Pembimbing .....	62
6. Izin Melaksanakan Penelitian .....	63
7. Surat Izin Melaksanakan Penelitian .....	64
8. Surat Permohonan Penguji Proyek Akhir .....	65
9. Surat Tugas Menguji Proyek Akhir .....	66
10. Bon Peminjaman Alat .....	67

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Indonesia merupakan negara yang berkembang dan senantiasa melakukan pembangunan, terutama dibidang pertanian yang bertujuan untuk meningkatkan pendapat pertanian dan meningkatkan pengolahan pasca panen. Adapun hasil pertanian Indonesia yaitu buah-buahan, biji-bijian umbi-umbian dan sayur-sayuran. Beragam hasil panen tersebut perlu dikembangkan sebagai alternatif pangan masyarakat, sehingga masyarakat dapat mengkonsumsi beraneka ragam makanan. Hal ini selain dapat meningkatkan status nilai gizi masyarakat juga dapat meningkatkan daya beli masyarakat. Pangan merupakan kebutuhan yang paling essensial bagi manusia sebagai zat gizi. Melalui peanekaragaman pangan diharapkan dapat membntu kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan oleh manusia.

Makanan berfungsi sebagai sumber energi, membangun sel-sel tubuh yang rusak, pelindung, serta dapat menjaga kesehatan. Dilihat dari fungsi makanan tersebut kita perlu menciptakan dan memodifikasi berbagai jenis makanan seperti aneka masakan, kue-kue, dan pangan lain nya dengan bahan-bahan olahan yang bernilai gizi tinggi seperti sayur-sayuran. Sayur-sayuran merupakan sumber pangan kaya gizi yang dapat memenuhi kebutuhan tubuh akan nutrisi, bermacam-macam jenis sayuran yang sering dikonsumsi oleh masyarakat antara lain: bayam, wortel, jamur, kangkung, dan lain-lainnya, salah satu jenis sayuran yang sering juga di konsumsi adalah jamur merang.

Jamur merang (*Volvariella volvacea*) adalah salah satu spesies jamur pangan yang banyak dibudidayakan di Asia Timur dan Asia Tenggara yang beriklim tropis atau subtropis. Ara Rossi (2011) menyatakan bahwa jamur merang merupakan salah satu jenis jamur yang paling banyak dibudidayakan, yaitu sebesar 55-60% dari produksi jamur nasional. Pembudidayaan jamur merang secara moderen membutuhkan tempat khusus yang diset sebagai tempat tumbuh jamur. Tumbung (rumah jamur) yang telah dilengkapi media tumbuh dan telah diatur temperaturnya merupakan tempat terbaik untuk kembang biak jamur merang. Sesuai dengan namanya, umumnya jamur ini tumbuh pada ampas sawit atau jerami padi. Jamur merang dapat dengan mudah kita temui ditumpukan ampas sawit atau jerami padi. Sesuai dengan masa panen, jamur merang akan sulit ditemui namun dengan pembudidayaan moderen kita dapat menikmati jamur merang kapan saja, tidak tergantung pada musim.

Martini (2018) menyatakan bahwa produksi jamur merang pada saat ini masyarakat di sumbar tempat di Kabupaten Agam, dan banyak terdapat pada saat sekarang ini di pabrik sawit, kondisi saat ini masih dibudidayakan di Kabupaten Agam, karena jamur merang sangat disukai masyarakat namun mengolahnya masih dengan rebusan bening saja dan harganya pun terjangkau bagi masyarakat, harganya saat sekarang ini Rp.5000 per 500gram. Jamur merang termasuk bahan-bahan makanan yang tidak tahan lama, oleh karena itu untuk memperpanjang umur simpan jamur merang diperlukan pengolahan yang tepat salah satunya dengan mengolah menjadi bakso jamur merang.

Jamur merang ternyata masih memiliki kelebihan lainnya yaitu memiliki stuktur serat yang hampir sama dengan daging. Sesuai yang dikemukakan oleh Aspiatun dalam M. Wsttimenam dkk (2013: 36) “Jamur merang memiliki stuktur serat yang ampir mirip dengan stuktur serat daging”. Selain itu, berdasarkan pendapat Soeparno dalam Endah Hasrati yang telah dikemukakan sebelumnya, bahwa daging sapi memiliki jaringan ikat yang lebih banyak dan jamur merang memiliki struktur serat yang hampir sama dengan stuktur serat daging. Sehingga dengan menstubstitusikan jamur merang ke dalam adonan bakso daging diharapkan tidak akan mempengaruhi tekstur dari pada bakso tersebut.

Sinaga, M.S (2009) menyatakan bahwa jamur merang mengandung nutrisi seperti Karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin (B kompleks dan C). Kandunganprotein dalam jamur termasuk sangat tinggi. Beberapa mineral penting bagi tubuh. Contohnya fosfor, kalsium, magnesium, zat besi, dan kalium. Zat antibiotik yang berguna bagi tubuh. Selain kandungan gizi, jamur merang memiliki kandungan non-gizi berupa serat atau fiber.

Jamur merang berguna bagi penderita diabetes dan penyakit kekurangan darah, bahwa dapat mengobati kangker. Ara Rossi (2011) menyatakan bahwa jamur merang juga merupakan sumber dari beberapa macam enzim, terutama tripin yang berperan penting untuk membantu proses pencernaan. Jamur merang dapat juga dijadikan sebagai makan pelindung karena kandungan vitamin B-komplek yang lengkap, termasuk libroflapin, serta memiliki asam amino esensial yang cukup lengkap.

Bakso adalah hasil olahan yang menggunakan daging atau ikan dan ditambahkan dengan bumbu-bumbu lalu dilakukan pembentukan sesuai dengan selera. Selama ini pembuatan bakso hanya dibuat dari bahan-bahan hewani seperti daging sapi, ayam, kambing, kerbau dan ikan. A. Yahya Hsrtuti (2013:5) menyatakan bahwa “bakso dibuat dari daging sapi dan pada perkembangannya bakso juga bisa dibuat dari berbagai bahan, seperti ikan, udang, cumi-cumi, dan bahan lainnya”. Namun sering dengan perkembangan teknologi kesehatan serta meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang makanan sehat, mengkonsumsi makanan dari bahan hewani mulai diwaspadai, karena telah banyak terbukti berbagai faktor utama penyebab sebagai macam penyakit mengerikan yang sulit disembuhkan seperti kanker, tumor, stke, jantung, koroner, diabetes mellitus dan lain-lain.

Bakso dapat dijadikan usaha yang baik salah satunya adalah bakso jamur merang yang merupakan salah satu produk baru yang memiliki nilai gizi yang tinggi. Umumnya bakso disukai banyak orang mulai dari anak-anak sampai dengan orang dewasa. Dengan mengolah jamur merang menjadi bakso merupakan salah satu bentuk penganekaragaman bahan pangan dari jamur merang tersebut. Jamur merang termasuk bahan makanan yang tidak tahan lama sehingga mudah busuk, oleh karena itu untuk memperpanjang umur simpan jamur merang diperlukan pengolahan yang tepat salah satunya dengan mengolah menjadi bakso jamur merang, selain dari itu jamur merang memiliki zat gizi yang baik bagi tubuh. Hasil pra penelitian tersebut sudah dilakukan

dengan menggunakan (25%, 50%, 75%, 100%) jamur merang, dan dari hasil pengulangan tersebut yang lebih baik atau kenyal baksonya tersebut hanya 25%. Dibandingkan dengan daging sapi, kandungan lemak jamur merang jauh lebih rendah dan mengandung serat pangan yang tinggi. Maka penggunaan sebahagian (25%) jamur merang terhadap daging yang digunakan, dapat menurunkan kolestrol yang ada pada bakso.

Berdasarkan hal di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang pembuatan bakso jamur merang yang dibuat dari bentuk, waktu, tekstur aroma dan rasa. Oleh karena itu penelitian ini diberi judul. "**Penggunaan Jamur Merang dalam Pembuatan Bakso**"

## **B. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Dapat membuat bakso dari jamur merang
2. Dapat mendeskripsikan kualitas bakso dari jamur merang di lihat dari segi:
  - a. Bentuk
  - b. Warna
  - c. Tekstur
  - d. Aroma
  - e. Rasa

### **C. Manfaat Penelitian**

1. Menganekaragamkan olahan jamur sebagai produk baru pada bakso.
2. Memberi informasi kepada mahasiswa tentang penggunaan jamur dalam pembuatan bakso yang bermanfaat bagi mahasiswa, khususnya bagi orang-orang yang bergerak dibidang jasa boga.
3. Meningkatkan nilai ekonomis dari jamur merang bagi para petani jamur merang.
4. Memberi sumbangan ilmu pengetahuan dibidang ke Tata Bogaan dalam penggunaan jamur merang bagi masyarakat.
5. Memberi pengalaman pada penelitian dalam melakukan percobaan pembuatan bakso dari jamur merang.
6. Penelitian ini juga sebagai syarat untuk menyelesaikan program studi D3 Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.