

PROYEK AKHIR

PEMBUATAN *COOKIES* DARI TEPUNG BERAS HITAM

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Diploma III (D3)
Program Studi Tata Boga*



Oleh:

YOSSY KAPUTRI

1109014/ 2011

**PROGRAM STUDI D3 TATA BOGA
JURUSAN KESEJAH TERAPAN KELUARGA
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN PROYEK AKHIR

PEMBUATAN *COOKIES* DARI TEPUNG BERAS HITAM

Nama : Yossy Kaputri
BP/ NIM : 2011/ 1109014
Program Studi : D3 Tata Boga
Jurusan : Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Teknik

Padang, Agustus 2015

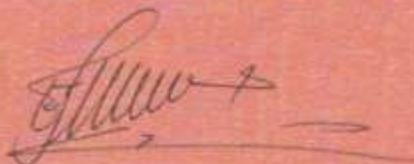
Disetujui oleh Pembimbing



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

Mengetahui :

Ketua Jurusan KK FT UNP



Dra. Ernawati, M.Pd
NIP. 19610618 198903 2002

Ketua Prodi D3 Tata Boga



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

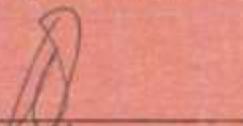
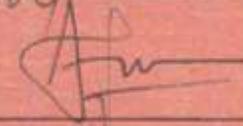
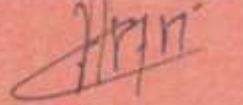
HALAMAN PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Program
Studi Tata Boga Jurusan Kesejahteraan Keluarga
Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang

Judul : Pembuatan Cookies Dari Tepung Beras Hitam
Nama : Yossy Kaputri
BP/ NIM : 2011 / 1109014
Program Studi : D3 Tata Boga
Jurusan : Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Teknik

Padang, Agustus 2015

Tim Penguji

Nama		Tanda Tangan
1. Dra. Wirmelis Syarif, M.Pd	(Ketua)	1. 
2. Dr. Ir. Anni Faridah, M.Si	(Anggota)	2. 
3. Dra. Asmar Yulastri, M.Pd, Ph.D	(Anggota)	3. 



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
FAKULTAS TEKNIK

JURUSAN KESEJAHTERAAN KELUARGA

Jl. Prof. Dr. Hamka Kampus UNP Air Tawar Padang 25171
Telp. (0751) 7051188 FT: (0751) 7055644, 445118 Fax 7055644
E-mail : info@ft.unp.ac.id



Certified Management System
DIN EN ISO 9001:2008
Cert.No. 01.100 086642

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yossy Kaputri
NIM/TM : 1109014/2011
Program Studi : D3 Tata Boga
Jurusan : Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Teknik

Dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir dengan judul :

Pembuatan Cookies Dari Tepung Beras Hitam

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 KK FT UNP

Dra. Ernawati, M.Pd
NIP.19610618 198903 2 002

Saya yang menyatakan,

Yossy Kaputri
NIM. 1109015

ABSTRAK

Yossy Kaputri, 2015. Pembuatan *Cookies* dari Tepung Beras Hitam.

Penelitian ini dilatar belakangi dengan belum optimalnya tepung beras hitam yang digunakan pada pengolahan makanan, padahal tepung beras hitam mengandung kadar karbohidrat yang cukup tinggi dan tidak memiliki protein dalam bentuk gluten. Penelitian ini bertujuan untuk 1) Dapat membuat *cookies* dari tepung beras hitam, 2) dapat mendeskripsikan kualitas *cookies* dari tepung beras hitam baik dari segi bentuk, warna, tekstur, aroma dan rasa.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan melaksanakan tiga kali percobaan penggunaan tepung beras hitam dalam pembuatan *cookies* yang dilaksanakan pada bulan April 2015 dan berlokasi di workshop Tata Boga. Panelisnya adalah mahasiswa S1 dan D3 Tata Boga yang berjumlah 10 orang dan telah lulus mata kuliah Pengolahan Penyajian Kue dan Minuman dan *Pastry*.

Hasil uji organoleptik dari penggunaan tepung beras hitam dalam pembuatan *cookies* pada kualitas *cookies* tepung beras hitam. Pada penelitian I hasil uji organoleptik kualitas bentuk tidak tercapai karena tidak dengan perlakuan yang sama pada proses pencetakan, kualitas warna tidak sempurna karena proses pemanggangan tidak dengan api yang rata maka dilakukan lagi penelitian ke II. Pada penelitian ke II hasil kualitas bentuk sudah rapi karena sudah dengan perlakuan yang sama pada proses pencetakan. Kualitas warna sudah berwarna hitam keungu-unguan karena pada saat proses pemanggangan menggunakan api sedang dan rata, kualitas tekstur pada penelitian II cukup rapuh karena adonan *cookies* sedikit keras. Kualitas aroma kurang beraroma harum maka dilakukan lagi penelitian ke III untuk menyempurnakan dari penelitian sebelumnya. Pada penelitian ke III hasil uji organoleptik sudah mulai maksimal pada kualitas tekstur sudah rapuh karena adonan *cookies* tidak terlalu lembek dan juga tidak terlalu keras.

KATA PENGANTAR



Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proyek akhir ini dengan judul **“Pembuatan Cookies Dari Tepung Beras Hitam”** ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk dapat menyelesaikan program studi D3 Tata Boga Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih belum sempurna karena keterbatasan yang penulis miliki, mulai dari kemampuan waktu dan tenaga, namun berkat kesungguhan serta bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, maka proyek akhir ini dapat penulis selesaikan. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih tak terhingga kepada :

1. Bapak Drs. Syahril, ST, M.SEC, Ph.D selaku Dekan Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang.
2. Ibu Dra. Ernawati, M.Pd selaku Ketua Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang.
3. Ibu Dra. Wirnelis Syarif, M.Pd selaku dosen Penasehat Akademik, selaku dosen pembimbing proyek akhir dan Ketua Program Studi D3 Tata Boga Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang.

4. Ibu Dra. Asmar Yulastri, M.Pd, Ph.D dan ibu Dr. Ir. Anni Faridah, M.Si selaku dosen penguji Proyek Akhir.
5. Dosen Staf Pengajar Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang.
6. Seluruh Teknisi dan Tata Usaha Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang.
7. Kedua orang tua dan saudara yang telah banyak memberikan dukungan moril maupun materi dan doa yang telah diberikan.
8. Seluruh rekan-rekan angkatan D3 2011 Tata Boga dan semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan Proyek Akhir ini.

Dalam penulisan Laporan 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 laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca umumnya serta bagi rekan-rekan mahasiswa/i Tata Boga khususnya.

Padang, Agustus 2015

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK	i
KATAPENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	3
C. Manfaat Penelitian	3
BAB II KAJIAN TEORI	5
A. Cookies	5
B. Klasifikasi Cookies	6
C. Beras Hitam.....	7
D. Tepung Beras Hitam	8
E. Resep Cookies.....	9
F. Bahan-bahan Pembuatan Cookies.....	10
G. Alat yang Digunakan dalam Pembuatan Cookies.....	14
H. Kualitas Cookies yang Baik	18
BAB III PROSEDUR.....	22
A. Jenis Penelitian.....	22
B. Tempat dan Penelitian	22

C. Persiapan Bahan	22
D. Alat yang digunakan dalam Pembuatan Cookies Tepung Beras Hitam	24
E. Proses Pengolahan Proses Pengolahan Cookies Tepung Beras Hitam	25
F. Proses Pembuatan Cookies dari Tepung Beras Hitam	27
G. Jenis Data dan Sumber Data	28
H. Tahap Penelitian	29
I. Uji Organoleptik.....	31
J. Analisis Data	32
BAB IV	33
A. Deskripsi Data	33
1. Kualitas Bentuk	33
a. Bentuk Rapi	33
b. Seragam Bentuk Bunga.....	35
2. Kualitas Warna.....	36
3. Kualitas Tekstur	38
a. Tekstur Rapuh	38
b. Tekstur Berpori-pori.....	39
4. Kualitas Aroma	40
a. Aroma Beras Hitam.....	40
b. Aroma Harum	42
5. Kualitas Rasa.....	43
a. Rasa Manis	43
b. Rasa Beras Hitam.....	45
B. Pembahasan	47
1. Kualitas Bentuk	47
a. Bentuk Rapi.....	47
b. Seragam Bentuk Bunga.....	47
2. Kualitas warna	48
3. Kualitas Tekstur	49

a. Tekstur Rapuh	49
b. Tekstur Berpori-pori	49
4. Kualitas Aroma	50
a. Aroma Beras Hitam.....	50
b. Aroma Harum.....	50
5. Rasa	51
a. Rasa Manis	51
b. Rasa Beras Hitam.....	51
C. Analisis Harga	52
BAB V	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kandungan Nutrisi Beberapa Jenis Beras	7
2. Komposisi Kimia Tepung Terigu	11
3. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (Rapi).....	33
4. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Seragam (bentuk bunga) ...	35
5. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna.....	36
6. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Rapuh).....	38
7. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Berpori-pori	39
8. Deskripsi Data Uji Organoleptik kualitas Aroma (beras hitam).....	41
9. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma (harum)	42
10. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (manis)	44
11. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (beras hitam)	45
12. Anggaran Biaya Pembuatan <i>Cookies</i> dari tepung Beras Hitam	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Bagan Pembuatan <i>Cookies</i> dari Tepung Beras Hitam	27
2. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (rapi)	34
3. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik kualitas Bentuk Bunga.....	36
4. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna	37
5. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur Rapuh	39
6. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Berpori-pori.....	40
7. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma	42
8. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma harum.....	43
9. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa Manis	45
10. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa Beras Hitam..	46
11. Bahan Pembuatan Cookies Dari Tepung Beras Hitam	74
12. Alat Pembuatan Cookies Dari Tepung Beras Hitam.....	76
13. Proses Pembuatan Cookies	78
14. Hasil Dari Cookies	79
15. Uji Organoleptik	80

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara agraris yang kaya akan hasil pertanian dan perkebunan. Banyak bahan pangan lokal yang dihasilkan seperti beras, jagung, umbian-umbian, sayuran dan buah-buahan. Kondisi alam tersebut memberikan peluang bagi sebagian besar masyarakat Indonesia untuk melakukan kegiatan wirausaha dan selain itu masyarakat juga dapat mengkonsumsi beranekaragam jenis bahan makanan. Semakin beranekaragam jenis bahan makanan yang tersedia, maka gizi yang didapatkan semakin banyak.

Hasil pertanian yang umum dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia adalah beras, karena sebagian besar masyarakat Indonesia mengkonsumsi beras sebagai makanan pokok. Beras terdiri dari berbagai macam jenis, seperti beras putih, dan beras berwarna, beras putih merupakan beras yang digunakan sebagai bahan pokok masyarakat Indonesia, sedangkan beras berwarna yang terdiri dari beras merah dan beras hitam.

Beras hitam merupakan salah satu jenis beras asli Indonesia, beras hitam terdapat di daerah Cibeusi-Ciater Kab.Subang dan Kab.Solok. Masyarakat di kabupaten Solok tidak banyak mengkonsumsi beras hitam, padahal kandungan gizi seperti kadar vitamin, antioksidan dan serat dari beras

hitam lebih tinggi dari pada beras lainnya. Menurut Suardi dalam Oei Alvindra Wijaya (2013: 1) “Beras hitam kaya kandungan antosianin dan serat. Antosianin, merupakan salah satu pewarna alami yang memiliki sifat antioksidan sehingga mampu meningkatkan radikal bebas. Selain itu sebagai antioksidan, antosianin memiliki fungsi kesehatan lain seperti mampu mencegah diabetes dan mencegah penyakit kardiovaskular”.

Pengolahan beras hitam menjadi tepung belum banyak dilakukan. Menurut Potter & Hotchkiss dalam Oie Allvindra Wijaya (2013: 1) “Tepung beras hitam memiliki kadar karbohidrat yang cukup tinggi dan tidak memiliki protein dalam bentuk gluten, berbeda dengan tepung terigu yang memiliki gluten diatas 10%”. Tepung beras hitam ini dapat menjadi alternatif untuk mengurangi ketergantungan memakai tepung terigu.

Mengurangi akan ketergantungan terigu adalah dengan cara melakukan pemanfaatan beras yang akan menghasilkan tepung dan sebagai pengganti tepung terigu. Disini penulis mencoba untuk mengurangi pemakaian tepung terigu yaitu dengan pemanfaatan tepung beras hitam.

Cookies merupakan salah satu produk yang bisa dibuat dari tepung beras hitam, *cookies* adalah salah satu jenis kue kering yang bertekstur renyah yang terdiri dari tepung terigu, lemak, telur, gula halus, susu bubuk dan vanilli. *Cookies* merupakan kue yang kaya akan lemak, tetapi rendah serat dan mineral.

Cookies merupakan salah satu kue yang sangat digemari dan bisa dinikmati kapan saja, maka dari itu penulis tertarik ingin memanfaatkan tepung beras hitam dalam pembuatan *cookies*. Pemanfaatan beras lokal akan mendukung program pemerintah untuk menganeekaragaman tanaman lokal Indonesia. Untuk itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pembuatan *Cookies* dari Tepung Beras Hitam”**.

Cookies bisa dipadukan dengan bahan lain untuk memberi rasa, warna, aroma, serta nama dari *cookies* tersebut dan *cookies* merupakan makanan salah satu produk yang tahan lama.

Anni Faridah, dkk (2008: 514) menyatakan bahwa:

”*Cookies* dapat disimpan untuk jangka waktu yang lama berkisar 3-6 bulan. *Cookies* biasanya disajikan pada waktu lebaran, natal dan paskah, namun sekarang kue kering dapat dihidangkan pada waktu selingan minum teh, sebagai snack, bekal yang mudah dibawa kemana saja dan disukai semua kalangan masyarakat”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Membuat *cookies* dari tepung beras hitam.
2. Mendeskripsikan kualitas *cookies* dari tepung beras hitam baik dari segi bentuk, warna, tekstur, aroma dan rasa.

C. Manfaat Penelitian

1. Meningkatkan penganeekaragaman produk olahan bahan pangan lokal tepung beras hitam.

2. Penganekaragaman olahan dari bahan beras hitam sebagai produk baru pada *cookies*.
3. Memberikan informasi kepada masyarakat tentang pengolahan tepung beras hitam menjadi produk *cookies*.
4. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan program studi D3 Tata Boga Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang.