

**PEMBUATAN NUGGET AMPAS TAHU**

**PROYEK AKHIR**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Tugas Akhir Jurusan Ilmu Kesejahteraan  
Keluarga Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Ahli madya*



*Oleh:*

**RAHMI SAFITRI**  
**97514/2009**

**PROGRAM STUDI D3 TATA BOGA  
JURUSAN KESEJAHTERAAN KELUARGA  
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2016**



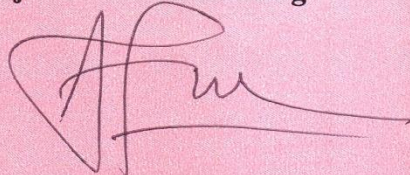
**HALAMAN PERSETUJUAN PROYEK AKHIR**

**PEMBUATAN *NUGGET* AMPAS TAHU**

Nama : Rahmi Safitri  
BP/ Nim : 2009/ 97514  
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga  
Program Studi : D3 Tata Boga  
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Padang, Maret 2016

Disetujui Oleh Pembimbing



**Dr. Ir. Anni Faridah, M.Si**  
NIP. 19680330 199403 2003

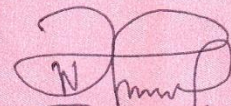
Mengetahui:

Ketua Jurusan IKK FPP UNP



**Dra. Wirnelis Svarif, M. Pd**  
NIP. 19590326 198503 2001

Ketua Prodi D3 Tata Boga



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



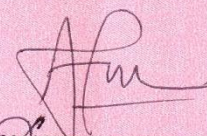
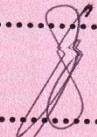
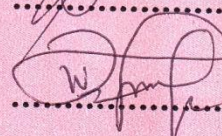
**HALAMAN PENGESAHAN**

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim penguji Program  
Studi D3 Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga  
Universitas Negeri Padang**

**Judul : Pembuatan *Nugget* Ampas Tahu**  
**Nama : Rahmi Safitri**  
**BP/ Nim : 2009/ 97514**  
**Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga**  
**Program Studi : D3 Tata Boga**  
**Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan**

**Padang, Maret 2016**

**Tim Penguji**

<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
<b>Ketua : Dr. Ir. Anni Faridah, M.Si</b>	1. 
<b>Anggota : Dra. Wirnelis Syarif, M.Pd</b>	2. 
<b>Anggota : Wiwik Gusnita, S.Pd, M.Si</b>	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 : Rahmi Safitri  
NIM/TM : 97514/2009  
\* Program Studi : D3 Tata Boga  
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga  
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi saya dengan judul :

### “Pembuatan Nugget Ampas Tahu”

Adalah benar merupakan hasil karya saya dan bukan merupakan plagiat dari karya orang lain. Apabila sesuatu 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,

Rahmi Safitri  
97514/2009

## ABSTRAK

### **Rahmi Safitri . 2016. Pembuatan *Nugget* Ampas Tahu**

Ampas tahu dapat diolah menjadi produk pangan yang mempunyai nilai gizi yaitu *nugget* ampas tahu karena mengandung protein kasar 21,29%, lemak 9,96%, kalsium 0,61%, pospor 0,35%, lisin 0,80%, methionin 1,33%. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kualitas *nugget* ampas tahu dari segi bentuk, warna, aroma, rasa, dan tekstur. Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan melaksanakan tiga kali percobaan pembuatan *nugget* ampas tahu. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2015 di workshop Tata Boga Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Penulisnya adalah mahasiswa S1 dan D3 Tata Boga dan telah lulus mata kuliah Pengawetan Makanan atau Teknologi Pangan. Hasil uji organoleptik kualitas bentuk mendeskripsikan bentuk *nugget* ampas tahu adalah persegi panjang dengan ukuran 3x6x1,5cm dengan persentase tertinggi yaitu 90%. Hasil uji organoleptik kualitas warna mendeskripsikan warna dari *nugget* ampas tahu adalah kuning keemasan dengan persentase tertinggi yaitu 90%. Hasil uji organoleptik kualitas aroma mendeskripsikan aroma dari *nugget* ampas tahu adalah beraroma sangat harum dengan persentase tertinggi yaitu 80%. Hasil uji organoleptik kualitas rasa mendeskripsikan rasa dari *nugget* ampas tahu adalah gurih dengan persentase tertinggi yaitu 80%.

***Kata Kunci : Nugget, Ampas Tahu, Kualitas.***

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proyek akhir ini dengan judul **“PembuatanNugget AmpasTahu”** ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk dapat menyelesaikan program D3 Tata Boga Jurusan IlmuKesejahteraan Keluarga Fakultas PariwisatadanPerhotelan Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari bahwa proyek akhir ini masih belum sempurna karena keterbatasan yang penulis miliki, serta bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, maka proyek akhir ini dapat penulis selesaikan.

Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih tak terhingga kepada :

1. Ibu Dra. Ernawati, M.Pd selaku Dekan Fakultas Pariwisatadan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
2. Ibu Dra. Wirnelis Syarif, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang dan Dosen Penguji Proyek Akhir sekaligus Penasehat Akademik.
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 Dr. Ir. Anni Faridah, M.Si selaku dosen pembimbing proyek akhir.
5. Dosen staf pengajar Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.

6. Seluruh Teknisi dan Tata Usaha Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
7. Kepada kedua orangtua dan saudara yang telah banyak memberikan dukungan moril maupun materil serta doa.
8. Seluruh rekan-rekan D3 Tata Boga serta semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan Proyek Akhir.

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 penulis tak luput dari kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran maupun bimbingan dari berbagai pihak untuk kebaikan dan kemajuan penulis di masa ang akan datang.

Akhir kata semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca umumnya serta bagi rekan-rekan mahasiswa/i Tata Boga khususnya.

Padang, Februari 2016

Penulis

## 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>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar belakang .....	1
B. Tujuan Penelitian.....	3
C. Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II KERANGKA TEORI</b>	
A. <i>Nugget</i> .....	5
B. Resep Standar <i>Nugget</i> Ayam.....	6
C. AmpasTahu.....	7
D. Bahan - Bahan yang Digunakan dalam Pembuatan <i>Nugget</i> Ayam .....	9
E. Alat-alat yang Digunakan dalam Pembuatan <i>Nugget</i> Ayam .....	14
F. Kualitas <i>Nugget</i> Ayam .....	18
<b>BAB III PROSEDUR PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	21
C. Persiapan Bahan .....	21
D. Alat-alat yang Digunakan dalam Pembuatan <i>Nugget</i> Ampas Tahu.....	24
E. Proses Pengolahan <i>Nugget</i> AmpasTahu .....	25
F. Bagan Pembuatan <i>Nugget</i> AmpasTahu .....	28
G. Jenis Data dan Sumber Data .....	29
H. Tahap Penelitian .....	30



	I. Uji Organoleptik.....	31
	J. Analisis Data .....	32
<b>BAB 1V</b>	<b>RANGKUMAN</b>	
	A. Deskripsi Data.....	33
	B. PenentuanHargaJual.....	41
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN</b>	
	A. Kesimpulan.....	48
	B. Saran.....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>		
<b>LAMPIRAN</b>		

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Resep Standar <i>Nugget</i> ayam .....	6
2. Kandungan Gizi tiap 100gr Ampas Tahu .....	8
3. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (persegi panjang) .....	35
4. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna (kuning keemasan) .....	37
5. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (kenyal).....	39
6. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma (harum) .....	41
7. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (gurih) .....	43



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Diagram Alir Pembuatan <i>Nugget</i> Ampas Tahu .....	28
2. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentukpersegi panjang (dengan ukuran berdiamter 3 x 6 x 1,5cm) <i>Nugget</i> Ampas Tahu .....	35
3. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna (kuning keemasan) <i>Nugget</i> Ampas Tahu.....	36
4. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Kenyal) <i>Nugget</i> Ampas Tahu.....	38
5. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma (harum) <i>Nugget</i> Ampas Tahu .....	39
6. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (Gurih) <i>Nugget</i> Ampas Tahu .....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Surat Rekomendasi.....	52
2. Surat Tugas Pembimbing .....	53
3. Surat Tugas Seminar .....	54
4. Surat Izin Penelitian .....	55
5. Kartu Konsultasi .....	56
6. Angket Penelitian .....	59
7. Dokumentasi Penelitian .....	63



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Indonesia merupakan Negara yang berkembang dan senantiasa melakukan pembangunan, terutama di bidang pertanian yang bertujuan untuk meningkatkan pendapatan pertanian dan meningkatkan pengolahan pasca panen. Beragamnya hasil pertanian tersebut perlu dikembangkan sebagai alternatif pangan masyarakat, sehingga masyarakat dapat mengkonsumsi beranekaragam makanan. 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 dan panganan tradisional dengan bahan-bahan lokal yang bernilai gizi tinggi seperti kacang-kacangan sebagai sumber protein nabati.

Kacang-kacangan (*leguminosa*), merupakan salah satu sumber protein, contohnya kacang merah, kacang hijau, kacang tolo, kacang gude, kacang tanah dan kacang kedelai merupakan salah satu bahan pangan yang mengandung sumber tenaga bagi tubuh. Kacang-kacangan ini sudah dikenal dan dimanfaatkan secara luas di seluruh dunia sebagai bahan pangan yang potensial. Salah satunya kacang kedelai.

Kacang kedelai (*Glycine ururiencis*) merupakan salah satu komoditas yang banyak diolah menjadi aneka produk olahan makanan bernilai gizi tinggi seperti, tempe, kecap, tauco, oncom, susu kedelai, tahu dan lain sebagainya. Kedelai memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi, terutama protein dan

mineral, sehingga produk olahan kedelai merupakan sumber asupan gizi yang banyak diminati oleh masyarakat Indonesia karena secara ekonomis masih terjangkau.

Tahu merupakan produk makanan yang berbahan baku kedelai yang sudah sangat familiar dan dikenal lama di Indonesia. Tahu banyak digemari oleh banyak kalangan masyarakat Indonesia karena memiliki cita rasa yang nikmat, bergizi tinggi dan harganya terjangkau. Industri tahu yang umumnya berskala rumahan sangat mudah dijumpai di setiap daerah di Indonesia. Proses pembuatan tahu selain menghasilkan tahu sebagai produk utama, dihasilkan pula ampas tahu.

Ampas tahu merupakan limbah yang diperoleh dari proses pembuatan tahu. Ampas tahu ini biasanya dimanfaatkan sebagai makanan ternak seperti sapi, kambing, kuda atau kelinci dan sebagian lainnya digunakan oleh beberapa masyarakat untuk diolah menjadi bahan pembuat tempe gembus.

Menurut Sri Suhartini dan Nur Hidayat (2004:2), "Ampas tahu dapat pula diolah menjadi produk-produk pangan seperti tepung, kerupuk, rengginang, *cookies*, stik, dan sebagainya". Menurut Syaiful dalam Emil Salim (2012:21), "ampas tahu mengandung protein kasar 21,29%, lemak 9,96%, kalsium 0,61%, fosfor 0,35%, lisin 0,80%, methionin 1,33%". Berdasarkan kandungan gizi yang dimiliki ampas tahu sangat memungkinkan ampas tahu dapat diolah menjadi bahan makanan yang beragam variasinya. Untuk itu penulis mencoba memanfaatkan ampas tahu tersebut diolah menjadi makanan, makanan yang dimaksud adalah *nugget*.



*Nugget* merupakan produk olahan dalam bentuk beku yang siap untuk dimasak. *Nugget* lebih identik atau biasanya diolah dengan bahan dasar daging giling (daging sapi dan daging ayam) yang diberi bumbu, dipipihkan dan dicetak kemudian dibaluti menggunakan tepung roti (Permatasari,2012:5). *Nugget* pada umumnya dikenal sebagai makanan cepat saji yang identik dengan makanan mewah dan kurang sehat. Hal tersebut dapat dimaklumi karena bahan dasar *nugget* dari daging sapi, daging ayam, ikan dan udang yang harganya mahal dan mengandung banyak kolesterol. *Nugget* beku disimpan dalam kemasan yang rapat dan kedap udara supaya tidak terkontaminasi oleh bakteri. Produk *nugget* dalam bentuk beku (*frozen*) mempunyai daya tahan lama, mencapai lebih dari 30 hari (Kasim, 2011: 4).

Pemanfaatan ampas tahu menjadi *nugget* dirasa cukup baik karena produksi ampas tahu yang banyak, karena dalam pemanfaatan ampas tahu masih sangat minim. Dengan adanya olahan ampas tahu menjadi *nugget* diharapkan dapat meningkatkan nilai ekonomi, selain itu alasan yang sangat penting adalah ampas tahu memiliki kandungan gizi yang sangat bermanfaat bagi tubuh. Maka saya tertarik untuk memanfaatkan ampas tahu sebagai bahan penelitian. Judul penelitian tersebut adalah **“Pembuatan Nugget Ampas Tahu”**.

## **B. Tujuan Penelitian**

1. Dapat membuat *nugget* ampas tahu.
2. Dapat mendeskripsikan kualitas *nugget* ampas tahu yang dihasilkan dari segi:

- a. Bentuk
- b. Warna
- c. Aroma
- d. Rasa
- e. Tekstur

### **C. Manfaat Penelitian**

1. Untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti serta mengaplikasikan ilmu ketatabogaan yang telah diperoleh dibangku perkuliahan.
2. Sebagai bahan masukan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan informasi bagi mahasiswa Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga terhadap konsumsi *nugget* ampas tahu.
3. Memberikan informasi yang bermanfaat bagi masyarakat tentang variasi pengolahan ampas tahu.
4. Penelitian ini merupakan syarat untuk menyelesaikan program studi D3 Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.