

PROYEK AKHIR

PEMBUATAN MANISAN BUAH LABU AIR

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Menyelesaikan Program Diploma Tiga
(D3) Tata Boga*



Disusun oleh :

FITRI YULIANI
2008/ 06565

**PROGRAM STUDI D3 TATA BOGA
JURUSAN KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**




HALAMAN PENGESAHAN UJIAN PROYEK AKHIR

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji D3 Tata
Boga Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik**

Universitas Negeri Padang

Judul : Pembuatan Manisan Buah Labu Air
Nama : Fitri Yuliani
NIM/BP : 06565/ 2008
Jurusan : Kesejahteraan Keluarga
Program Studi : D3 Tata Boga
Fakultas : Teknik

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Dra. Hj. Liswarti Yusuf, M.Pd	1..... 
Anggota	: Dra. Hj. Baidar, M.Pd	2..... 
Anggota	: Dra. Wirmelis Syarif, M.Pd	3..... 

KATA PENGANTAR



Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proyek akhir ini dengan judul **“Pembuatan Manisan Buah Labu Air”** yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk dapat menyelesaikan program D3 Tata Boga 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 laporan proyek akhir ini dapat penulis selesaikan.

Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih tak terhingga kepada :

1. Bapak Drs. H. Ganefri , M.Pd , 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 Ketua Program Studi D3 Tata Boga Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang, sekaligus penguji proyek akhir.
4. Bapak Waryono, S.Pd, M.Par, selaku Dosen Penasehat Akademik, serta Pembimbing Proyek Akhir.
5. Ibu Dra. Hj. Liswarti Yusuf, M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan Proyek Akhir ini.

6. Ibu Dra. Baidar , M.Pd sebagai dosen penguji proyek akhir.
7. Seluruh Staf Pengajar, Staf Adminstrasi dan Teknisi Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang.
8. Kedua orang tua, kakak-kakak yang telah memberikan dorongan moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan Proyek Akhir ini.
9. Seluruh rekan-rekan angkatan D3 2008 dan S1 2008 Tata Boga

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, Februari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	
HALAMAN PENGESAHAN	
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	3
C. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Pengertian Manisan	5
B. Tanama Labu Air	6
C. Resep Manisan Buah Labu air	10
D. Bahan-Bahan Pembuat Manisan Buah Labu Air	11
E. Kualitas manisan Basah Buah Labu Air.....	16
F. Peralatan	20
G. Prosedur Pembuatan	23
BAB III PROSEDUR	
A. Jenis Penelitian	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	26
C. Pemilihan bahan	26
D. Proses Pengolahan manisan buah labu air	28
E. Tahap Penelitian	32
F. Uji Organoleptik	34

	G. Jenis Data dan Sumber Data	34
	H. Insrtumen	35
BAB IV	TEMUAN	
	A. Deskripsi Data	36
	B. Pembahasan	47
	C. Analisis Harga	51
BAB V	PENUTUP	
	A. Kesimpulan	53
	B. Saran	54
	DAFTAR PUSTAKA	55
	DAFTAR LAMPIRAN.....	57

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
1. Komposisi Zat Gizi per 100 Gram	8
2. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (bulat) Manisan Buah Labu Air	36
3. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna Daging Buah Labu Air (Putih) Manisan Buah Labu Air.....	38
4. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna Kulit Bagian Dalam (Kekuningan) Kue Sus	44
5. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma (Buah Labu Air) Manisan Buah Labu Air	41
6. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Kenyal) Manisan Buah Labu Air	43
7. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (Buah Labu Air) Manisan Buah Labu Air	45
8. Anggaran Biaya Pembuatan Manisan Buah Labu Air	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Bagan Pembuatan Manisan Buah Labu Air	25
2. Grafik Deskripsi Data Hasil Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (bulat) Manisan Buah Labu Air.....	38
3. Grafik Deskripsi Data Hasil Uji Organoleptik Kualitas Warna (putih) Manisan Buah Labu Air.....	40
4. Grafik Deskripsi Data Hasil Uji Organoleptik Kualitas Aroma (Buah Labu Air) Manisan Buah Labu Air.....	42
5. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Kenyal) Manisan Buah Labu Air	44
6. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (Buah Labu Air) Manisan Buah Labu Air.....	46
7. Bahan-Bahan Untuk Resep Control	61
8. Bahan-Bahan Untuk Resep Penelitian.....	61
9. Peralatan Yang Digunakan	62
10. Kompor Gas.....	62
11. Peralatan Yang Digunakan	63
12. Proses Pembentukan Buah.....	63
13. Proses Perendaman Buah Dengan Air kapur Sirih.....	63
14. Proses Pendinginan.....	64
15. Hasil Manisan	64
16. Suasana Saat Uji Organoleptik	65

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	HAL
1. Angket	56
2. Surat Tugas Seminar.....	61
3. Surat Izin Penelitian.....	63
4. Surat Izin Pelaksanaan Penelitian.....	64
5. Dokumentasi Penelitian.....	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Negara Indonesia merupakan negara agraris yang mempunyai berbagai macam hasil pertanian, sehingga memiliki hasil yang cukup banyak. Diantaranya hasil pertanian yang ada di Indonesia berupa buah-buahan yaitu semangka, jambu, belimbing, pisang, labu air atau kundua batang (Sumatera Barat) dan lain-lain. Hasil pertanian tersebut masih dimanfaatkan sebagai makanan yang dikonsumsi sehari-hari belum dimanfaatkan atau diolah menjadi produk yang lebih berkualitas. Dengan adanya keanekaragaman hasil pertanian masyarakat bisa hidup sehat.

Dengan adanya kesadaran masyarakat untuk mengkonsumsi berbagai macam buah, diharapkan masyarakat terhindar dari berbagai macam penyakit, tetapi kenyataannya sekarang harapan tersebut bertolak belakang dengan yang diharapkan. Indonesia mempunyai tanah yang subur, yang dapat dihasilkan berbagai macam jenis tanaman buah-buahan yang berguna bagi kesehatan tetapi masih banyak juga masyarakat yang terkena berbagai macam penyakit. Upaya dalam peningkatan status gizi penduduk, dapat dilakukan salah satunya dengan cara menyediakan beranekaragam buah-buahan dalam jumlah yang cukup disamping peningkatan daya beli masyarakat.

Keanekaragaman pangan tidak hanya dilihat dari aspek produksi pangan yang dihasilkan, tapi juga perlu peningkatan kualitas hidup. Dengan

demikian beranekaragamnya bahan makanan yang tersedia maka diharapkan keadaan gizi masyarakat semakin seimbang (Winarno, 1993:20).

Buah-buahan merupakan salah satu bahan pangan yang mengandung vitamin, yang berfungsi sebagai zat antioksidan bagi tubuh. Buah labu air merupakan salah satu buah yang mengandung vitamin, mineral, kalsium dan zat besi. Masyarakat di Indonesia masih terbatasnya mengkonsumsi buah labu air, khususnya di daerah Sumatra Barat. Masyarakat banyak yang menanam buah labu air (kundu batang) tetapi mereka tidak tau bagaimana cara mengolah buah tersebut. Biasanya masyarakat mengkonsumsi buah labu air dengan cara dihaluskan dan airnya diperas.

Buah labu air juga mengandung Saponin dan Polifenol, merupakan salah satu zat penghambat pertumbuhan kanker, meningkatkan kekebalan tubuh karena sifat antibiotik yang terkandung didalamnya. Buah labu air (*Legenaria sicecoria*) atau kundu batang (Sumatra Barat) merupakan buah dari Indonesia asli dan biasanya tanaman ini dikenal dengan sebutan buah labu botol, beligo atau kundu batang. Bentuk buahnya bervariasi, mulai dari membulat hingga lonjong memanjang. Warna kulitnya hijau dengan daging buah berwarna putih.

Buah labu air dapat dijadikan salah satu alternatif ragam buah, karena mengkonsumsi buah yang beragam dapat memenuhi kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Pemanfaatan buah labu air dapat diolah

menjadi sayur dan jus, dan salah satu olahan labu air yang lain adalah dapat dibuat menjadi manisan, hal ini merupakan salah satu usaha untuk penganeekaragaman produk dari buah labu air dan pemanfaatan hasil tani di Indonesia agar dapat meningkatkan perekonomian masyarakat.

Manisan adalah salah satu jenis makanan ringan yang biasanya menggunakan gula pasir sebagai pemanis. Pemberian gula dalam jumlah banyak pada manisan bertujuan untuk memberikan rasa manis dan mencegah pertumbuhan microba, (Fackhruddin, 1998:18)

Manisan juga merupakan salah satu hasil awetan makanan. Pengolahan manisan dari buah labu air ini selain penganeekaragaman pengolahan buah labu air juga akan menambah kandungan zat gizi dan akan meningkatkan kualitas yang berada dari manisan buah labu air. Selain itu juga dapat menambah minat masyarakat dalam mencintai hasil pertanian lokal.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik memanfaatkan buah labu air untuk diolah menjadi manisan yang berkhasiat tinggi dan bernilai ekonomis dan diharapkan mampu menjadi alternatif produk olahan. Maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “**Pembuatan Manisan Buah Labu Air**”.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk membuat manisan buah labu air dan untuk mendiskripsikan kualitas manisan buah labu air dalam segi : bentuk, warna, aroma, tekstur, dan rasa.

C. Manfaat Penelitian

1. Menciptakan produk baru yaitu manisan buah labu air.
2. Dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi penulis pada pelaksanaan penelitian.
3. Dapat meningkatkan nilai ekonomis dari buah labu air.
4. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan program studi D3 Tata Boga Jurusan kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik.
5. Sebagai bahan masukan untuk peneliti selanjutnya yang berbahan buah labu air.