

PENGUNAAN IKAN TERI DALAM PEMBUATAN PEMPEK LENJER

PROYEK AKHIR

*Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Diploma Tiga (DIII)*



Oleh :
YURIVIA AGUSTIN
NIM 2014/14079043

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

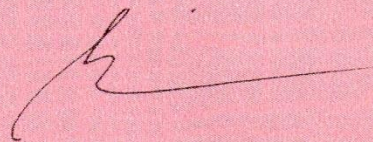
HALAMAN PERSETUJUAN PROYEK AKHIR

Penggunaan Ikan Teri Dalam Pembuatan Pempek Lenjer

Judul : Penggunaan Ikan Teri Dalam Pembuatan Pempek Lenjer
Nama : Yurivia Agustin
NIM : 14079043
Program Studi : D3 Tata Boga
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

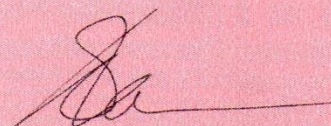
Padang, Februari 2018

Disetujui Oleh Pembimbing



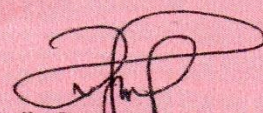
Dra. Lucy Fridayati, M.Kes
NIP 19620518 198602 2001

Ketua Jurusan IKK FPP UNP



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

Ketua Prodi D3 Tata Boga



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

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Yurivia Agustin
NIM : 14079043
Judul : Penggunaan Ikan Teri Dalam Pembuatan Pempek Lenjer
Program Studi : D3 Tata Boga
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

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

Padang, Februari 2018

Tim Penguji Nama

Tanda Tangan

Ketua : Dra. Lucy Fridayati, M.Kes

1. 

Anggota : Dr. Elida, M.Pd

2. 

Anggota : Dra. Sofnitati, M.Pd

3. 

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang tertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yurivia Agustin
NIM : 14079043
Program Studi : D3 Tata Boga
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

dengan ini menyatakan bahwa proyek akhir saya dengan judul:

“Penggunaan Ikan Teri Dalam Pembuatan Pempek Lenjer”

adalah benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiat dari karya orang lain. Apabila terbukti saya melakukan plagiat, saya bersedia di proses dan menerima sanksi akademis sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan dengan rasa tanggungjawab sebagai anggota masyarakat ilmiah.

Padang, Februari 2018

Diketahui,
Ketua Jurusan IKK FPP-UNP

Saya yang menyatakan,



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



Yuriva Agustin
NIM 14079043

ABSTRAK

Yurivia Agustin. 2018. “Penggunaan Ikan Teri dalam Pembuatan Pempek Lenjer. *Proyek Akhir*. Padang: Program Studi DIII Tata Boga, Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan, Universitas Negeri Padang”.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh penggunaan ikan teri dalam pengolahan makanan masih sedikit. Penelitian ini bertujuan untuk membuat pempek dan mendeskripsikan kualitas pempek dengan menggunakan ikan teri yang dilihat dari segi bentuk, warna, aroma, tekstur dan rasa. Manfaat penelitian ini adalah untuk penganekaragaman olahan ikan teri sebagai variasi baru pada pembuatan pempek.

Jenis penelitian yang dilakukan adalah eksperimen dengan melaksanakan tiga kali pengulangan yang dilaksanakan pada bulan Desember 2017 di *Workshop* Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Panelisnya adalah panelis ahli yang terdiri dari 5 orang dosen Prodi Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga FakultasPariwisatadanPerhotelan.

Hasil uji organoleptik setelah tiga kali pengulangan mendeskripsikan kualitas bentukpempek ikan teri adalah silinder, kualitas bentuk rapi dan seragam, kualitas warna abu-abu, kualitas beraroma ikan teri, kualitas tekstur kenyal, kualitas terasa ikan teri. Harga jual pempek ikan teri tersebut senilai Rp. 8.000/kotak.

Kata Kunci : Pempek, Ikan Teri, Kualitas

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proyek akhir ini dengan judul **“Penggunaan Ikan Teri Dalam Pembuatan Pempek Lenjer”** yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk dapat menyelesaikan Program Studi DIII Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.

Proyek Akhir ini selesai dengan mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih 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.
3. Ibu Wiwik Gusnita S.Pd, M.Si selaku Ketua Prodi DIII Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan.
4. Dra. Lucy Fridayati, M.Kes selaku Penasehat Akademis dan pembimbing Proyek Akhir yang telah memberikan masukan dan tempat bertukar pikiran, mulai dari proses penentuan judul, pembuatan proposal sampai Proyek Akhir ini diselesaikan dengan baik .
5. Ibu Dr. Elida, M.Pd dan Ibu Dra. Sofnitati, M.Pd selaku dosen penguji Proyek Akhir.

6. Seluruh Staf Pengajar, Teknisi, dan Pegawai Tata Usaha Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.

7. Teruntuk Papa, Mama, Kakak, Abang, Adik-adikku beserta seluruh keluarga besar yang saya sayangi dan cintai, terimakasih atas dukungan moril maupun materi serta doa yang telah diberikan.

8. Rekan-rekan angkatan DIII Tata Boga 2014, senior Tata Boga angkatan 2012 dan 2013, Himpunan Mahasiswa Islam Komisariat Teksas (Teknik, Sastra, dan Pariwisata) Universitas Negeri Padang, serta semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan Proyek Akhir ini.

Semoga segala bantuan, dorongan, pikiran, nasehat dan ilmu yang diberikan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa Proyek Akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulismengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Akhir kata semoga Proyek Akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca umumnya serta bagi rekan-rekan mahasiswa/i Tata Boga khususnya.

Padang, Januari 2018

Yurivia Agustin

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. LatarBelakang	1
B. Tujuan	3
C. Manfaat	3
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Pempek	5
1. Pengertian Pempek.....	5
2. Jenis-jenis Pempek.....	6
3. Teknik Pembuatan Pempek.....	7
4. Resep Standar Pempek.....	9
5. Bahan yang Digunakan dalam Pembuatan Pempek.....	9
6. Alat-alat yang Digunakan dalam Pembuatan Pempek	14
7. Kualitas Pempek.....	18
B. Ikan Teri.....	23
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	25
B. Tempat Penelitian	25
C. Pemilihan Bahan	25
D. Alat yang Digunakan dalam Pembuatan Pempek Ikan Teri ..	27
E. Proses Pengolahan Pempek Ikan Teri.....	28
F. Bagan Proses Pembuatan Pempek Ikan Teri	30
G. Jenis dan Sumber Data.....	31
H. Tahap Penelitian	31
I. Uji Organoleptik	33
J. Analisa Data.....	33
BAB IV TEMUAN	

A. Deskripsi Data.....	35
B. Pembahasan	44
C. Analisis Harga.....	48
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	53
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kandungan Gizi Ikan Tenggiri	15
2. Komposisi Kimia Tepung Tapioka (100 gr)	18
3. Komposisi Gizi Teri dalam 100 Gram	20
4. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (silinder)	40
5. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (Rapi dan Seragam)	42
6. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna (Abu-abu)	43
7. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma (Beraroma Ikan Teri)	45
8. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Kenyal)	46
9. Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (Terasa Ikan Teri)	48
10. Anggaran Biaya Penggunaan Ikan Teri dalam Pembuatan Pempek.....	54
11. Anggaran Biaya Pembuatan Pempek Ikan Tenggiri	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pempek	5
2. Ikan Teri	19
3. Diagram Alir Proses Pembuatan Pempek Ikan Teri	35
4. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (Silinder) Pempek Ikan Teri	41
5. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Bentuk (Rapi dan Seragam) Pempek Ikan Teri	43
6. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Warna (abu-abu) Pempek Ikan Teri	44
7. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Aroma (Beraroma Ikan Teri) Pempek Ikan Teri	46
8. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Tekstur (Kenyal) Pempek Ikan Teri	47
9. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Kualitas Rasa (Terasa Ikan Teri) Pada Pempek Ikan Teri	49
10. Bahan Pembuatan Pempek Ikan Teri	62
11. Peralatan Yang Digunakan Dalam Pembuatan Pempek Ikan Teri.....	64
12. Uji Organoleptik (Panelis Ahli)	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Dokumentasi Penelitian.....	62
2. Angket Penelitian	67
3. Surat Tugas Pembimbing	72
4. Surat Tugas Seminar	73
5. Surat Seminar	74
6. Surat Izin Melaksanakan Penelitian	75
7. Surat Penelitian.....	76
8. Surat Tugas Menguji Proyek Akhir.....	77

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sumatera Barat merupakan salah satu provinsi yang memiliki hasil tangkapan ikan yang melimpah, dikarenakan memiliki banyak daerah pesisir yang rata-rata mata pencaharian masyarakat adalah nelayan. Salah satu potensi perikanan laut di Sumatera Barat tersebut adalah ikan teri. Ikan teri (*Stolephorus spp*) atau dalam bahasa Inggrisnya disebut *anchovy* merupakan salah satu jenis ikan yang banyak terdapat di perairan laut Indonesia. Ikan teri termasuk kelompok ikan Pelagis kecil (dekat permukaan laut) hidup dengan cara berkoloni, yaitu membentuk kumpulan terdiri dari ratusan bahkan ribuan ekor dengan ukuran antara 2 cm hingga 40 cm tergantung spesiesnya (Wikipedia.id, 2017:1).

Ikan teri memiliki kandungan protein yang tinggi yaitu 42 g/100g teri kering asin dan 68,7 g/100g teri kering tawar. Menurut Astawan (2008:2) “Ikan teri mengandung sejumlah asam amino esensial, yaitu asam amino yang dibutuhkan untuk pertumbuhan tubuh dan kecerdasan manusia”. Asam amino esensial tidak dapat dibentuk dalam tubuh, tetapi harus berasal dari makanan. Asam amino esensial yang paling menonjol pada ikan teri adalah *isoleusin, leusin, lisin, dan valin*. Ikan teri juga salah satu sumber kalsium terbaik untuk mencegah pengeroposan tulang, sumber kalsium yang murah dan mudah didapat, serta sumber kalsium yang tahan dan tidak larut dalam air (Hendradi, 2004:8).

Ikan teri menjadi salah satu ikan yang cukup banyak dikonsumsi sebagai lauk pauk dikarenakan harganya yang ekonomis dan mudah didapat dipasaran serta ketersediaannya yang banyak. Ikan teri biasanya diolah pada menu sehari-hari, seperti ikan teri goreng, balado teri kacang, pepes ikan teri, rempeyek teri, dan lain-lain. Oleh karena itu, perlu adanya variasi baru seperti mengolah pangan tradisional Palembang yang bisa dikembangkan yaitu Pempek.

Pempek merupakan produk hasil olahan daging ikan yang berbentuk sejenis gel protein yang homogen, berwarna putih, bertekstur kenyal dan elastis (Sugito dan Ari Hayati, 2016:147). Sedangkan menurut Railia Karneta (2013:132) “Pempek dibuat dari campuran bahan dasar daging ikan yang dihaluskan, tepung tapioka, air, garam, dan bumbu-bumbu sebagai penambah cita rasa”. Campuran ini dapat dibuat dalam aneka bentuk kemudian dimasak dengan cara direbus, dikukus, digoreng, maupun di panggang. Pada waktu dihidangkan atau dimakan, pempek tidak cukup dimakan begitu saja tetapi dihidangkan bersama kuah atau cuko pempek sebagai pelengkap.

Pempek terbuat dari berbagai jenis macam ikan sebagai campuran bahan pokok seperti ikan belida, ikan gabus, maupun ikan tenggiri yang dapat menghasilkan cita rasa, aroma, dan warna yang menarik pada pempek. Namun karena ketersediaan ikan yang sulit didapat serta kebutuhan pasar yang terus mengalami peningkatan, membuat harga jenis

ikan belida, gabus dan tenggiri relatif mahal. Hal ini disebabkan karena ketergantungan musim sehingga akan mempengaruhi harga jual.

Adapun dengan memanfaatkan beberapa kelebihan yang ada pada ikan teri dalam pembuatan pempek akan memberi variasi baru pada pempek yang dihasilkan. Dalam hal ini kualitas yang akan dilihat yaitu dari segi bentuk, warna, aroma, tekstur dan rasa dengan mengujicobakan penggunaan teri dalam pengolahan pempek. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk membuat pempek dengan menggunakan ikan teri yang dapat diangkat menjadi Proyek Akhir dengan judul **“Penggunaan Ikan Teri Pada Pembuatan Pempek”**.

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut ini:

1. Membuat pempek dengan menggunakan ikan teri.
2. Mendeskripsikan kualitas pempek dengan penggunaan ikan teri yang dilihat dari segi bentuk, warna, aroma, tekstur dan rasa.

C. Manfaat Penelitian

Dengan melakukan penelitian ini akan mendatangkan beberapa manfaat baik bagi penulis maupun bagi yang membaca. Adapun manfaat yang dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Penganekaragaman olahan dari ikan teri sebagai variasi baru pada pembuatan pempek.

2. Dapat menambah ilmu pengetahuan serta keterampilan bagi penulis tentang penggunaan ikan teri dalam pembuatan pempek.
3. Sebagai bahan acuan bagi penelitian selanjutnya yang ingin meneliti tentang penggunaan ikan teri pada olahan makanan Indonesia.
4. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan Program Studi D3 Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.