

**PEMBUATAN ABON IKAN NILA DENGAN INOVASI JANTUNG
PISANG**

PROYEK AKHIR

*Diajukan sebagai salah satu syarat menyelesaikan program
studi diploma tiga (D3) Tata Boga Fakultas Pariwisata
dan Perhotelan Universitas Negeri Padang*



Oleh

**RAHMAT DEDE AFRIANTO
NIM 17079059**

**PROGRAM STUDI D3 TATA BOGA
JURUSAN ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

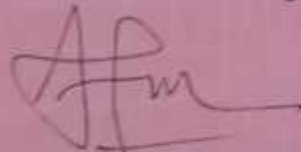
HALAMAN PERSETUJUAN PROYEK AKHIR

PEMBUATAN ABON IKAN NILA DENGAN INOVASI JANTUNG PISANG

Judul : Pembuatan abon ikan nila dengan inovasi jantung pisang
Nama : Rahmat Dede Afrianto
NIM : 2017 / 17079059
Program Studi : D3 Tata Boga
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata Dan Perhotelan

Padang, Maret 2022

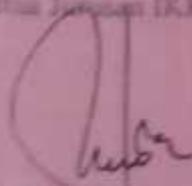
Disetujui Oleh Pembimbing



Prof. Dr. Ir. Anni Faridah M.Si
NIP 19680330 199403 2003

Mengetahui

Ketua Jurusan IKK, FPP



Sri Zulfia W. Frita, S.Pd, M.Si
NIP 197611172003122002

Ketua Prodi D3 Tata Boga



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

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Rahmat Dede Afrianto
NIM : 2017/17079059
Judul : Pembuatan Abon Ikan Nila dengan Inovasi Jantung Pisang
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 Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.

Padang, Maret 2022

Tim Penguji:

Tanda Tangan

Ketua Prof. Dr. Ir. Anni Faridah, M.Si

1. 

Anggota *Prof.* Dra Asmar Yulastri, M. Pd, Ph, D

2. 

Anggota Sari Mustika, S.Pt, M.Si

3. 



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
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 : info@fppgmail.com

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rahmat Dede Afrianto
NIM/TM : 17079059/2017
Program Studi : D3 Tata Boga
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Dengan ini menyatakan bahwa Proyek Akhir saya dengan judul :

“Pembuatan Abon Ikan Nila dengan Inovasi Jantung Pisang”

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.

Padang, April 2022

Diketahui,
Ketua Jurusan IKK FPP UNP

Sri Zulfia Novrita, S.Pd. M.Si
NIP. 197611172003122002

Saya yang menyatakan,

Rahmat Dede Afrianto
NIM. 17079059

ABSTRAK

Rahmat Dede Afrianto. 2021 “Pembuatan Abon Ikan Nila dengan Inovasi Jantung Pisang”. *Proyek Akhir*. Program Studi D3 Tata Boga, Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan, Universitas Negeri Padang”.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kualitas abon ikan nila dengan inovasi jantung pisang dari segi warna, tekstur, aroma dan rasa. Manfaat penelitian ini adalah untuk meningkatkan penganekaragaman hasil pertanian dan peternakan, serta memvariasi bentuk olahan jantung pisang seperti bahan penambah serat bagi abon ikan. Jenis penelitian yang dilakukan adalah eksperimen dengan melaksanakan empat kali pengulangan percobaan pembuatan abon ikan nila dengan inovasi jantung pisang. Penelitian eksperimen ini dilaksanakan pada 10 September-10 Oktober 2021. Panelisnya adalah panelis terbatas yang terdiri dari 5 orang dosen Fakultas Pariwisata dan Perhotelan. Hasil uji organoleptik setelah empat kali pengulangan mendeskripsikan kualitas warna abon ikan nila dengan inovasi jantung pisang adalah coklat tua, kualitas tekstur abon adalah berserat. Kualitas aroma adalah beraroma harum abon ikan dan kualitas rasa adalah gurih serta terasa abon ikan. Harga abon ikan dengan inovasi jantung pisang tersebut senilai Rp. 6000/pcs.

Kata Kunci: Abon Ikan Nila, Jantung pisang, Kualitas

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proyek akhir ini dengan judul **“Pembuatan Abon Ikan Nila Dengan Inovasi Jantung Pisang”**. Proyek akhir tersebut diajukan sebagai salah satu syarat untuk dapat menyelesaikan program studi D3 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 menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu Dra. Ernawati, M.Pd, Ph.D selaku Dekan Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
2. Ibu Dr. Yasnidawati, 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 D3 Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
4. Ibu Rahmi Holinesti, STP, M.Si selaku Kepala Labor Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
5. Ibu Dra. Reno Yelfi, M.Pd selaku Dosen Penasehat Akademik.

6. Ibu Prof. Dr. Ir. Anni Faridah M.Si. selaku Penasehat dosen pembimbing proyek akhir yang telah menyediakan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, motivasi, serta saran kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proyek akhir ini.
7. Dosen, teknisi dan tata usaha Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
8. Teristimewa untuk kedua orangtua, abang, dan adik penulis yang selalu memberi dukungan moril maupun materil dan doa kepada penulis.
9. Teman seperjuangan Boga Tagok 2017, Sahabat Taka Sanak yang telah memberikan motivasi dan bantuan selama proses penulisan tugas akhir.
10. Penulis menyadari adanya kekurangan pada saat penulisan proyek akhir ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran maupun bimbingan dari berbagai pihak untuk kebaikan dan kemajuan penulis dimasa yang akan datang. Akhir kata penulis berharap proyek akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca khususnya rekan-rekan mahasiswa/i Tata Boga.

Padang, November 2021

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	5
C. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORI	7
A. Abon	7
B. Resep Standar Abon Ikan Nila	10
C. Teknik Pembuatan abon Ikan Nila	12
D. Bahan-Bahan Yang digunakan dalam Pembuatan Abon Ikan Nila dengan Inovasi Jantung Pisang.....	14
E. Alat Yang Digunakan Dalam Pembuatan Abon	20
F. Kualitas Abon Ikan	24
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	30
A. Jenis Penelitian	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Pemilihan Bahan	30
D. Alat Yang Digunakan Dalam Pembuatan Abon Ikan	33
E. Proses Pengolahan Abon Ikan Nila dengan Inovasi Jantung Pisang.....	34
F. Jenis Data dan Sumber Data	37
G. Tahap Penelitian	38
H. Uji Organoleptik.....	39
I. Analisis Data	39
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Deskripsi Data.....	41
B. Pembahasan	48
C. Analisis Harga	50
BAB V PENUTUP	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

1.	Tabel 2.1	11
2.	Tabel 3.1	33
3.	Tabel 3.2	33
4.	Tabel 3.3	34
5.	Tabel 4.1	42
6.	Tabel 4.2	43
7.	Tabel 4.3	44
8.	Tabel 4.4	45
9.	Tabel 4.5	47

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar 2.1	7
2. Gambar 3.1	36
3. Gambar 5.1	58
4. Gambar 5.2	58
5. Gambar 5.3	59
6. Gambar.5.4.....	59
7. Gambar 5.5	60
8. Gambar 5.6	60
9. Gambar 5.7	61
10. Gambar 5.8	61
11. Gambar 5.9	62
12. Gambar 5.10	62
13. Gambar 5.11	63
14. Gambar 5.12	63

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ikan air tawar merupakan komoditas perikanan air tawar yang saat ini menghasilkan keuntungan dalam proses budidaya. Seiring dengan meningkatnya jumlah penduduk di Indonesia terutama di Daerah Sumatera dan kebutuhan akan bahan pangan serta gizi yang baik permintaan ikan akan terus meningkat dari tahun ke tahun. Permintaan ikan yang meningkat tentunya memiliki makna positif bagi pengembangan perikanan khususnya bagi para pembudidaya ikan terlebih lagi bagi negara kepulauan seperti Indonesia yang memiliki potensial perairan yang cukup luas (*Wahyu Mei Lestari, 2015*), termasuk daerah Sumatera barat khususnya Maninjau. Contoh dari hasil perikanan di Indonesia adalah ikan nila, menurut *Nita Ardita, (2013)* "Ikan nila (*Oreochromis niloticus L*) adalah ikan air tawar yang diminati masyarakat karena dagingnya padat, tebal dan harganya relatif murah". Ikan nila memiliki banyak manfaat bagi tubuh manusia, manfaat dari ikan nila adalah memperkuat tulang, menjaga kesehatan imun tubuh, mengandung asam lemak tinggi, sumber protein, menangkal radikal bebas (*Firisa Ardianti, 2020*).

Masyarakat sekitar sering mengolah ikan nila ini dalam berbagai macam hasil olahan selain digoreng seperti gulai putih ikan nila, pangek nila, pepes nila dan nila salai. Ikan nila merupakan jenis ikan yang cepat busuk, pengolahannya saat ini masih kurang bervariasi. Oleh sebab itu perlu dilakukan pengembangan berbentuk produk berbahan baku ikan nila dan menambahkan inovasi baru

dengan cara penambahan bahan dan mengubah bentuk contohnya dengan membuat abon menggunakan bahan dasar ikan nila dengan penambahan bahan lain seperti jantung pisang.

Jantung pisang adalah bunga yang dihasilkan oleh pokok pisang (*Musa spp.*) yaitu sejenis tumbuhan dari keluarga *Musaceae* yang berfungsi untuk menghasilkan buah pisang (Afifah Novitasari dkk, 2013). Selama ini pemanfaatan jantung pisang menjadi produk makanan belum dilakukan secara maksimal. Sesuai yang dikemukakan oleh Julianto (2014:01), “Jantung pisang tidak begitu enak, sehingga nilai ekonominya relatif rendah dan kurang diminati oleh masyarakat”. Selain itu, masyarakat biasanya hanya memanfaatkan jantung pisang sebagai sayuran.

Jantung pisang memiliki zat gizi yang baik bagi tubuh. Dalam 100 gram jantung pisang mengandung energi 51 kkal, karbohidrat 9,9 gram, protein 1,6 gram, lemak 0,6 gram dan serat 5,7 fg (Wardhany, 2014:19). menurut Sheng dkk. (2011), “Jantung pisang memiliki serat tinggi, serat kasar yang terdapat pada jantung pisang segar adalah $20,31 \pm 1,38$ gram/100 gram, sedangkan serat kasar yang terdapat pada jantung pisang kering adalah $17,41 \pm 1,42$ gram/100 gram”, jantung pisang memiliki struktur serat yang hampir mirip dengan struktur serat daging (Aspiatun dalam Wattimena, 2013:36). Sehingga jantung pisang memiliki potensial yang besar untuk di jadikan bahan inovasi abon. Maka dari itu untuk meningkatkan serat dari abon ikan dapat di tambahkan jantung pisang.

Abon adalah makanan yang yang terbuat dari serat daging. Penampilannya biasanya berwarna coklat hingga kehitaman (Dwi Agustiyah Rosida dkk, 2015).

Abon tampak seperti serat, karena didominasi oleh serat-serat otot yang mengering. Tekstur dari abon yang kering biasanya awet disimpan dalam jangka waktu yang lama dalam kemasan yang kedap udara. Abon merupakan salah satu jenis makanan awetan berasal dari daging (sapi, ayam, ikan) yang disuwir-suwir dengan berbentuk serabut atau dipisahkan dari seratnya (*Anonim, 2012*).

Abon ikan adalah daging ikan yang dicincang dan dikeringkan dengan penambahan bumbu-bumbu tertentu (*Andi Muhammad Ismail dkk, 2017*). Jenis olahan abon ikan merupakan salah satu usaha diversifikasi pengolahan hasil perikanan. Dibandingkan dengan bentuk pengolahan tradisional lainnya, abon ikan mempunyai daya awet yang relatif lama, yaitu masih bisa direrima pada penyimpanan selama 50 hari pada suhu kamar (*Andi Muhammad Ismail dkk, 2017*). Penambahan bumbu-bumbu pada pengolahan abon ikan bertujuan untuk meningkatkan cita rasa dan memperpanjang masa simpan.

Pembuatan abon merupakan salah satu alternatif pengolahan ikan untuk mengantisipasi kelimpahan bahan baku ataupun untuk penganekaragaman produk perikanan. Jenis ikan yang digunakan sebagai bahan baku abon pada industri kecil belum selektif, bahkan hampir semua jenis ikan dapat dijadikan abon. Abon ikan baik digunakan oleh semua kalangan karena banyak gizinya, terutama anak-anak yang masih dalam masa pertumbuhan dan baik untuk perkembangan otak karena mengandung protein tinggi, Omega 3, Omega 6 dan rendah kolesterol (*Rizkia Aliyah dkk, 2015*).

Abon ikan memiliki cita rasa yang khas dan memiliki bentuk seperti serundeng tapi lebih berserat. Berdasarkan latar belakang tersebut Penulis

tertarik melakukan penelitian tentang pengolahan nila dengan penambahan jantung pisang menjadi bahan dasar dari pembuatan abon. Dengan mengolah ikan nila serta penambahan jantung pisang menjadi abon diharapkan dapat meningkatkan hasil produksi dari ikan nila serta jantung pisang.

Pengolahan nila belum banyak diinovasikan oleh masyarakat Sumatera Barat, nila biasanya cuma dimasak biasa, melalui pengolahan nila menjadi bahan utama dalam pembuatan abon diharapkan dapat meningkatkan produksi dan bertambahnya variasi olahan dengan bahan dasar nila serta penambahan jantung pisang sehingga dapat meningkatkan nilai jual produk abon yang lebih berkualitas. Berdasarkan kajian diatas menerangkan bahwa jantung pisang bermanfaat untuk menambah serat pada abon ikan nila maka peneliti melakukan eksperimen dan mengangkatnya dalam bentuk tugas akhir dengan judul **“PEMBUATAN ABON IKAN NILA DENGAN INOVASI JANTUNG PISANG”**.

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah dapat membuat abon ikan nila dengan inovasi penambahan jantung pisang serta mendeskripsikan kualitas abon dilihat dari segi:

1. Membuat abon ikan nila dengan Inovasi jantung pisang.
2. Mendeskripsikan kualitas abon ikan nila dengan inovasi jantung pisang dari segi :
 - a. Warna.
 - b. Tekstur.
 - c. Aroma.
 - d. Rasa

C. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Menambahkan wawasan dan ilmu pengetahuan bagi penulis tentang penggunaan ikan nila dan jantung pisang dalam pembuatan abon sehingga menambahkan daya guna ikan nila serta jantung pisang.
2. Menambahkan keanekaragaman hasil olahan dari ikan nila sebagai produk baru pada pembuatan abon.
3. Meningkatkan nilai ekonomi dari abon.
4. Memberikan informasi kepada mahasiswa untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dalam membuat dan memodifikasi pembuatan abon, khususnya kepada mahasiswa program studi Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.

5. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan program DIII Tata Boga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.