

# **BISNIS KULINER BERBAHAN DASAR IKAN NILA**



**TIM PENYUSUN :**  
**CITA ERI A**  
**YUNDA MAYMANAH R**  
**AGUNG BUDIANTORO**  
**SHINTA NURROCHMAH**



# **BISNIS KULINER BERBAHAN DASAR IKAN NILA**

**Tim Penyusun:  
Cita Eri A  
Yunda Maymanah R  
Agung Budiantoro  
Shinta Nurochmah**



Penerbit K-Media  
Yogyakarta, 2021

---

## **BISNIS KULINER BERBAHAN DASAR IKAN NILA**

---

iv + 32 hlm.; 14 x 20 cm

---

**ISBN: 978-623-316-347-7**

**Penulis** : Cita Eri A,...[et al.]  
**Tata Letak** : Yunda Maymanah Rahmadewi  
**Desain Sampul** : Arief Aviandi  
  
**Cetakan 1** : Oktober 2021

Copyright © 2021 by Penerbit K-Media  
All rights reserved

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang No 19 Tahun 2002.

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektris mau pun mekanis, termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penulis dan Penerbit.

---

**Isi di luar tanggung jawab percetakan**

---

Penerbit K-Media  
Anggota IKAPI No.106/DIY/2018  
Banguntapan, Bantul, Yogyakarta.  
e-mail: kmedia.cv@gmail.com

# DAFTAR ISI

<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
Bab 1    Bisnis Kuliner Era Adaptasi Baru.....	1
Bab 2    Produk Kuliner Olahan Ikan Nila .....	5
Bab 3    Perhitungan Keuangan Usaha .....	10
Bab 4    Resep Produk Olahan Ikan Nila .....	17
<b>BIODATA PENULIS</b> .....	<b>26</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>28</b>

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan HidayahNya sehingga penulis mampu menyelesaikan modul edukasi berjudul “Bisnis Kuliner Berbahan Dasar Ikan Nila”. Modul ini menjelaskan tentang bisnis dengan produk kuliner berbahan dasar ikan nila berikut perencanaan perhitungan usaha. Besar harapan penulis, modul ini dapat digunakan sebagai acuan pelaku usaha kuliner.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Ristek dan Pengabdian Masyarakat, Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia yang telah memberikan kesempatan kepada penulis meraih pendanaan Hibah Pengabdian kepada Masyarakat Tahun Anggaran 2020/2021, sehingga tersusunlah modul ini sebagai salah satu luaran program. Terima kasih kami ucapkan pula kepada Pimpinan Universitas Ahmad Dahlan Bapak Dr. Muchlas Arkanuddin, M.T.

Penulis menyadari perkembangan informasi bisnis kuliner yang begitu pesat dan tentu masih banyak kekurangan pada buku ini, sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran untuk penyempurnaan modul ini. Harapan penulis, modul ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca khususnya pelaku usaha.

Yogyakarta, Juni 2021

# **Bab 1**

## **Bisnis Kuliner Era Adaptasi Baru**

Tujuan Pembelajaran :

1. Menjelaskan pentingnya bisnis kuliner aman dan bergizi era adaptasi baru
2. Menjelaskan peluang bisnis kuliner era adaptasi baru

Materi :

Era adaptasi baru muncul setelah adanya pandemi Covid-19 membuat orang menjadi lebih hati-hati dalam melakukan aktifitas dan juga pemilihan makanan. Masyarakat lebih selektif terhadap makanan yang dikonsumsinya dan lebih banyak yang membeli bahan makanan untuk diolah sendiri di rumah. Perubahan tersebut karena salah satunya adalah menghindari keramaian, khawatir akan keamanan pangan dari makanan yang dikonsumsi, memastikan makanan yang dikonsumsi tersebut sehat, dan juga fokus pada makanan lokal [1]. Adanya perubahan perilaku konsumen tersebut justru mendorong munculnya bisnis makanan sehat yang saat ini dilakukan oleh masyarakat. Selain untuk memenuhi permintaan makanan sehat selama era adaptasi baru, bisnis tersebut muncul sebagai dampak pengurangan jumlah karyawan di berbagai institusi atau perusahaan.

Konsumsi makanan sehat merupakan salah satu cara untuk mencegah terjadinya penularan virus dan juga penyakit yang lain. Makanan yang sehat dapat meningkatkan imunitas tubuh sehingga akan terhindar dari serangan virus yang dapat menyebabkan seseorang menjadi sakit [2].

Saat ini bisnis makanan beku atau lebih dikenal dengan *frozen food* lebih populer dan banyak diminati karena masyarakat membutuhkan makanan yang memiliki daya simpan yang lebih lama, mudah dibawa kemana-mana, lebih cepat dan praktis ketika disajikan [1]. Bisnis ini dapat dilakukan dengan mudah bahkan dengan alat yang sederhana yang ada di rumah. Selama pandemi Covid-19, bisnis *Frozen Food* meningkat hingga 200 persen. Bisnis *frozen food* yang diminat antara lain bakpau, dimsum, nugget, dan sosis [3].

---

**Bisnis Frozen Food  
meningkat 200  
persen selama  
pandemi Covid-19**

---

Bisnis makanan meningkat saat terjadinya pandemi, namun perlu diperhatikan beberapa faktor seperti kemasan yang aman, tanggal kadaluarsa, label dan juga izin edar [4]. Hal ini untuk memastikan bahwa produk makanan yang dijual tersebut aman untuk dikonsumsi konsumen. Hal tersebut saat ini juga menjadi perhatian bagi konsumen sebelum membeli makanan olahan karena banyaknya produk baru yang bermunculan saat pandemi.

Bisnis makanan dapat dimulai dari produk yang sederhana. Beberapa cara yang dapat dilakukan yaitu dengan [5]:

1. Membuat makanan yang berkualitas baik : makanan yang diproduksi dapat dibuat dengan bahan yang

- berkualitas, segar, memiliki kandungan gizi yang baik. Untuk camilan yang digoreng bisa menggunakan minyak yang baru dan tidak digunakan berulang
2. Membuat inovasi produk makanan yang belum pernah ada di pasaran
  3. Menciptakan strategi pemasaran yang bagus

Peluang bisnis kuliner yang dapat dijalankan pada saat era adaptasi baru salah satunya adalah bisnis makanan beku atau *frozen food*. Beberapa kelebihan bisnis *frozen food* antara lain mudah untuk dijalankan, tidak membutuhkan modal yang banyak, produk yang dihasilkan memiliki daya simpan lama [6], kualitas cenderung stabil, praktis untuk dijual, harga lebih stabil, stok barang selalu tersedia dan naiknya minat konsumen mendorong tingginya permintaan karena konsumen menghindari kontak langsung dengan penjual [7][8].

Salah satu tingginya permintaan makanan beku dan juga cemilan sehat era adaptasi baru antara lain karena tidak ada waktu, khawatir makanan yang jadi yang dibeli di luar terkontaminasi dan juga perubahan gaya hidup masyarakat. Sehingga bisnis ini memiliki peluang yang tinggi untuk dikembangkan [9].

Strategi yang dapat dilakukan untuk memulai bisnis kuliner pada era adaptasi baru ini antara lain [8] :

1. Menerapkan protokol kesehatan untuk menghindari penularan virus
2. Membersihkan area penjualan dan produksi sesering mungkin
3. Penjualan dapat dilakukan dengan sistem online, take away ataupun delivery order untuk mempertahankan pendapatan



4. Menggunakan sistem pembayaran non tunai
5. Pengolahan dan pengemasan dilakukan dengan memperhatikan higiene sanitasi makanan dan kemasan dibuat menarik
6. Menjual produk yang memiliki kandungan gizi yang bagus untuk menjaga imunitas tubuh
7. Mempertahankan pelanggan dapat dilakukan dengan memberikan diskon harga

Salah satu cara untuk meningkatkan strategi pemasaran sebuah produk, iklan yang ditawarkan melalui media cetak ataupun media sosial menjadi salah satu cara untuk menginformasikan produk ke konsumen. Saat ini perkembangan dunia digital cukup massive sekali. Iklan dapat dilakukan dengan cepat dengan menggunakan media sosial seperti *Facebook*, *Instagram*, *WhatsApp*, dan media sosial lainnya. Pembuatan iklan dan promosi ini salah satu tujuannya adalah untuk mengenalkan produk tersebut pada calon konsumen sehingga dapat menarik minat konsumen untuk membeli produk tersebut [10].

# Bab 2

## Produk Kuliner Olahan Ikan Nila

Tujuan Pembelajaran :

1. Menjelaskan komoditas ikan nila sebagai bahan pangan
2. Menjelaskan Kandungan Gizi Ikan Nila
3. Menjelaskan peluang ikan nila sebagai produk kuliner cemilan dan makanan beku

Materi :

Ikan nila merupakan salah satu ikan air tawar yang menjadi sumber protein hewani yang paling sering dikonsumsi masyarakat. Ikan nila banyak dibudidayakan di kolam karena kemudahan adaptasi dengan

---

**Ikan nila menjadi  
favorit karena rasa  
gurih**

---

lingkungan serta waktu panen yang tidak terlalu lama. Budidaya ikan nila semakin meningkat per tahunnya. Ikan nila menjadi salah satu menu favorit di warung makan. Rasa ikan nila lebih menarik konsumen karena gurih [11].

Ikan nila selama ini belum banyak divariasikan dalam olahan. Ikan ini biasanya diolah sebagai menu ikan goreng, ikan bakar, atau sajian berkuah. Ikan nila belum banyak diolah sebagai olahan cemilan yang memiliki daya simpan yang

panjang seperti *frozen food*. Olahan *frozen food* menjadi favorit karena memiliki daya simpan yang cukup lama dan juga dapat diolah kembali sebelum dikonsumsi.

Kandungan gizi ikan nila hampir sama dengan ikan mas. Protein yang dikandung dalam 100 gram ikan nila dengan berat dapat dimakan 80% sekitar 12,94–16,79 gram. Sedangkan kandungan lemak ikan nila cukup sedikit, yaitu 0,10-0,18 gram. Kandungan zat besi dan fosfor pada ikan nila termasuk tinggi, yaitu 2,756 mg untuk zat besi, dan 360-610 mg untuk kandungan fosfornya[12].

Kandungan gizi pada ikan nila mampu memenuhi kebutuhan tubuh terutama proteinnya. Protein pada ikan lebih mudah dicerna karena seratnya lebih pendek dibandingkan dengan protein hewani lainnya. Selain itu, asam amino yang ada dalam ikan bermanfaat untuk kesehatan otak, terutama untuk balita yang sedang dalam masa pertumbuhan [13].

Ikan merupakan komoditas bahan makanan yang cukup baik untuk dijadikan sumber protein sehari-hari karena asam amino yang dapat mencukupi kebutuhan gizi setiap harinya. Kualitas protein yang baik ini dapat dijadikan unggulan produk berbasis ikan [14].

Komoditas ikan nila cukup melimpah di Indonesia. Data produksi ikan nila pada tahun 2017 menunjukkan bahwa nilai produksi komoditas ikan nila cukup besar yaitu bernilai Rp. 27.875.956.232. Nilai ini lebih besar apabila dibandingkan dengan ikan tawar lainnya seperti lele, gurameh, ikan mas dan merata di semua provinsi di Indonesia [15].

Ikan nila menjadi favorit di masyarakat yang dibuktikan dengan nilai produksi nila yang dihasilkan dari semua provinsi di Indonesia. Pemanfaatan ikan nila selama ini masih terbatas pada masakan besar seperti nila bakar, nila goreng, atau olahan masakan lainnya. Salah satu tujuan pengolahan ikan adalah untuk meningkatkan nilai tambah pada ikan, memperpanjang masa simpan, mengurangi tingkat kerusakan pada ikan apabila terjadi peningkatan produksi [16]. Olahan pada ikan dapat dijadikan sebagai olahan camilan untuk menghindari adanya kejenuhan olahan yang selama ini hanya terbatas pada masakan saja.

#### Contoh Olahan Ikan Nila

Rolade, bakso, stik, otak-otak, nila crispy, kecipring, nugget, kerupuk kulit

Olahan ikan nila dapat dibuat menjadi camilan makanan beku atau *frozen food* atau dibuat camilan kering. Beberapa olahan yang pernah dicoba dibuat dengan bahan dasar ikan nila antara lain nila crispy, krupuk kulit ikan nila, nugget, bakso, kecipring, rolade, tepung tulang ikan nila, stik dll [16][17][18][19][20][21].

Seluruh bagian ikan nila dapat dibuat menjadi camilan, baik dari kepala, tulang, kulit maupun dagingnya. Bagian daging dapat dimanfaatkan dalam pembuatan rolade, bakso, nugget, dan kecipring. Sedangkan bagian kulit dapat dimanfaatkan sebagai kerupuk, dan bagian tulang dapat dipresto dibuat tepung atau langsung diolah menjadi stik ikan.

Peluang ikan nila dijadikan camilan masih cukup luas karena pasaran saat ini belum memanfaatkan olahan ikan nila yang memiliki daya simpan yang lama. Ikan yang sudah

dimanfaatkan dalam pembuatan nugget biasanya ikan laut atau berasal dari lele. Potensi ini bisa dikembangkan dan dipasarkan kepada masyarakat umum sebagai salah satu upaya menggalakkan konsumsi ikan sebagai sumber protein hewani yang baik dan murah.

Pembuatan camilan dari ikan nila tentu membutuhkan proses pelumatan daging ikan nila sebelum dicampur dengan bahan lain dan juga bumbu-bumbu. Produk berkualitas ditentukan salah satunya dari kesegaran bahan dasar yang digunakan yang dalam hal ini adalah ikan nila. Berikut ini ciri-ciri ikan yang masih segar [22]:

- Daging padat, jika ditekan tidak meninggalkan bekas
- Insang masih merah dan segar
- Matanya bening, menonjol keluar dan penuh
- Sisiknya mengkilap dan tidak mudah lepas
- Kondisi umum perut tidak kembung/pecah kulit dan daging tidak sobek
- Baunya segar amis khas ikan
- Tidak berlendir berlebihan

Kesegaran ikan akan berpengaruh terhadap kualitas produk pangan yang akan dihasilkan. Selain itu, perlu juga diperhatikan cara membersihkan ikan sehingga ketika ikan tersebut diolah, maka tidak akan ada kotoran yang masih menempel di tubuh ikan tersebut. Langkah yang bisa dilakukan yaitu dimulai dari pencucian untuk menghilangkan lendir, kotoran dan mikrobia yang menempel, kemudian dilanjutkan dengan menyiangi ikan yakni membuang semua

kotoran isi perut, sirip, insang, sisik. Setelah itu ikan dapat dipotong atau di fillet yaitu dipisahkan antara daging dan tulangnya. Langkah terakhir sebelum diolah yakni dicuci kembali untuk memastikan sisa kotoran, sisik, atau darah yang masih menempel hilang [23].

# **Bab 3**

## **Perhitungan Keuangan Usaha**

Tujuan Pembelajaran :

1. Menjelaskan komponen dalam perhitungan usaha
2. Menjelaskan perhitungan biaya investasi
3. Menjelaskan perhitungan bahan baku
4. Menjelaskan perhitungan modal kerja
5. Menjelaskan perhitungan harga pokok produksi
6. Menjelaskan perhitungan laba-rugi usaha

Materi :

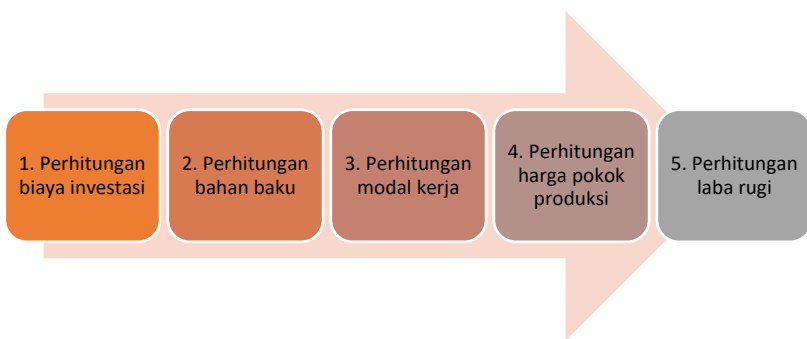
Sebuah usaha membutuhkan perhitungan keuangan yang rinci agar didapatkan keuntungan bagi pemiliknya. Perhitungan ini terdiri dari perhitungan alat-alat yang digunakan / biaya investasi dan modal kerja[24]. Harga jual suatu produk dapat ditentukan dari harga pokok produksi ditambah dengan keuntungan[25]. Sering kali seorang pemilik usaha tidak menghitung biaya tenaga kerja, padahal biaya tenaga kerja harus dihitung meskipun tidak menggunakan tenaga kerja dari luar.

Penetapan harga jual yang tidak tepat dapat mengakibatkan kematian usaha secara perlahan. Harga menjadi poin penting dalam sebuah pemasaran produk [26][27]. Harga produk yang ditetapkan sebaiknya merupakan harga yang dapat dijangkau masyarakat, sehingga produk

tersebut mendapatkan peminat yang luas. Selama ini penetapan harga penjualan produk di masyarakat masih dilakukan secara sederhana, yaitu hanya menghitung harga bahan baku dan juga tenaga kerja langsung. Di sisi lain ada biaya investasi yang merupakan modal awal usaha tersebut [28].

Sebelum memiliki sebuah usaha, sebaiknya pelaku usaha memiliki perencanaan bisnis yang akan dilakukan. Perencanaan berguna untuk menetapkan langkah-langkah yang harus dilakukan dalam sebuah usaha agar sesuai dengan yang diinginkan. Salah satu langkah dalam perencanaan adalah penetapan harga yang mana harga ini dapat memprediksi untung rugi sebuah usaha [24].

Berikut ini contoh perhitungan keuangan usaha :



Bagan 1. Perhitungan Keuangan

Penjelasan :

1. Perhitungan biaya investasi atau *overhead* pabrik  
Biaya investasi merupakan biaya yang terdiri dari biaya peralatan yang digunakan dalam sebuah kegiatan usaha, seperti peralatan untuk produksi



ataupun untuk menjalankan usaha seperti gerobak, tempat usaha, ac, dll. Biaya investasi juga dikenal sebagai modal awal usaha.

Biaya investasi yang terdiri dari peralatan ini memiliki umur ekonomis atau mengalami penyusutan. Umur ekonomis yang dimaksud adalah usia suatu barang dapat digunakan maksimal secara normal. Barang tersebut akan rusak apabila digunakan terus-menerus dalam kurun waktu tersebut, sehingga tidak dapat digunakan atau dijual kembali [24]. Contoh : wajan memiliki umur ekonomis 1 tahun, apabila digunakan secara terus menerus dalam waktu 1 tahun tersebut sudah harus berganti dengan wajan yang baru. Atau misalnya sewa gedung memiliki waktu umur ekonomis 5 tahun. Maka setelah 5 tahun harus memperbaharui kontrak sewa gedung tersebut. Berikut ini adalah contoh biaya investasi jualan rolade.

Tabel 1. Biaya Investasi

No	Komponen	Satuan	Jumlah unit	Harga satuan (Rp)	Total harga (Rp)	Umur ekonomis (tahun)	Jumlah penyusutan (Rp) / tahun	Jumlah penyusutan (Rp) / bulan
1	Gerobak	Buah	1	2.000.000	2.000.000	4	500.000	41.666
2	Alat pengukus	Buah	1	450.000	400.000	2	200.000	16.666
3	Food processor	Buah	1	500.000.	500.000	2	250.000	20.833
4	Pisau	Buah	2	10.000	20.000	1	20.000	1.666
5	Baskom	Buah	4	15.000	60.000	1	60.000	5.000
6	Spatula	Buah	5	10.000	50.000	0,25	200.000	16.666
7	Kompore	Buah	1	500.000	500.000	2	250.000	20.833
8	Tabung gas	Buah	2	200.000	400.000	2	200.000	16.666
9	Nampan	Buah	4	15.000	60.000	0,25	240.000	20.000
10	Teflon	Buah	2	50.000	100.000	2	50.000	4.166
11	Mixer	Buah	1	400.000	400.000	2	200.000	16.666
12	Sendok	Buah	4	3.000	12.000	0,25	48.000	4.000
13	Mesin Pendingin	Buah	1	3.000.000	3.000.000	4	750.000	62.500
14	Freezer box	Buah	2	250.000	500.000	2	250.000	20.833
15	Vaccum sealer	Buah	1	500.000	500.000	2	250.000	20.833
Jumlah					8.502.000		3.468.000	288.994

## 2. Perhitungan bahan baku

Perhitungan bahan baku merupakan perhitungan semua bahan yang digunakan dalam membuat satu produk. Perhitungan ini dilengkapi dengan jumlah berat bahan yang digunakan. Perhitungan bahan baku ini dihitung untuk sekali produksi satu produk. Apabila ingin memproduksi dalam beberapa kali perputaran maka dapat dikalikan berdasarkan jumlah perputaran. Misal produksi rolade ikan :

Tabel 2. Biaya Bahan Baku

No	Nama Bahan	Satuan	Jumlah	Harga Satuan	Total	Periode
1	Ikan nila	kg	5	20.000	100.000	1
2	Telur	kg	2	25.000	50.000	1
3	Tepung kanji	kg	1	10.000	10.000	1
4	Bumbu	paket	1	20.000	20.000	1
Jumlah					180.000	

Misal pada satu kali pembuatan 1 resep didapatkan 50 buah rolade. Dalam satu bulan usaha tersebut akan memproduksi selama 15 hari dengan jumlah produksi per hari adalah 2 resep. Sehingga dalam satu bulan total produk yang dihasilkan adalah 1500 rolade

### 3. Perhitungan modal kerja

Modal kerja adalah modal yang dibutuhkan untuk operasional sehari-hari dalam menjalankan usaha. Modal kerja terdiri dari, gaji karyawan, listrik, telepon, bahan kemasan, ongkos transportasi, dll. Modal kerja ini dapat dihitung per bulan.

Tabel 3. Biaya Modal Kerja

No	Komponen	Satuan	Jumlah	Biaya satuan	Total
1	Gaji karyawan produksi	Orang/bulan	2	800.000	1.600.000
2	Listrik	Bulan	1	300.000	300.000
3	Kemasan	Paket	1	500.000	500.000
4	Transportasi	Paket	1	500.000	500.000
Jumlah					2.900.000

### 4. Perhitungan harga pokok produksi dan harga jual

Perhitungan harga pokok produksi dihitung berdasarkan penjumlahan biaya bahan baku, modal kerja dan juga overhead pabrik atau biaya investasi. Harga pokok produksi pada pembuatan rolade ini yaitu :

Tabel 4. Perhitungan Harga Pokok Produksi

No	Komponen	Total
1	Overhead / investasi	288.994
2	Bahan baku 15 x 2 x 180.000	5.400.000
3	Modal kerja	2.900.000
	Total	8.588.994

$$\begin{aligned} \text{Harga Pokok Produksi (HPP)} &= \\ \text{Total biaya / jumlah produk} &= \\ &= 8.588.994/1500 \\ &= 5.703 \end{aligned}$$

Sehingga harga pokok produksi untuk satu buah rolade adalah sebesar Rp. 5.703,-

Dalam penjualan, sebuah usaha membutuhkan promosi agar produk dari usaha tersebut dikenal di masyarakat. Promosi membutuhkan biaya misal untuk mencetak leaflet atau iklan di media sosial. Selain itu, apabila terdapat karyawan penjaga counter juga dapat ditambah dalam biaya usaha. Misal : biaya promosi Rp. 200.000,- per bulan dan tenaga penjaga counter satu orang Rp. 800.000. Satu rolade dijual dengan harga Rp. 10.000,-. Maka keuntungan dapat dihitung dengan hasil penjualan dikurangi biaya promosi dan tenaga counter serta harga pokok produksi.

## 5. Perhitungan laba rugi

Tabel 5. Perhitungan Laba Rugi Usaha

No	Rincian	Jumlah	Satuan	Harga satuan	Total
<b>Pendapatan</b>					
1	Penjualan rolade	1500	buah	10.000	15.000.000
<b>Pengeluaran</b>					
1	Harga pokok produksi	1500	buah	5.703	8.554.500
2	Biaya promosi	1	bulan	200.000	200.000
3	Tenaga counter	1	Orang	800.000	800.000
<b>Total Keuntungan per bulan</b>					5.445.500

Jadi dapat disimpulkan keuntungan bersih dari penjualan rolade setiap bulannya dengan jumlah penjualan 1500 buah rolade adalah Rp. 5.445.500,-.

## Bab 4

### Resep Produk Olahan Ikan Nila

# Rolade Ikan Nila

Resep modifikasi dari Al Husna dkk (2020)

Bahan :

- Daging ikan nila 500 gram
- Tepung tapioka 30 gram
- Tepung sagu 30 gram
- Garam  $\frac{1}{2}$  sdt
- Baang putih 4 siung
- Bawang merah 4 buah
- Lada bubuk 1 sdt
- Telur ayam 3 butir
- Telur ayam 3 butir (untuk kulit rolade)
- Air 50 ml (untuk kulit)
- Garam  $\frac{1}{2}$  sdt (untuk kulit)
- Minyak secukupnya



Cara Pembuatan :

- Cuci bersih ikan
- Pisahkan daging ikan nila dengan duri dan kulit ikan
- Lumatkan daging ikan
- Haluskan semua bumbu menjadi
- Campurkan semua bahan menjadi satu, cek rasa
- Kocok telur hingga homogen
- Dadar telur menggunakan teflon
- Isikan adonan di atas telur dadar
- Gulung adonan
- Kukus adonan selama 45 menit
- Rolade siap untuk dihidangkan, dapat digoreng terlebih dahulu dengan dibalur telur.

# Otak-otak Ikan Nila

Bahan :

- Daging ikan nila fillet 250 gram
- Tepung sagu 80 gram
- Putih telur 1 butir
- Bawang merah 2 buah
- Bawang putih 2 siung
- Lada bubuk  $\frac{1}{2}$  sdt
- Garam  $\frac{1}{2}$  sdt
- Santan 100 ml

Cara membuat :

- Cuci bersih ikan nila, hilangkan kotoran yang masih melkat
- Pisahkan daging ikan nila dari tulangnya
- Timbang berat ikan nila sesuai resep, lalu haluskan dengan food processor
- Tambahkan tepung, putih telur, dan bumbu yang telah dihaluskan, aduk sampai kalis
- Bungkus adonan dengan daun pisang, lalu sematkan lidi
- Otak-otak dapat dikukus sampai matang (tidak ada air yang menempel pada daun)
- Sebelum disajikan, otak-otak dapat dipanggang terlebih dahulu



# Nugget Ikan

## Resep modifikasi

### Bahan :

- Daging ikan nila yang sudah dipisahkan dari durinya 500 gram
- Kuning telur ayam 5 butir
- Tepung tapioka 75 gram
- Bawang putih 4 siung
- Garam  $\frac{1}{2}$  sdt
- Lada bubuk  $\frac{1}{4}$  sdt
- Kaldu bubuk (sesuai selera)
- Tepung panir untuk melapisi
- Maizena (untuk lapisan)



### Cara Membuat :

- Cuci bersih ikan dan pisahkan dari kotoran-kotorannya
- Pisahkan daging dengan duri dan kulitnya
- Timbang berat daging hingga mencapai 500 gram kemudian haluskan dengan food processor
- Campurkan dengan tepung tapioka, kuning telur, dan bumbu lainnya
- Aduk hingga merata
- Tuang adonan pada loyang kemudian diratakan
- Kukus adonan selama 30 menit kemudian dinginkan adonan tersebut

- Potong-potong adonan menjadi persegi panjang dengan ketebalan menurut selera
- Potongan nugget dapat dicelupkan pada adonan pelapis tepung maizena dan air sebelum dibrading (selimuti dengan tepung panir)
- Simpan nugget sebelum digoreng pada freezer agar lebih kompak teksturnya

# Stick Ikan Nila

Resep modifikasi dari Sari dkk (2019)

Bahan :

- Sisa daging dan tulang ikan 200 gram
- Tepung terigu 500 gram
- Tepung tapioka 100 gram
- Telur 2 butir
- Mentega 100 gram
- Garam 1 sdm
- Bawang merah 7 gram
- Bawang putih 7 gram
- Baking powder  $\frac{1}{2}$  sdt
- Air 350 ml
- Minyak goreng 2 lt (untuk menggoreng)



Cara Membuat :

- Ikan dibersihkan dari kotoran dan sisik yang menempel
- Daging dan tulang ikan dipisahkan dan ditimbang sesuai resep
- Kemudian kukus daging dan tulang ikan dengan panci presto selama 1,5 jam
- Setelah dingin, giling daging dan tulang ikan hingga hancur rata

- Campurkan gilingan tadi dengan tepung terigu dan tapioka secara merata
- Kemudian tambahkan telur, mentega dan bumbu lain yang sudah dihaluskan , aduk sampai rata
- Tambahkan air sedikit demi sedikit hingga adonan kalis
- Cetak adonan dengan cara memipihkan adonan kemudian dipotong berbentuk stik / dipilin dengan tangan
- Goreng stik pada minyak panas hingga kuning keemasan kemudian ditiriskan.
- Stik ikan dapat disimpan dalam toples setelah stik dingin

# Fish Katsu

## Resep modifikasi

### Bahan :

- Daging ikan nila yang sudah dipisahkan dari durinya 100 gram (sesuai selera)
- Lada 1 sdt
- Garam ½ sdt
- Kaldu bubuk 1 sdt
- Thyme ½ sdt
- Air jeruk nipis 1 sdm
- Telur 1 butir
- Tepung panir untuk melapisi
- Maizena (untuk lapisan)



### Cara Membuat :

- Cuci bersih ikan dan pisahkan dari kotoran-kotorannya
- Pisahkan daging dengan duri dan kulitnya
- Lumuri daging yang sudah bersih dengan air jeruk nipis
- Bumbui daging ikan dengan lada dan garam
- Gulungkan daging pada maizena dan air (pelapis) kemudian balur dengan tepung panir

- Ulangi langkah tersebut hingga dua kali
- Simpan katsu sebelum digoreng pada freezer agar lebih kompak teksturnya

## BIODATA PENULIS

### **Cita Eri Ayuningtyas**

**Cita Eri Ayuningtyas** merupakan dosen di Prodi Bisnis Jasa Makanan Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Berlatar belakang pendidikan S1 Gizi Kesehatan UGM dan S2 Gizi di Ilmu Kesehatan Masyarakat. Bidang keilmuan yang diampu tidak jauh dari gizi dan kuliner. Sebagai staf pengajar di Prodi Bisnis, beliau tidak lupa menerapkan keilmuan bisnis dalam hal kuliner.



### **Yunda Maymanah Rahmadewi**

**Yunda Maymanah Rahmadewi** juga merupakan dosen di Prodi Bisnis Jasa Makanan Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Beliau merupakan lulusan S1 dan S2 Teknologi Pangan dan Hasil Pertanian UGM. Bidang kajian beliau beberapa diantaranya adalah teknologi pengolahan dan juga keamanan pangan. Kecintaannya pada dunia kuliner dan bisnis membawanya pada pengembangan pangan berbasis pangan lokal.



### **Agung Budiantoro**

**Agung Budiantoro** merupakan dosen di Prodi Biologi di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Beliau menempuh pendidikan di bidang Biologi, dengan riwayat pendidikan S1 di UGM, S2 di Universitas Jenderal Soedirman, dan S3 di Universitas Brawijaya. Kecintaan beliau pada bidang biologi dan ekowisata membawa beliau sebagai pembina dan pendamping konservasi penyu di Kabupaten Bantul sejak 2012 hingga sekarang.



### **Shinta Nurrochmah**

**Shinta Nurrochmah** merupakan mahasiswa di Prodi Bisnis Jasa angkatan 2019. Setelah tamat SMK Tata Boga, keinginannya melanjutkan di bidang bisnis kuliner dan saat ini menjadi mahasiswa aktif di Prodi Bisnis Jasa Makanan. Harapannya menjadi salah satu pengusaha menarik minatnya untuk terus mengembangkan produk makanan yang jarang dilirik masyarakat.





## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Cfns, "Tantangan dan Tren Pola Konsumsi Masyarakat di Indonesia Berubah?," *Pusat Studi Pangan dan Gizi Universitas Gadjah Mada*, 2020.  
<https://cfns.ugm.ac.id/2020/10/06/tantangan-dan-tren-makanan-di-indonesia-berubah/> (accessed Jun. 15, 2021).
- [2] L. Mustinda, "Cara Mencegah Virus Corona dengan Makanan untuk Tingkatkan Sistem Imun," *detikFood*, 2021. <https://food.detik.com/info-sehat/d-5354072/cara-mencegah-virus-corona-dengan-makanan-untuk-tingkatkan-sistem-imun> (accessed Jun. 15, 2021).
- [3] R. Susanti, "Melirik Bisnis Frozen Food yang Kian Menjanjikan di Era Pandemi," *Kompas.com*, 2020.  
<https://lifestyle.kompas.com/read/2020/07/26/070633720/melirik-bisnis-frozen-food-yang-kian-menjanjikan-di-era-pandemi> (accessed Jun. 15, 2021).
- [4] T. Warrantyasari, "5 Kebiasaan Makan Sehat Baru di Era New Normal," *Indonesia Mother & Baby*, 2020.  
<https://www.motherandbaby.co.id/article/2020/6/19/16627/5-Kebiasaan-Makan-Sehat-Baru-di-Era-New-Normal> (accessed Jun. 16, 2021).
- [5] H. Nuarta, "Tips Bisnis Makanan Ringan," *Moka Blog*, 2020. <https://blog.mokapos.com/ide-bisnis-makanan-ringan-camilan-khas> (accessed Jun. 17, 2021).
- [6] Muthmainah, "Usaha Frozen Food," *Bacteriality*, 2019.  
<https://bacteriality.com/usaha-frozen-food/> (accessed Jun. 17, 2021).

- [7] S. Bukhari, "Memulai Usaha Frozen Food: Peluang, Perencanaan, dan Analisa Bisnis Frozen Food," *Angkasa*, 2021. <https://angkasa.co.id/bisnis-frozen-food/> (accessed Jun. 17, 2021).
- [8] E. Ezizwita and T. Sukma, "Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Bisnis Kuliner Dan Strategi Beradaptasi di Era New Normal," *J. Ekon. dan Bisnis Dharma Andalas*, vol. 23, no. 1, pp. 51–63, 2021, doi: 10.47233/jebd.v23i1.169.
- [9] I. Santoso, S. . Mustaniroh, and D. Pranowo, "Keakraban Produk dan Minat Beli Frozen Food: Peran Pengetahuan Produk, Kemasan, dan Lingkungan Sosial," *J. Ilmu Kel. dan Konsum.*, vol. 11, no. 2, pp. 133–144, 2018, doi: 10.24156/jikk.2018.11.2.133.
- [10] D. Jayanti Mandasari, J. Widodo, and S. Djaja, "Strategi Pemasaran Usaha Mikro, Kecil Dan Menengah (Umkm) Batik Magenda Tamanan Kabupaten Bondowoso," *J. Pendidik. Ekon. J. Ilm. Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekon. dan Ilmu Sos.*, vol. 13, no. 1, p. 123, 2019, doi: 10.19184/jpe.v13i1.10432.
- [11] H. Andre, "Budidaya Ikan Nila Ala Wakil Ketua BPD Tamannartani," *JOGJADAILY*, 2021. <https://jogjadaily.com/2021/05/budidaya-ikan-nila-ala-wakil-ketua-bpd-tamanmartani/> (accessed May 31, 2021).
- [12] Ramlah, E. Soekendarsi, Z. Hasyim, and M. S. Hasan, "Perbandingan Kandungan Gizi Ikan Nila *Oreochromis niloticus* Asal Danau Mawang Kabupaten Gowa dan Danau Universitas Hasanuddin Kota Makassar," *J. Biol. Makassar*, vol. 1, no. 1, pp. 39–46, 2016.

- [13] A. Kresna D, "Mengenal Kandungan Gizi Pada Ikan," *DKP Provinsi Jateng*, 2017.  
[https://dkp.jatengprov.go.id/index.php/artikel/bidang\\_pukp/mengenal-kandungan-gizi-pada-ikan](https://dkp.jatengprov.go.id/index.php/artikel/bidang_pukp/mengenal-kandungan-gizi-pada-ikan) (accessed Jun. 18, 2021).
- [14] A. D. Sediaoetama, *Ilmu Gizi*, 6th ed. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat, 2009.
- [15] BPS, "Nilai Produksi Perikanan Budidaya Menurut Komoditas Utama (Ribu Rupiah), 2017," *Badan Pusat Statistik*, 2018.  
<https://www.bps.go.id/indicator/56/1514/1/nilai-produksi-perikanan-budidaya-menurut-komoditas-utama.html>.
- [16] Sutarmin, Parmini, E. S. Putri, and U. Rastuti, "Usaha Ukm Pengolahan Ikan Air Tawar Kabupaten," in *Sustainable Competitive Advantage-9 (SCA-9) FEB Unsoed*, 2019, vol. 9, no. 285, pp. 285–293, [Online]. Available: <http://jp.feb.unsoed.ac.id/index.php/sca-1/article/viewFile/1418/1447>.
- [17] S. B. Muhamad, E. Afrianto, and N. Kurniawati, "Fortifikasi Daging Nila terhadap Karakteristik Organoleptik dan Kimia Kecimpring," *J. Perikan. dan Kelaut.*, vol. VIII, no. 1, pp. 174–178, 2017.
- [18] I. M. Fauzi, Junianto, and K. Nia, "Fortifikasi Daging Ikan Nila Terhadap Karakteristik Organoleptik dan Kandungan Gizi Kecimpring," *J. Perikan. Dan Kelaut.*, vol. VIII, no. 2, pp. 161–167, 2017.

- [19] I. N. Kaswanto, Desmelati, and A. D. Dewita, "Karakteristik Fisiko-kimia dan Sensori Kerupuk Pangsit dengan Penambahan Tepung Tulang Nila (*Oreochromis niloticus*)," *J. Agroindustri Halal*, vol. 5, no. 2, pp. 141–150, 2019.
- [20] N. M. Darmadi, I. G. S. Pandit, and I. G. N. Sugiana, "Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Nugget Ikan (Fish Nugget)," *Community Serv. J.*, vol. 2, no. 1, pp. 18–22, 2019.
- [21] T. A. Sari, Desmelati, and Sumarto, "Pengaruh Penggunaan Campuran Daging dan Tulang Ikan Sembilang (*Paraplotosus albilabris*) Pada Pembuatan Stik Ikan Terhadap Penerimaan Konsumen," *J. Online Mhs. Bid. Perikan. dan Has. Kelaut.*, vol. 6, no. Edisi Januari-Juni, p. 12, 2019, [Online]. Available: <https://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/982384>.
- [22] H. Minantyo, *Dasar-Dasar Pengolahan Makanan (Food Product Fundamental)*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2011.
- [23] T. P. Lestari and F. Hidriyanti, *Memilih Bahan Makanan Memasak Kemudian*, Cetakan pe. Surakarta: Wonderland Publisher, 2021.
- [24] W. Ayodya, *Business Plan Usaha Kuliner Skala UMKM*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2014.
- [25] Elvinarossa, *Kreasi Bisnis Kuliner & Simulasinya*. Jakarta: FlashBooks, 2016.
- [26] A. E. Setiyani, "Perhitungan Harga Pokok Produksi Dan Harga Menggunakan Metode Full Costing Pada Home Industry Vania Bakery Di Semarang," Semarang, 2015.

- [27] M. Maghfirah and F. Syam, "Analisis Perhitungan Harga Pokok Produksi Dengan Penerapan Metode Full Costing Pada Umkm Kota Banda Aceh," *J. Ilm. Mhs. Ekon. Akunt.*, vol. 1, no. 2, pp. 59–70, 2016, [Online]. Available: <http://www.jim.unsyiah.ac.id/EKA/article/view/750>.
- [28] Y. Yuliyanti and R. Saputra, "Analisis Harga Pokok Produksi Roti Berdasarkan Metode Full Costing dan Variable Costing," *J. Online Insa. Akuntan*, vol. 2, no. 2, pp. 229–236, 2017, [Online]. Available: <http://ejournal-binainsani.ac.id/index.php/JOIA/article/view/642>.

Penerbit K-Media  
Bantul, Yogyakarta  
kmediacorp  
kmedia.cv@gmail.com  
www.kmedia.co.id

ISBN 978-623-316-347-7



9 786233 163477