

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat ini industri kuliner di Indonesia merupakan salah satu penyumbang ekonomi kreatif Indonesia. Industri kuliner menyumbang PDB (Produk Domestik Bruto) terbesar dengan rata-rata pertahun sekitar 41% dari total PDB ekonomi kreatif pada tahun 2020. Berbagai macam kuliner yang khas menjadi salah satu branding yang mengangkat nama suatu wilayah (Kemenparekraf, 2021).

Menurut WHO (*World Health Organization*), makanan adalah kebutuhan pokok utama manusia yang dibutuhkan sebagai pertahanan hidup dan memerlukan pengelolaan yang baik dan benar agar bermanfaat bagi tubuh. Setiap manusia memiliki kebutuhan makanan yang berbeda tergantung oleh masing-masing individu. Secara umum, manusia memerlukan makanan yang mengandung gizi seperti karbohidrat, protein, vitamin, dan lainnya. Namun dalam kasus lainnya, manusia memiliki kriteria khusus dalam pemenuhan gizi bagi tubuhnya (Hari Purnama dan Adiono, 2009).

Di masa sekarang ini, semakin banyak masyarakat yang sadar untuk mengonsumsi makanan sehat demi meningkatkan imunitas tubuh. Mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang merupakan kebiasaan baru bagi masyarakat Indonesia (dr. Nuri Andarwulan, 2020). Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI) mengatakan bahwa manusia saat ini cenderung mengonsumsi makanan sehat dengan tujuan untuk menjaga

kesehatan tubuh. Bahan makanan yang dikonsumsi harus memiliki nilai gizi yang baik untuk kesehatan tubuh manusia.

Salah satu bahan makanan yang dinilai memiliki gizi yang baik adalah konnyaku. Konnyaku merupakan jenis umbi-umbian yang tumbuh di daerah subtropis yang hangat seperti Jepang, Cina selatan, Korea, hingga daerah tropis seperti Indonesia, Laos dan Myanmar. Awalnya konnyaku diperkenalkan oleh Jepang karena dipercaya memiliki banyak khasiat untuk kesehatan seperti membantu menjaga dan menurunkan berat badan, mengatasi sembelit dan sistem imun, mengatasi dan mencegah diabetes, meminimalisir resiko penyakit jantung, mencegah tekanan darah tinggi, dan mengontrol kadar kolesterol (ITPC Osaka, 2014).

Konnyaku memiliki rasa yang hambar dengan tekstur seperti agar-agar dan dapat dibuat menjadi berbagai jenis makanan. Konnyaku sendiri merupakan sumber makanan yang kaya nutrisi mulai dari air, protein, mineral hingga glukomanan. Konnyaku adalah makanan sehat karena rendah lemak, tinggi serat, dan rendah kalori. Dengan rasa yang hambar dan memiliki kandungan nutrisi yang tinggi, maka konnyaku dapat diolah menjadi berbagai jenis hidangan, termasuk *dessert* dan *snack*.

Seiring dengan perkembangan zaman, saat ini *dessert* telah menjadi menu yang sangat populer yang bisa dinikmati dimanapun dan kapanpun. Saat ini *dessert* tidak lagi sekedar menjadi menu pelengkap di restoran maupun *café-café*, namun banyak restoran yang menjadikan *dessert* sebagai menu utamanya. (Heartline Radio, 2014). *Dessert* memiliki banyak manfaat bagi tubuh manusia seperti menambah energi pada tubuh, meningkatkan

suasana hati bahkan mengontrol berat badan. Mengonsumsi *dessert* dengan bahan yang bergizi, memiliki peluang yang lebih besar untuk menurunkan berat badan. Hal tersebut terjadi karena tubuh telah merasa puas dengan konsumsi *dessert* tersebut. Sehingga kadar gula yang masuk akan lebih terjaga.

Snack atau camilan merupakan makanan yang digemari oleh banyak orang, *snack* dapat dikonsumsi 2-3 jam setelah waktu makan utama. Menurut survei *The State of Snacking* dari Mondelez International tahun 2019 yang terkait dengan kebiasaan ngemil masyarakat Indonesia didapat beberapa hasil bahwa: masyarakat Indonesia lebih sering mengonsumsi camilan dibanding makan berat, mengonsumsi camilan sebagai kebutuhan mental dan emosional, dan masyarakat ingin camilan yang sehat dan nikmat di masa mendatang.

Menurut Hamidah (2013) resep adalah seperangkat instruksi atau perintah kerja yang berisi instruksi untuk menyiapkan hidangan. Resep memberikan instruksi yang tepat tentang berbagai topik termasuk komposisi dan proporsi bahan, cara menyiapkan bahan, teknik pemrosesan yang digunakan, dan prosedur untuk mengolah hidangan. Inti dari membuat buku resep ini adalah diharapkan orang melakukan hal yang sama seperti yang tertera pada resep. Selain itu, resep juga merupakan cara untuk menerapkan teknik dasar pada bahan-bahan tertentu. Menurut Yorio (2015), salah satu hal yang harus menjadi fokus penulis ketika merancang sebuah buku resep adalah bagaimana penulis dapat menciptakan produk yang berbeda dari buku masak lainnya.

Maka dari itu, rancangan buku resep ini akan memfokuskan pada sebuah inovasi dari suatu produk yaitu konnyaku. Buku resep ini dibuat untuk mengembangkan olahan konnyaku dalam pembuatan *dessert* dan *snack*. Dengan dikembangkannya olahan konnyaku ini diharapkan dapat memberikan inovasi dan menghasilkan aneka *dessert* dan *snack* yang sehat dan bervariasi bagi orang-orang yang ingin mengonsumsi *dessert* dan *snack* sehat. Rancangan buku resep nantinya akan terdapat informasi mengenai alat, bahan, metode, waktu memasak, dan berapa jumlah yang dihasilkan dari setiap resep. Sehingga pembaca akan mudah mengerti dalam pembuatan aneka *dessert* dan *snack* dengan olahan konnyaku.

B. Tujuan Pembuatan Rancangan Buku Resep

Adapun tujuan dari pembuatan rancangan buku resep yang berjudul “*Dessert dan Snack Dengan Olahan Konnyaku*” sebagai Karya Kompetensi Profesi, antara lain:

1. Untuk memberikan inovasi baru dalam mengolah konnyaku menjadi *dessert* dan *snack*.
2. Memberikan pengetahuan dan cara bagaimana proses mengolah konnyaku menjadi *dessert* dan *snack* kepada pembaca.