

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

SMKN-60 Jakarta merupakan salah satu Pendidikan dengan jenjang SMK di Duri Kepa, Kec. Kebon Jeruk, Kota Jakarta Barat, DKI Jakarta. Dalam menjalankan kegiatannya, SMKN-60 Jakarta berada dibawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Oleh karena itu penulis memilih SMKN-60 karena dinilai cocok untuk pembelajaran makanan berbasis *gluten Free*, dengan harapan, SMKN-60 Jakarta dapat menerima manfaat dan memanfaatkan pembelajaran pembuatan makanan berbasis *gluten free* untuk menambah wawasan. Dan juga SMKN-60 Jakarta memiliki jurusan yang cocok untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai *gluten free* ini, apalagi dizaman sekarang anak SMA sudah mengetahui tentang trend masa kini , *gluten free* ini salah satu trend yang memberikan dampak positif untuk para peserta, salah satunya diet. Diet ini menjadi salah satu bagian yang ada berhubungan dengan *gluten free*. Karena akhir-akhir ini diet *gluten free* ini sering dianggap sebagai gaya hidup yang lebih sehat. Untuk pelatihan pembuatan makanan berbasis *gluten free* diikuti oleh 35 murid dari SMKN-60 Jakarta. *Gluten* adalah protein yang ditemukan pada tumbuhan ceral atau grains, berupa biji-bijian, misalnya biji terigu dan barley atau jelai (Dahlia, 2014). *Gluten* juga biasa dipakai dan dikonsumsi dalam bentuk tepung. Tanpa disadari, *gluten* juga adalah satu zat yang sangat dekat dengan kehidupan manusia, namun masih banyaknya manusia yang belum tahu betul apa itu *gluten*. Contoh generik yang sering dijumpai adalah roti, pasta, kudapan manis dan sereal. *Gluten* sangat mudah dikenali, yaitu pada seorang yang memang memiliki kondisi sensitif terhadap *gluten*, umumnya ditimbulkan lantaran reaksi kekebalan tubuh seorang dalam makanan yang

mengandung *gluten*. Untuk mengenali apakah seorang tersebut sensitif terhadap *gluten* atau tidak, bisa dicermati ketika sistem pencernaan bereaksi terhadap *gluten* dan tubuh mempunyai kondisi sensitif, maka akan terjadinya konstipasi, kembung, diare, sakit perut dan bahkan mampu terjadinya anemia pada seseorang (Octavia, 2020). Seseorang yang memiliki kondisi sensitif terhadap *gluten* juga bisa menyebabkan munculnya benjolan, gatal, ruam, kulit terasa terbakar, sakit kepala dan masih banyak lagi. Kandungan dalam *gluten* itu sendiri mengandung peptide , dimana peptide itu sejenis protein yang dapat menurunkan sistem kekebalan tubuh (Sharma et. al., 2020). jika mengkonsumsi *gluten* berlebihan itu akan memberikan dampak buruk bagi kesehatan. Oleh karena itu , penulis berniat untuk menciptakan inovasi baru serta kreasi baru dengan membuat Rancangan Buku Resep Berbasis *gluten free* untuk memperkenalkan makanan berbasis *gluten free* kepada masyarakat serta mengajak masyarakat agar menjalani pola hidup sehat dengan mengurangi makanan yang mengandung *gluten*.

B. Permasalahan Mitra

Research yang kami lakukan terhadap SMKN-60 Jakarta membuktikan bahwa para pelajar di sekolah SMKN-60 ingin mengajarkan tentang makanan *gluten free*, tetapi sekolah tidak mempunyai buku cetak yang memberikan tentang *gluten free* tidak tau cara masaknya tidak ada waktu memberikan pelajarannya, mereka mencari mitra dari universitas yang dibidang perhotelan/tata boga sehingga penulis ingin memberikan pelatihan pembuatan makanan berbasis *gluten free* untuk mengenalkan serta memberikan pengetahuan kepada para pelajar tentang kreasi serta inovasi makanan *gluten free*. Dengan dilaksanakannya pelatihan ini , penulis berharap agar para pelajar lebih mengenal apa itu makanan *gluten free* serta manfaatnya jika mengkonsumsi makanan berbasis *gluten free*.