

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sebagai negara kepulauan terbesar di dunia, Indonesia diberkati dengan kekayaan hasil laut yang sangat melimpah. Perairan Indonesia merupakan rumah bagi berbagai jenis ikan, udang, kepiting, kerang, cumi-cumi, dan hewan laut lainnya. Para nelayan lokal memperoleh hasil laut ini untuk menjaga kelangsungan hidup mereka, sementara restoran dan pasar tradisional di Indonesia menjadikannya bahan baku untuk hidangan lezat yang khas nusantara.

Indonesia juga sangat kaya akan ikan air tawar. Dengan ribuan sungai, danau, dan rawa yang tersebar di seluruh nusantara, negara ini adalah rumah bagi beragam spesies ikan air tawar yang luar biasa. Diantaranya ikan lele, ikan mas, ikan gurami, ikan nila, dan ikan patin. Ikan-ikan ini dibudidayakan oleh para petani ikan air tawar untuk tujuan komersial, yaitu untuk produksi dalam jumlah besar untuk pasar dalam negeri. Ikan juga dapat menjadi objek edukasi bagi masyarakat nelayan dan petani ikan yang menggantungkan hidupnya. Ikan dapat digunakan untuk mengajarkan tentang ekonomi lokal, distribusi, dan pemberdayaan ekonomi melalui budidaya dan pemasaran ikan.

Beberapa sekolah mengajarkan bahwa ikan dapat menjadi pintu gerbang menuju pemahaman yang lebih mendalam tentang biologi, ekologi, dan ilmu alam lainnya.

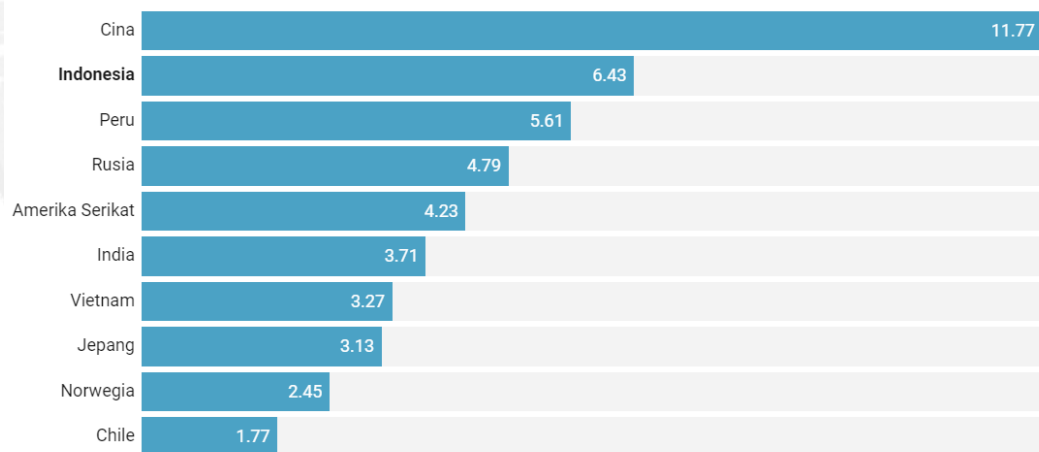
Dr. (H.C) Susi Pudjiastuti Menteri Kelautan dan Perikanan dari Kabinet Kerja 2014-2019 pernah menyampaikan kepada masyarakat ”ayo makan! Ikan sangat baik untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh, kalau tidak makan akan saya tenggelamkan”. Perkataan Ibu Susi menekankan bahwa konsumsi ikan sangatlah penting bagi tubuh.

Indonesia mempunyai banyak hasil laut. Pada tahun 2020, volume penangkapan ikan Indonesia mencapai 6,43 juta ton dan angka tersebut diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya karena peningkatan konsumsi. Berdasarkan data di bawah ini, Indonesia merupakan penghasil ikan laut terbesar kedua di dunia.

GAMBAR 1
Negara Produsen Sektor Perikanan Terbesar

10 Negara Produsen Perikanan Laut Terbesar Di Dunia

*Berdasarkan Data FAO Rilis 29 Juni 2022 (Juta Ton)



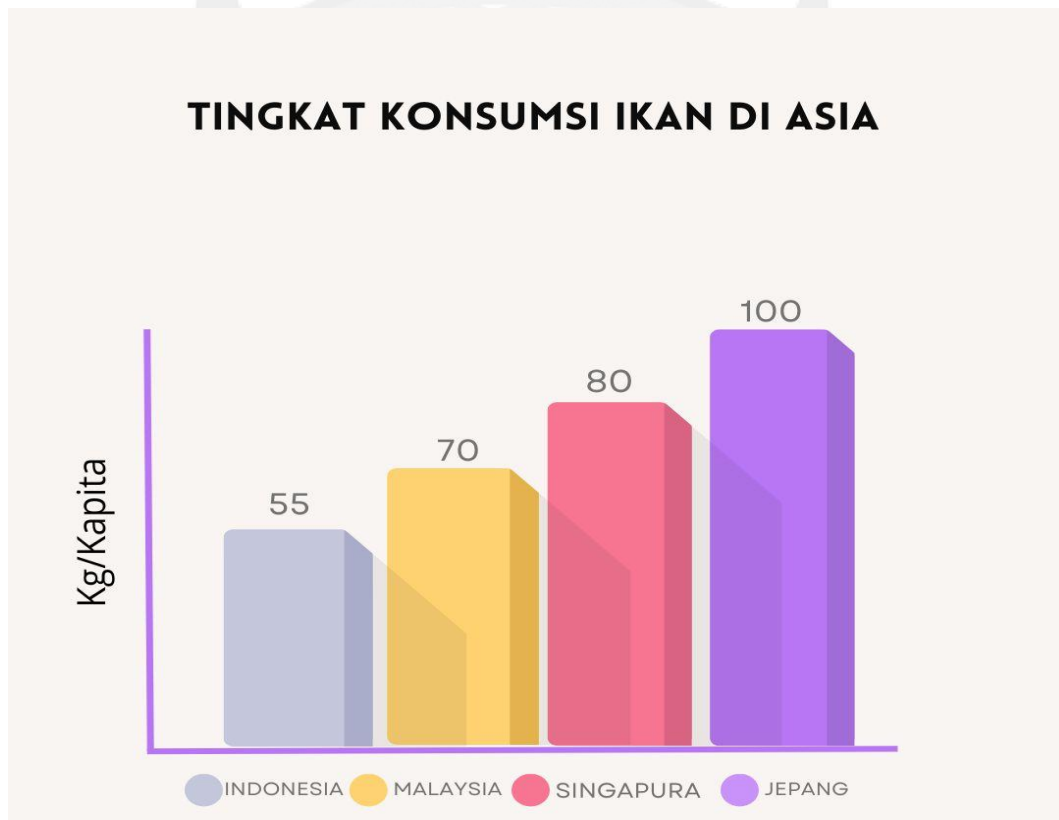
Sumber: (www.cnbcindonesia.com,2023)

Indonesia negara produsen yang sangat besar tetapi tingkat kesadaran masyarakatnya kurang akan mengkonsumsi ikan dibandingkan negara lain di asia jumlah konsumsi ikan di indonesia sangat rendah per kapitanya. Jepang berada di

urutan pertama akan kesadaran pentingnya mengkonsumsi ikan yaitu mencapai 100kg per kapita, dibandingkan negara tetangga yang paling terdekat indonesia masih kalah walaupun secara geologis indonesia sangat memadai tetapi tingkat kesadarannya kurang.

GAMBAR 2

Tingkat Konsumsi Ikan per Kapita



Sumber: (www.cnbcindonesia.com,2023)

Makanan yang dikonsumsi masyarakat setempat mewakili potensi dan kearifan daerah tersebut. Masakan lokal adalah makanan yang diproduksi, ditanam, dan dikonsumsi oleh suatu daerah atau kelompok masyarakat lokal tertentu dalam jangka waktu yang lama. Pangan lokal pada umumnya diolah menggunakan bahan baku lokal, teknik lokal, dan kearifan lokal. Selain itu, produk makanan lokal

biasanya dikembangkan sesuai dengan preferensi konsumen lokal. Oleh karena itu, makanan lokal ini sangat erat kaitannya dengan budaya setempat. (Nugraheni, 2017).

Masakan merupakan salah satu unsur budaya nasional dan mudah dikenali sebagai identitas suatu masyarakat. Kenikmatan kuliner dapat dimaknai sebagai sumber kekuatan dalam hubungan antar budaya. Hasil lintas budaya muncul dari “dialog” antara masakan negara-negara yang saling bertemu. Apa yang di makan , dengan siapa, dan bagaimana makanan itu disajikan mewakili kebudayaan Indonesia. (Utami,2018).

Budaya makanan Indonesia terbentuk oleh beberapa faktor seperti alam, sejarah, dan budaya. Mengingat keragaman geografis dan budaya nusantara, Anda akan menemukan bahwa masakan Indonesia kaya akan variasi dan cita rasa. Oleh karena itu, pangan dapat dijadikan sebagai alat strategis untuk memajukan industri pariwisata suatu negara. Selama lima tahun terakhir, pemerintah Indonesia secara signifikan mendukung pengembangan wisata gastronomi sebagai sektor wisata khusus yang dipromosikan secara luas di pasar internasional. Mempromosikan wisata kuliner di Indonesia tidak hanya sekedar menampilkan keragaman masakan tradisional Indonesia, namun yang lebih penting adalah menyampaikan kepada pasar nilai-nilai sosial budaya dibalik masakan itu sendiri.(Wijaya, 2019).

Indonesia adalah surganya pecinta kuliner. Wisata kuliner merupakan kegiatan wisatawan yang mencari kuliner yang unik dan mengesankan. Wisata kuliner bukan sekedar keinginan untuk mencicipi makanan yang lezat, namun yang lebih penting adalah keunikan dan kenangan yang tercipta setelah menikmati makanan tersebut.

Keberagaman iklim dan geografis negara ini menciptakan peluang tak terbatas untuk menciptakan hidangan beraneka ragam yang menggugah selera. Di pesisir-pesisir pantai, ikan laut segar seperti ikan kerapu, ikan tuna, dan ikan kakap merah menjadi bahan utama untuk hidangan laut yang khas. Ikan-ikan ini sering dimasak dengan rempah-rempah dan saus tradisional, menciptakan cita rasa yang kaya dan nikmat. Di sisi lain, ikan air tawar juga memainkan peran penting dalam kuliner Indonesia. Hidangan seperti ikan bakar, ikan goreng, dan ikan pepes adalah contoh hidangan yang menggunakan ikan air tawar sebagai bahan dasar.




Tidak hanya hidangan-hidangan utama, tetapi juga makanan ringan atau jajanan tradisional Indonesia sering menggunakan ikan sebagai bahan dasar. Misalnya, "kerupuk ikan" yang renyah atau "petis" yang merupakan saus fermentasi berbahan dasar udang atau ikan. Selain enak, makanan berbahan dasar ikan ini juga mencerminkan budaya dan warisan kuliner yang kaya di Indonesia. Dengan bumbu-bumbu khas dan cara memasak yang unik, hidangan ikan laut dan air tawar ini menciptakan pengalaman kuliner yang tak terlupakan bagi siapa pun yang menjelajahi ragam kuliner Indonesia.








Ikan merupakan sumber protein yang baik, dan mengandung asam amino esensial yang penting bagi tubuh. (Natsir, 2018)

Protein merupakan nutrisi penting yang sangat dibutuhkan tubuh untuk membangun dan memperbaiki jaringan serta menjaga fungsi tubuh tetap optimal. Mengonsumsi ikan secara rutin dapat membantu Anda memenuhi kebutuhan protein harian dengan lebih seimbang, terutama bagi orang yang tidak banyak mengonsumsi daging. Edukasi ini akan membantu mengatasi masalah kekurangan protein yang banyak terjadi di berbagai masyarakat.

Ikan juga merupakan makanan yang relatif mudah untuk diolah dan dimasak. Pendidikan tentang cara mengolah ikan yang sehat dan lezat dapat membantu individu dan keluarga menambahkan variasi pada makanan mereka. Hal ini juga membantu mengurangi ketergantungan terhadap makanan cepat saji yang cenderung kurang sehat. Secara keseluruhan, mendidik masyarakat tentang konsumsi ikan merupakan langkah penting dalam meningkatkan kesehatan pribadi, melindungi sumber daya laut, dan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pilihan makanan yang lebih seimbang. Berikut jenis jenis ikan di Indonesia yang biasa digunakan sebagai bahan utama makanan Nusantara.

TABEL 1
Jenis-Jenis Ikan Tawar dan laut

No	Gambar	Nama Ikan	Habitat
1.		Gurami	Air Tawar
2.		Patin	Air Tawar
3.		Mas	Air Tawar

4.		Bawal	Air Tawar
5.		Mujair	Air Tawar
6.		Cakalang	Air Laut
7.		Kembung	Air Laut
8.		Kakap merah	Air Laut
9.		Kuwek	Air Laut
10.		Tenggiri	Air Laut

Salah satu ciri khas masakan Indonesia adalah beragamnya bumbu yang digunakan dalam masakannya. Ini memberi makanan aroma yang dalam dan rasa yang kaya. Jahe, kunyit, dan lengkuas sering digunakan untuk memberi rasa pedas dan aroma yang khas. Rempah-rempah digunakan untuk menambahkan rasa yang kaya dan kompleks pada masakan.

Buku merupakan media yang efektif untuk semua kalangan. Buku tidak hanya mampu menyampaikan pesan secara verbal, tetapi juga secara visual dengan baik. (Karimah,2011)

Buku resep dapat dijadikan nilai sejarah yang diperoleh dari kebiasaan makan masyarakat. Resep-resep yang diwariskan masyarakat Indonesia secara turun temurun mencerminkan cara masyarakat Indonesia mengembangkan dan memelihara resep-resep tersebut.

Resep masakan ikan yang ada sangatlah terbatas dibandingkan dengan ayam, bebek, dan daging maka dari ini buku resep 15 makanan khas nusantara berbahan dasar ikan dibuat untuk melengkapi buku yang sudah ada sebelumnya.

B. Tujuan Pembuatan Rancangan Buku Resep

1. Memberikan informasi cara memasak ikan

Buku resep ini mengelompokkan resep-resep menjadi beberapa kelompok sesuai dengan cara memasaknya, sehingga mudah untuk memahami dan menemukan resep yang sesuai dengan cara memasak Anda.

2. Melestarikan resep resep Nusantara

Buku resep ini juga akan membantu Anda melestarikan resep makanan khas Indonesia dari generasi ke generasi.