

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan merupakan kebutuhan pokok manusia. Manusia tidak dapat hidup tanpa makanan karena dari makanan itulah manusia bisa mendapatkan gizi dan energi untuk beraktifitas sehari-hari. Sebelum dikonsumsi, makanan perlu untuk diolah dengan tepat agar dapat bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Produk makanan atau pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari alam, baik yang diolah maupun tidak diolah dan kemudian menjadi sumber konsumsi untuk makhluk hidup (Saparinto & Hidayati, 2010).

Titin & Marwanti (2011, hal. 6), mendefinisikan makanan Indonesia sebagai susunan makanan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran, sambal, sedap-sedapan, dan minuman. Makanan Indonesia memiliki keunikan dimana banyak menggunakan aneka jenis bumbu dan rempah sehingga menghasilkan rasa dan aroma yang kuat. Makanan Indonesia juga biasanya disajikan bersama dengan sambal dan kerupuk sebagai pelengkap.

Untuk buku resep yang akan dibuat, penulis mengganti istilah masakan Indonesia dengan masakan Nusantara. Nusantara sendiri memiliki arti wilayah Indonesia yang terbentang dari Nanggroe Aceh Darussalam sampai Papua (Darmawan, 2017). Nusantara menjadi sebutan untuk wilayah kepulauan yang membentang dari Sumatera sampai Papua yang

dimana pada sekarang ini sebagian besar memang termasuk wilayah Negara Indonesia.

Agnes Murdiati dan Amaliah (2013, hal. 54), menyatakan bahwa bumbu adalah bahan alami atau buatan yang digunakan sebagai penyedap rasa dan penambah kelezatan pada masakan. Cara menggunakan bumbu adalah dengan menambahkan secukupnya pada saat proses pengolahan masakan.

Definisi rempah-rempah menurut Hakim (2015, hal. 1), yang mengutip dari FAO (*Food and Agriculture Organization*), adalah bagian dari tumbuhan yang dimanfaatkan sebagai bumbu, penguat cita rasa, penambah aroma, serta pengawet makanan alami. Penggunaan rempah-rempah dalam seni kuliner telah diketahui secara luas dan bahkan sudah menjadi sebuah kebiasaan di Indonesia. Alasannya adalah karena rempah-rempah banyak memberikan manfaat untuk makanan termasuk salah satunya untuk kesehatan. Astawan (2016, hal. 1), menjelaskan bahwa rempah dapat berasal dari berbagai bagian tanaman yaitu buah, bunga, kulit, batang, umbi, daun, serta rimpang.

Secara umum, rempah-rempah dapat didefinisikan sebagai jenis tumbuhan yang digunakan sebagai perisa atau pengawet alami pada masakan. Rempah-rempah memiliki manfaat untuk menjadi bahan penyedap alami suatu masakan dan untuk memberikan kehangatan bagi tubuh. Karena sifatnya yang aromatik, aroma yang dimiliki rempah-rempah sangat kuat sehingga rempah dijadikan sebagai bumbu masakan agar

makanan menjadi tambah harum, salah satu jenis rempah itu adalah kecombrang.

Menurut Syarif (2016, hal. 104), kecombrang (*Etilingera elatior*) merupakan salah satu jenis tanaman rempah yang asalnya asli dari Indonesia dan termasuk dalam familia Zingiberaceae. Secara tradisional, kecombrang sudah lama dimanfaatkan oleh masyarakat di Indonesia sebagai obat-obatan dan penyedap rasa.

Dalam penelitian “Sirup Kecombrang Josani Aneka Rasa” oleh Saludung (2015, hal. 76), menurut Sanni (2012), saat ini kecombrang merupakan tanaman liar yang memang belum terlalu dikenal oleh masyarakat. Namun, sebenarnya kecombrang merupakan tanaman yang memiliki khasiat, nilai gizi dan manfaat yang sangat baik untuk kesehatan (Tarmizi, 2010). Oleh sebab itu, masih sangat diperlukan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang tanaman kecombrang, agar penggunaan kecombrang bisa meningkat, dan masyarakat bisa merasakan manfaatnya secara langsung.

GAMBAR 1
Kecombrang



Sumber: Saludung (2015, hal. 77)

Menurut Fenita (2011, hal. 37), dalam fungsinya sebagai bahan masak, beberapa bagian dari kecombrang seperti daunnya yang masih muda dan bunganya dapat dimasak sebagai sayur asam. Selain itu, bunga kecombrang juga dapat dijadikan lalapan, pecel, dan sambal kecombrang. Penggunaan kecombrang sebagai bahan masak masih sangat minim, seperti di Bali kecombrang dijadikan sambal, di Pekalongan kecombrang dijadikan urap, di Batak ditambahkan dalam arsik ikan mas. Maka penulis ingin menjadikan kecombrang sebagai bumbu untuk mengolah masakan nusantara agar penggunaan kecombrang sebagai bumbu lokal dapat berkembang dan diminati oleh masyarakat.

Bunga kecombrang merupakan salah satu bagian tanaman kecombrang yang sering dimanfaatkan sebagai obat tradisional karena khasiatnya yang baik untuk kesehatan tubuh. Bunga kecombrang memiliki fungsi kesehatan sebagai antibakteri dan antioksidan, dimana hal tersebut telah diteliti dengan membuat ekstrak bunga kecombrang. Susanto (2012), dalam penelitiannya menjelaskan bahwa kandungan zat antioksidan tersebut terdapat dalam antosianin yang merupakan zat pewarna alami yang dihasilkan dari warna merah pada bunga kecombrang.

Nuraini (2014) menjelaskan bahwa kandungan bioaktif yang terdapat pada bunga kecombrang berupa alkaloid, saponin, tannin, flavonoid, fenolik, triterpenoid, steroid, vitamin, mineral, dan glikosida yang berperan sebagai antimikroba dan antioksidan. Bunga kecombrang memiliki beberapa manfaat kesehatan seperti untuk kebersihan badan karena dapat menghilangkan bau badan, menyembuhkan penyakit kulit,

contohnya campak. Kalium yang terkandung dalam bunga kecombrang bermanfaat untuk memperlancar air seni dan juga dapat mengobati penyakit ginjal. Selain itu, untuk wanita bunga kecombrang juga memiliki beberapa manfaat seperti untuk memperbanyak ASI dan membersihkan darah, dimana hal ini tentunya sangat baik bagi ibu yang sedang menyusui. Untuk beberapa kalangan, kecombrang juga dipercaya dapat bermanfaat sebagai penetral kolesterol. Berikut merupakan kandungan nutrisi yang terdapat dalam 100 gram kecombrang:

TABEL 1
Kandungan Nutrisi Kecombrang

No.	Nutrisi	Unit	Kadar per 100 g
1.	Energi	kcal	34
2.	Karbohidrat	g	4,4
3.	Serat pangan	g	1,2
4.	Lemak	g	1
5.	Kalsium	mg	32
6.	Fosfor	mg	30
7.	Zat besi	mg	4
8.	Potassium	mg	541
9.	Magnesium	mg	27
10.	Protein	g	1,3
11.	Air	g	91

Sumber: Saludung (2015, hal. 77)

Dengan adanya bukti data nutrisi yang diperoleh penulis, dapat disimpulkan bahwa kecombrang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh, Oleh sebab itu, penulis melihat potensi yang dimiliki untuk membuat buku resep masakan Nusantara berbumbu kecombrang. Sesuai dengan tujuan penulis untuk meningkatkan wawasan masyarakat mengenai kecombrang, maka penulis juga ingin berpartisipasi dalam melestarikan rempah-rempah di Indonesia dan menjadikannya sebagai komoditi ekspor. Dengan meningkatkan pemanfaatan rempah-rempah Indonesia khususnya kecombrang, tentunya akan berpengaruh terhadap kesejahteraan hidup para petani yang menanam kecombrang. Pelestarian bumbu dan rempah masakan khas Indonesia juga diharapkan dapat meningkatkan ekspor sehingga perekonomian di Indonesia juga menjadi lebih baik.

Sesuai dengan kebijakan yang dibuat oleh pemerintah dalam memperkuat cadangan devisa, maka penulis ingin berpartisipasi juga untuk meningkatkan devisa negara di bidang pariwisata khususnya kuliner. Kuliner merupakan salah satu destinasi pariwisata yang sangat diminati oleh wisatawan. Hal ini didukung oleh adanya data yang menyatakan bahwa kuliner adalah aspek tertinggi dalam kontribusi peningkatan ekonomi di bidang pariwisata. Berikut adalah tabel data kontribusi terbesar PDB ekonomi kreatif menurut subsektor tahun 2017:

TABEL 2
Data Kontribusi PDB Ekonomi Kreatif Menurut Subsektor

No.	Sektor	Persentase
1	Kuliner	41,69%
2.	Fashion	18,15%
3.	Kriya	15,70%

Sumber: Data Statistik dan Hasil Survei Ekonomi Kreatif (2017)

Melalui tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa kuliner memiliki peran penting bagi peningkatan jumlah wisatawan terhadap destinasi di Indonesia. Sehingga dengan adanya buku resep kreasi masakan Nusantara yang berbumbu lokal akan menarik minat para wisatawan untuk mencoba kuliner baru yang juga berpengaruh pada peningkatan devisa negara dalam bidang pariwisata.

Alasan lain penulis memfokuskan pada bidang kuliner karena kuliner Indonesia masih kalah bersaing dengan kuliner dari negara lain. Hal tersebut dapat disebabkan karena kurangnya publikasi dari masyarakat Indonesia sendiri. Oleh sebab itu diharapkan dengan adanya buku resep ini diharapkan dapat melestarikan makanan Indonesia agar tetap bisa bersaing dengan kuliner negara lain. Selain itu, dikarenakan keberagaman masakan khas Indonesia yang menyebar luas menyebabkan rasa dari masakan tersebut menjadi tidak konsisten atau tidak stabil di setiap daerah.

Berdasarkan beberapa teori yang sudah penulis jabarkan, penulis bertujuan untuk membuat Buku Resep Kreasi 20 Masakan Nusantara Berbumbu Kecombrang, serta memperkenalkan buku resep tersebut kepada masyarakat. Tujuannya adalah agar masakan khas Indonesia bisa bersaing di era modern ini, bisa menambah pengetahuan tentang kecombrang, dan

agar kecombrang bisa semakin diminati oleh masyarakat. Memang resep masakan nusantara sudah banyak tersedia, tetapi penulis mengkreasikannya dengan memanfaatkan bunga kecombrang. Oleh sebab itu, penulis memfokuskan pemanfaatan bunga kecombrang sebagai bumbu masakan Nusantara.

Alasan lain penulis memilih kecombrang adalah karena kecombrang masih belum banyak dikenal oleh kalangan masyarakat. Melalui hasil penyebaran kuisioner yang dilakukan penulis kepada lima belas sampel ibu rumah tangga di daerah Jabodetabek, hasilnya adalah masih dua belas dari lima belas di antara mereka yang belum mengetahui atau memahami betul tentang kecombrang serta manfaatnya bagi kesehatan, sehingga mereka tidak pernah menggunakan kecombrang sebagai bahan masak (dapat dilihat pada Lampiran A). Penulis pada akhirnya menetapkan target pembaca buku resep yaitu masyarakat yang gemar memasak dan masyarakat yang menggemari bidang kuliner, salah satu contohnya adalah ibu rumah tangga.

Sebelum membuat buku resep, penulis juga telah melakukan uji coba organoleptik mengenai tingkat kesukaan dan minat masyarakat terhadap masakan Nusantara berbumbu kecombrang. Uji coba organoleptik dilakukan terhadap 20 orang panelis terlatih. Penulis menentukan 20 panelis terlatih karena penulis hanya menentukan 20 resep masakan Nusantara dalam rancangan buku resep ini. Selain itu, adanya keterbatasan waktu juga mengakibatkan jumlah panelis yang terbatas. Selain itu penulis juga telah mengadakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan tujuan

menambah pengetahuan serta meningkatkan keterampilan memasak dengan menggunakan bumbu kecombrang kepada ibu-ibu CORE WBI Nafiri LW.

Buku Resep Kreasi 20 Masakan Nusantara Berbumbu Kecombrang dipilih menjadi judul buku resep dengan harapan dapat menginspirasi pembaca untuk bisa mengolah dan memanfaatkan kecombrang menjadi bumbu masakan Nusantara. Buku resep ini memberikan informasi mengenai bahan-bahan yang dibutuhkan dan cara mengolah masakan Nusantara berbumbu kecombrang. Dalam buku resep ini, tersedia 20 masakan Nusantara yang berupa makanan utama dengan berbagai bahan dasar seperti nasi, mie, sayur, tahu, tempe, daging sapi, ayam, ikan, udang, dan cumi. Keunikan dari buku resep ini adalah resep-resep masakan Nusantara yang sudah ada sebelumnya telah dikreasikan dengan menambahkan kecombrang sebagai bumbu, sehingga melalui adanya bumbu kecombrang tersebut menjadikan masakan Nusantara lebih harum dan memiliki rasa yang eksotik.

B. Tujuan Pembuatan Rancangan Buku Resep

Tujuan dari pembuatan buku resep sebagai Karya Kompetensi Profesi ini adalah:

1. Menambah pengetahuan masyarakat Indonesia (khususnya para penggemar kuliner) tentang bagaimana mengolah kecombrang menjadi bumbu masakan Nusantara.
2. Memberikan informasi mengenai cara pembuatan masakan Nusantara berbumbu kecombrang.

3. Memberikan informasi mengenai nutrisi beserta manfaat kecombrang untuk kesehatan tubuh.
4. Memberikan kreasi terhadap masakan tradisional Indonesia.
5. Mempopulerkan kecombrang sebagai bahan masak.

