

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia atau yang biasa disebut sebagai Nusantara adalah sebuah negara kepulauan yang secara geografis terletak di posisi yang strategis, yaitu berada di antara Benua Asia dan Benua Australia, serta diapit oleh Samudra Hindia dan Samudra Pasifik. Indonesia memiliki iklim tropis yang terbagi menjadi 2 musim yaitu musim panas dan musim hujan. Iklim di Indonesia sangatlah mendukung untuk pertumbuhan berbagai macam tumbuhan khususnya tumbuhan rempah. Maka dari itu Indonesia memiliki berbagai macam keunikan di sisi kulinernya.

Dalam sejarahnya Indonesia banyak dipengaruhi oleh bangsa lain. Sejak berdirinya Kerajaan Sriwijaya pada abad ke-7 yang berpusat di Palembang, Indonesia menjadi wilayah perdagangan yang penting. Dalam proses perdagangan ini Kerajaan Sriwijaya menjalin hubungan dengan bangsa Tiongkok, India, dan Arab. Lalu sekitar abad ke-16 bangsa Eropa datang untuk memonopoli perdagangan rempah dan menjajah Indonesia untuk mengambil rempah rempah yang ada. (wikipedia, 2020)

Budaya di Indonesia sangatlah beraneka ragam yang ditumpahkan dalam berbagai wujud. Salah satu wujud kebudayaan di Indonesia adalah kuliner khas nusantara. Kuliner Indonesia merupakan salah satu budaya kuliner yang paling kaya di dunia. Ciri khas kuliner Indonesia yaitu memiliki cita rasa rempah yang sangat kuat yang berasal dari kemiri, bawang putih, bawang merah, lengkuas, jahe, kunyit, cabai, dan banyak lainnya serta dikuti dengan berbagai macam teknik dan filosofi disetiap makananya. Bahkan banyak kuliner khas Indonesia yang dinobatkan sebagai makanan terlezat di dunia, seperti rendang, lumpia, sate, dan lainnya.

Indonesia terdiri dari 34 provinsi yang memiliki keunikan dan ciri khas kulinernya masing masing, salah satu provinsi tersebut ialah Daerah Istimewa Yogyakarta atau yang biasa disingkat DIY. Dilansir dari web resmi Kementrian Sekretaris Negera, Daerah Istimewa Yogyakarta adalah salah satu provinsi yang istimewa bagi Indonesia karena DIY adalah sebuah provinsi yang merupakan hasil peleburan dari Negara Kesultanan Yogyakarta dan Negara Kadipaten Paku Alaman. Yang terletak di bagian selatan Pulau Jawa dan berbatasan dengan provinsi Jawa Tengah. (Welianto, 2020)

Daerah Istimewa Yogyakarta yang terkenal dengan kekentalan budayanya, keindahan daerah wisatanya, dan tek lepas dari keistimewaan kulinernya ini dibagi menjadi 5 kabupaten, yaitu Kota Yogyakarta, Kabupaten Sleman, Kabupaten Bantul, Kabupaten Kulon Progo, dan Kabupaten

Gunungkidul. Di dalam 5 kabupaten ini masing masing menyimpan kekayaanya kulinernya masing masing.

Kabupaten Gunungkidul terletak di bagian Tenggara Daerah Istimewa Yogyakarta. Sesuai dengan namanya, Kabupaten Gunungkidul memiliki geografis yang sebagian besar berupa pegunungan kapur yang membentang dibagian selatan Pulau Jawa dan pesisir pantai selatan. Gunungkidul dikenal juga sebagai daerah tandus dan sering mengalami kekeringa pada musim kemarau. Menurut sejarah daerah Gunungkidul merupakan dasar laut di masa lalunya dan menjadi daerah daratan dikarenakan pergerakan tektonik dan pergerakan vulkanik di masa lalu. (Pemerintah Kabupaten Gunungkidul, 2020)

Gunungkidul merupakan salah satu wilayah di Daerah Istimewa Yogyakarta yang memiliki banyak potensi wisata yang tinggi karena memiliki berbagai macam daerah wisata yang indah dan terkenal, seperti pantai, goa, pegunungan, danau, hutan pinus, dan lainnya. Selain daerah wisata yang indah dan terkenal Kabupaten Gunungkidul juga memiliki kekayaan dan keunikan dibidang kulinernya. (Pemerintah Kabupaten Gunungkidul, 2020)

Citarasa kuliner Gunungkidul tidak jauh dengan citarasa kuliner khas DIY yang terkenal dengan rasa manis dan gurih di setiap hidanganya. Didalam kuliner Gunungkidul banyak kuliner yang berbahan dasar singkong, itu terjadi karena banyak sekali tumbuhan singkong didaerah Gunungkidul dan itu disebabkan juga karena jenis tanah di Gunungkidul yang gersang sehingga susah untuk digunakan sebagai wilayah pertanian. Salah satu kuliner Gunungkidul

yang terkenal adalah *Walang Goreng* atau *Belalang Goreng*. Dan masih banyak lagi kuliner Gunungkidul yang memiliki citarasa yang unik dan menarik tetapi belum terekspos atau kurang dikenal oleh masyarakat umum. Maka dari itu kuliner Gunungkidul perlu di eksplorasi, di lestarikan, diperkenalkan agar semua kalangan dapat menikmati kenikmatan kuliner khas Gunungkidul. (Pemerintah Kabupaten Gunungkidul, 2020)

Pada era sekarang ini kuliner di daerah Gunungkidul sudah mulai terkikis dengan kemajuan zaman, contohnya adalah banyaknya tradisi yang mulai ditinggalkan seperti tradisi *Bancakan* yaitu tradisi syukuran yang biasanya dilakukan setelah seorang anak dari sebuah keluarga melakukan khitanan lalu keluarga tersebut melakukan syukuran dengan cara membagikan makanan yang di sebut *Bancakan*, makanan yang dibagikan ialah urap trancam. (Kasman M. G., 2020)

Untuk validitas latar belakang, menu, dan resep penulis menghubungi narasumber melalui sambungan telepon yaitu Mbah Genjul yang merupakan pelestari budaya kuliner daerah Tepus, Gunungkidul, Daerah Istimewa Yogyakarta dan Mbah Kasman yang merupakan pelestari budaya kuliner Kethek Wonosari, Gunungkidul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Kedua narasumber penulis melestarikan budaya kuliner asli daerah Gunungkidul dengan cara tetap menggunakan resep asli turun menurun dari keluarga untuk kegiatan adat atau budaya setempat, seperti *Gunungan* (syukuran hasil panen), *Bancakan* (syukuran

keslamatan), Rasullan (acara pembersihan desa), Ngalangi (syukuran hasil panen).

1.2 Tujuan Penelitian Presentasi Makanan

Dalam pembuatan tugas akhir *food presentation* “Eksplorasi Kuliner Gunungkidul” maka dari itu dibutuhkan tujuan untuk mencapai target yang telah ditetapkan. Berikut adalah tujuan pembuatan tugas akhir ini:

1.2.1 Tujuan Formal

Pembuatan tugas akhir *food presentation* “Eksplorasi Kuliner Gunungkidul” ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mengikuti Ujian Akhir Program Diploma III Jurusan Hospitaliti, Program Studi Manajemen Tata Boga, Sekolah Tinggi Pariwisata NHI Bandung.

1.2.2 Tujuan Operasional

1. Menambah wawasan dan pengetahuan penulis mengenai kuliner khas Gunungkidul.
2. Mengembangkan dan menguji kemampuan penulis dalam mengolah makanan dengan teknik yang telah diajarkan saat proses pembelajaran di Program Studi Manajemen Tata Boga, Sekolah Tinggi Pariwisata NHI Bandung.
3. Memperkenalkan kuliner khas Gunungkidul yang jarang diketahui oleh masyarakat umum untuk meningkatkan minat wisatawan lokal

maupun wisatawan mancanegara untuk merasakan kelezatan dan keunikan kuliner khas Gunungkidul

4. Melestarikan budaya kuliner yang telah dimiliki kabupaten Gunungkidul dari masa lampau agar dapat disandingkan dengan kuliner modern di era sekarang.

1.3 Usulan Makanan

Usulan menu yang ditulis penulis adalah standar resep yang didapatkan dari hasil wawancara narasumber (Genjul, 2020) (Kasman M., 2020) atau dari buku literatur (Mustikarasa, 1967) yang terpercaya. Proses wawancara narasumber dilakukan secara daring (via telepon) dikarenakan pandemi yang sedang terjadi. Penulis akan mengolah resep ini menjadi presentasi makanan penulis. Berikut daftar menu yang akan digunakan :

Walang Goreng

(belalang goreng)

Urap Trancam

(campuran sayur mentah dengan bumbu parutan kelapa)

Oseng Kembang Pepaya

(tumis bunga pepaya)

Jangan Lombok Ijo

(sayur berkuah santan dengan cabai hijau dan tempe)

Sego Abang

(nasi merah)

Tahu Bacem

(tahu goreng yang telah diungkep dengan bumbu bercitarasa manis)

Sambal Bawang

(sambal mentah dari cabai rawit dan bawang putih)

Ayam Goreng Gunungkidul

(ayam kampung unkep bumbu khas Gunungkidul)

Tiwul

(olahan tepung singkong yang dicampur dengan gula aren dan kelapa parut)

1.4 Tinjauan Masakan

1.4.1 Tema Masakan

Tema masakan dalam penyajian tugas akhir *Food Presentation* “Eksplorasi Kuliner Gunungkidul” adalah gaya rijsttafel. Secara harfiah dalam bahasa Belanda “rijst” bermakna nasi sedangkan “tafel” bermakna meja maka jika disatukan “rijsttafel” bermakna hidangan nasi diatas meja. Orang-orang Belanda menggunakan istilah ini untuk menyebut jamuan hidangan Indonesia yang ditata komplet diatas meja makan. (Priyatmoko, 2017)

Sistem penyajian rijsttafel adalah sistem penyajian makanan yang berurutan seperti sistem penyajian gaya eropa dari makanan kudapan, makanan pembuka, sup, makanan utama dan desert, tetapi di sistem penyajian gaya rijsttafel semua urutan makanan itu disajikan secara bersamaan dan makanan yang disajikan adalah makanan khas dari berbagai daerah yang ada di Nusantara. Tujuan utama dari sistem penyajian rijsttafel ini ialah cara penyajian dan kemeriahannya serta sebagai ajang untuk membuat tamu atau kerabat yang menyatap sajian rijsttafel ini merasa terkesan dengan kemeriahannya.

Selain yang disebutkan diatas, keistimewaan penyajian gaya rijsttafel ialah di gaya penyajiannya. Umumnya penyajian gaya rijsttafel disajikan oleh banyak pramusaji berbusana resmi (kebaya untuk pramusaji wanita dan batik atau beskap untuk pramusaji pria) yang beriring iringan menyajikan belasan

hingga puluhan piring dengan berbagai macam kuliner Nusantara secara maraton dan bersifat resmi ke meja dimana para tamu duduk.

Menurut sejarah sajian bergaya rijsttafel ini digunakan dari era Kolonial Belanda, sajian bergaya rijsttafel ini digunakan untuk pesta perjamuan resmi (makan siang ataupun makan malam) yang meriah dan menyajikan kuliner kuliner Nusantara dari berbagai daerah sehingga didalam satu meja terdapat keanekaragaman suku dan ras di Nusantara. Akan tetapi setelah perang kemerdekaan Indonesia pada tahun 1945, segala tradisi peninggalan era Kolonial Belanda mulai ditinggalkan termasuk budaya rijsttafel ini. Itu semua terjadi karena munculnya gerakan nasionalisme yang menganggap bahwa semua budaya dan tradisi peninggalan era Kolonial Belanda dianggap mengeksploitasi rakyat Nusantara. (Merdeka.com, 2015)

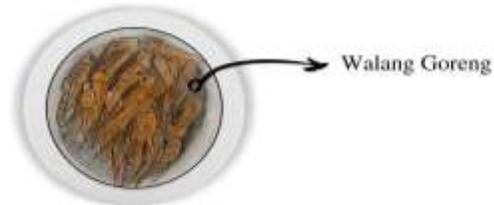
Di era modern seperti sekarang tinggal beberapa restoran / rumah makan yang menggunakan penyajian bergaya rijsttafel ini. Contoh rumah makan yang masih menggunakan gaya rijsttafel ini ialah Rumah Makan Padang, dimana masakan yang tersedia dibawa secara iring iringan ke meja tamu dan tamu yang datang memilih makanan yang diinginkan secara bebas.

1.4.2 Jenis Produk

1. Walang Goreng

Gambar 1

Sketsa Walang Goreng



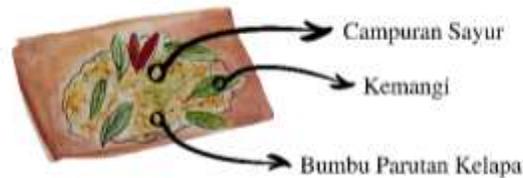
Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

Walang Goreng atau Belalang Goreng adalah cemilan khas Gunungkidul dengan ciri khas rasa yang gurih. Makanan ini sangat mudah ditemui di daerah Gunungkidul karena banyaknya populasi belalang di Gunungkidul. Ini terjadi karena banyaknya hutan dan padang rumput di daerah Gunungkidul. Jadi makanan ini adalah wujud pemanfaatan sumber daya alam daerah Gunungkidul oleh masyarakat sekitar. (Kasman M. G., 2020)

2. Urap Trancam

Gambar 2

Sketsa Urap Trancam



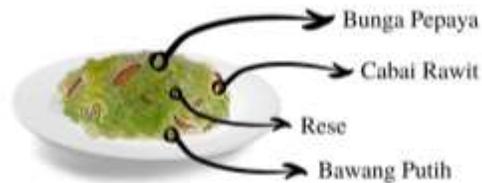
Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

Urap Trancam adalah olahan sayur mentah dari Gunungkidul yang di beri bumbu parutan kelapa. Masakan ini terdiri dari kol, kacang panjang, timun, toge, kemangi dan diberi bumbu parutan kelapa yang dimasak dengan bumbu merah dan gula aren. Dominan rasa dari masakan ini adalah segar, manis, gurih dan sedikit pedas. Urap Trancam ini adalah kuliner wajib yang ada di acara syukuran, khususnya acara syukuran khitanan. Jadi biasanya keluarga yang anaknya usai menjalani prosesi khitanan mereka akan merayakan syukuran yang disebut “bancakan” ini adalah acara berbagi makanan ke tetangga tetangga sekitar untuk mengucap rasa syukur setelah anaknya melalui prosesi khitanan dan di dalam acara “bancakan” ini makanan utama yang disajikan ialah Urap Trancam nasi putih dan telur rebus, dan menurut kepercayaan setempat memakan makanan bancakan akan membawa berkah untuk mereka. (Kasman M. G., 2020)

3. Oseng Kembang Pepaya

Gambar 3

Sketsa Oseng Kembang Pepaya



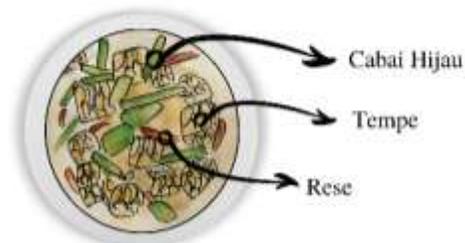
Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

Oseng Kembang Papaya atau Tumis Bunga Pepaya adalah makanan Gunungkidul yang terdiri dari bunga papaya, *rese* (ikan teri kecil) dan ditumis menggunakan irisan bawang merah, bawang putih, cabai serta lengkuas. Rasa yang dominan ialah rasa yang gurih dengan rasa pait yang tipis dan asin nikmat dari *rese*. Makanan ini biasa disajikan sebagai pelengkap bersama dengan Sego Abang. (Kasman M. G., 2020)

4. Jangan Lombok Ijo

Gambar 4

Sketsa Jangan Lombok Ijo



Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

Jangan Lombok Ijo atau Sayur Cabai Hijau adalah makanan asli Gunungkidul yang berupa sayur berkuah santan dengan kondimen utama tempe *semangit* (tempe setengah busuk) an cabai hijau besar. Rasa utama yang timbul adalah rasa gurih dari kuah santan dan rasa unik dari tempe *semangit*. Jangan Lombok Ijo sendiri adalah salah satu makanan pelengkap bagi dish Sego Abang. (Kasman M. G., 2020)

5. Sego Abang

Gambar 5

Sketsa Sego Abang



Sumber : Data Olahan penulis, 2020.

Sego Abang adalah makanan yang terdiri dari Nasi Merah, Tahu Bacem, Sambal Bawang, dan Oseng Kembang Pepaya/ Jangan Lmbok Ijo. Makanan ini termasuk sebagai makanan utama khas dari gunung kidul. Cita rasa yang ada di Sego Abang ini sangat kompleks, rasa gurih dari Nasi Merah, rasa pedas dari Sambal Bawang, rasa manis dari Tahu Bacem, dan rasa gurih dari sayurinya. Sego Abang Gunungkidul beda dari beras merah yang ada di Indonesia, karena

beras merah Gunungkidul berasal dari padi tadah hujan (menampung hujan) yang sesuai dengan daerah geografis di Gunungkidul yang memiliki tanah tandus berbatu dan curah hujan yang rendah. Dari sebagian padi tadah hujan di Gunungkidul terdapat beberapa yang menghasilkan beras berwarna merah, dan jika dimasak beras ini akan menjamadi nasi yang tidak lembek dan gurih. (Kasman M. G., 2020)

6. Tahu Bacem

Gambar 6

Sketsa Tahu Bacem



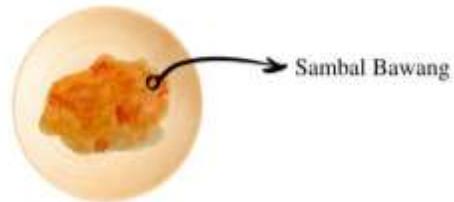
Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

Tahu Bacem adalah makanan pelengkap khas Gunungkidul yang biasa melengkapi hidangan Sego Abang. Tahu Bacem adalah tahu putih yang di unkep menggunakan bumbu putih yang dicampur dengan gula aren setelah bumbunya meresap tahu yang telah di unkep (di bacem) akan di goreng. Tahu Bacem memiliki rasa yang manis gurih, dan sangat cocok jika disandingkan dengan Sego Abang yang memiliki cita rasa gurih. (Kasman M. G., 2020)

7. Sambal Bawang

Gambar 7

Sketsa Sambal Bawang



Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

Sambal Bawang ialah sambal mentah yang berasal dari uleg-an cabai rawit dan bawang putih mentah yang di *finishing* menggunakan minyak yang dihangatkan. Sambal Bawang ini biasanya digunakan untuk melengkapi sajian Sego Abang. Citarasa Sambal Bawang khas sekali dengan rasa yang sangat pedas karena bahan bahanya mentah. Sambal ini sangatlah pas jika digabungkan dengan semua kondimen yang ada dalam sajian Sego Abang. (Kasman M. G., 2020)

8. Ayam Goreng Gunungkidul

Gambar 8

Sketsa Ayam Goreng Gunungkidul



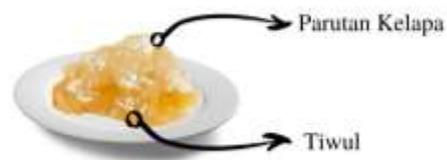
Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

Ayam Goreng Gunungkidul ialah ayam goreng yang diungkep dengan bumbu bacem. Yang spesial dari Ayam Goreng Gunungkidul khas Gunungkidul ini yaitu tidak dibacem menggunakan gula aren melainkan menggunakan gula batu, ayam yang digunakan pun ayam kampung, selain itu warna dari ayam bacem ini tidak kecoklatan seperti ayam bacem seperti biasanya tapi berwarna kuning gelap keemasan karena penggunaan gula batu. Citarasa dari makanan ini lebih ke gurih dan sedikit manis. (Kasman M. G., 2020)

9. Tiwul

Gambar 9

Sketsa Tiwul



Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

Tiwul adalah makanan khas Gunungkidul yang bisa disajikan menjadi sajian asin atau yang biasanya dijadikan nasi tiwul maupun bisa disajikan sebagai makanan penutup. Tiwul terbuat dari singkong kering yang ditumbuk menjadi tepung atau biasa disebut sebagai tepung gaplek. Tepung gaplek ini dicampur dengan gula aren, kelapa, dan sedikit air kemudian dikukus didalam daun pisang. Biasanya Tiwul disajikan dengan parutan kelapa di atasnya. Rasa dari Tiwul

sendiri ialah manis dan gurih. Tiwul sejatinya adalah makanan pengganti nasi bagi masyarakat Gunungkidul pada masa penjajahan Jepang, ini terjadi karena mahalnya harga beras pada saat masa penjajahan Jepang dan masyarakat Gunungkidul tidak memiliki ekonomi yang menunjang untuk membeli beras, maka dari itu masyarakat Gunungkidul memanfaatkan singkong yang banyak dan mudah tumbuh di daerah Gunungkidul sebagai karbohidrat pengganti nasi. (Kasman M. G., 2020)

1.4.3 Usulan Resep

Standar resep adalah satu set intruksi yang menjelaskan cara yang spesifik dalam menyiapkan masakan tertentu dengan menggunakan alat tertentu dan di hidngkan sesuai selera tertentu (Tri, 2020). Standar resep berfungsi sebagai pengawasan standar kualitas makanan yang dibuat, menghitung *cost* pada setiap makanan yang dibuat, dan untuk membuat list table pembelian bahan. Standar resep juga harus dibuat semudah mungkin untuk dipahami agar semua orang dapat mengerti dan mudah menjalankan intruksi didalamnya. Berikut adalah standar resep yang penulis tulis berdasarkan narasumber dan literatur yang bisa dipercaya.

TABEL 1
WALANG GORENG

Halaman : 1 dari 1 Jumlah Porsi : 5 porsi
 Tanggal : September 2020 Ukuran/Porsi : 30 gr
 Lokasi : Gunungkidul Suhu Penyajian : Panas

No.	Metode	Jumlah	Unit	Bahan	Keterangan
1	Persiapan	150	Gr	Belalang	Bersihkan
		30	Gr	Bawang putih	Haluskan
		10	Gr	Cabai rawit	Haluskan
		1	Gr	Garam	Haluskan
		0,2	Gr	Gula	Haluskan
		300	MI	Minyak goreng	
2	Hasil				
3	Marinasi	150	Gr	Belalang	Campur bumbu yang sudah dihaluskan dengan belalang. 15 menit.
		30	Gr	Bawang putih	
		10	Gr	Cabai rawit	
		1	Gr	Garam	
		0,2	Gr	Gula	
4	Goreng	300	MI	Minyak goreng	Goreng hingga warnanya kecoklatan.
				Belalang	
5	Sajikan				

Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

TABEL 2
URAP TRANCAM

Halaman : 1 dari 1 Jumlah Porsi : 5 porsi
 Tanggal : September 2020 Ukuran/Porsi : 90 gr
 Lokasi : Gunungkidul Suhu Penyajian : Dingin

No.	Metode	Jumlah	Unit	Bahan	Keterangan
1	Persiapan	130	Gr	Kacang panjang	Iris tipis
		85	Gr	Timun	Iris tipis
		80	Gr	Kubis	Iris tipis
		40	Gr	Tauge	
		10	Gr	Petai cina	Pisahkan isi
		10	Gr	Daun kenikir	Petik
		15	Gr	Daun kemangi	Petik
		15	Gr	Bawang putih	Haluskan
		10	Gr	Cabai merah	Haluskan
		1	Gr	Cabai rawit	Haluskan
		0,3	Gr	Kencur	Haluskan
		0,5	Gr	Daun jeruk	Haluskan
		1	Gr	Terasi	Haluskan
		10	Gr	Gula aren	Haluskan
	40	Gr	Kelapa muda	Parut	
	Bumbu kelapa	3	Gr	Garam	
2	Hasil				
3	Campurkan	130	Gr	Kacang panjang	Campurkan semua bahan dengan bumbu kelapa, aduk sampai rata.
		85	Gr	Timun	
		80	Gr	Kubis	
		40	Gr	Tauge	
		10	Gr	Petai cina	
		10	Gr	Daun kenikir	
		15	Gr	Daun kemangi	
	Bumbu kelapa				
4	Sajikan				

Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

OSENG KEMBANG PEPAYA

Halaman : 2 dari 2 Jumlah Porsi : 5 porsi
 Tanggal : September 2020 Ukuran/Porsi : 90 gr
 Lokasi : Gunungkidul Suhu Penyajian : Panas

No.	Metode	Jumlah	Unit	Bahan	Keterangan
4	Tumis	20	Gr	Teri medan	Tumis sampai wangi.
		5	Gr	Lengkuas	
		0,1	Gr	Daun salam	
		70	Gr	Bawang merah	
		30	Gr	Bawang putih	
		8	Gr	Cabai rawit	
		20	MI	Minyak goreng	
5	Tambahkan	320	Gr	Rebusan bunga papaya	Tambahkan bunga papaya kemudian seasoning dan aduk rata.
		10	Gr	Gula aren	
		4	Gr	Garam	
6	Sajikan				

Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

JANGAN LOMBOK IJO

Halaman : 2 dari 2 Jumlah Porsi : 5 porsi
 Tanggal : September 2020 Ukuran/Porsi : 100 gr
 Lokasi : Gunungkidul Suhu Penyajian : Panas

No.	Metode	Jumlah	Unit	Bahan	Keterangan
4	Tambahkan	230 15 15	ml Gr Gr	Santan Tempe semangit Rese	Lalu masak sampai mendidih dengan api sedang sambil diaduk agar santan tidak pecah.
5	Masukan	230	Gr	tempe	Lalu masak sekitar 20 menit sampai tempe agak melunak supaya rasanya meresap.
6	Sajikan				

Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

TABEL 5
SEGO ABANG

Halaman : 1 dari 1 Jumlah Porsi : 5 porsi
 Tanggal : September 2020 Ukuran/Porsi : 150 gr
 Lokasi : Gunungkidul Suhu Penyajian : Panas

No.	Metode	Jumlah	Unit	Bahan	Keterangan
1	Persiapan	450 480 0,2	Gr Ml Gr	Beras merah Air Daun pandan	
2	Hasil				
3	Cuci	450	Gr	Beras merah	Cuci beras merah sampai bersih.
4	Kukus	450 480 0,2	Gr Ml Gr	Beras merah Air Daun pandan	Kukus nasi merah sampai matang. Kemudian aduk agar lebih pulen.
5	Sajikan				

Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

TABEL 9**TIWUL**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: September 2020	Ukuran/Porsi	: 80 gr
Lokasi	: Gunungkidul	Suhu Penyajian	: Hangat

No.	Metode	Jumlah	Unit	Bahan	Keterangan
1	Persiapan	220 70 70 50 1 0,2 20	Gr Gr Ml Gr Gr Gr Gr	Tepung gablek Gula aren Air Kelapa parut Garam Daun pandan Daun pisang	Sisir halus
2	Hasil				
3	Campur	220 70 70 1	Gr Gr Ml Gr	Tepung gablek Gula aren Air Garam	Aduk sampe rata dan bertekstur seperti pasir basah. (adonan tiwul)
4	Bungkus	0,2 20	Gr Gr	Daun pandan Daun pisang	Bungkus adonan tiwul dan daun pandan dengan daun pisang.
5	Kukus	50	Gr Gr	Tiwul Kelapa parut	Kukus tiwul dan kelapa parut sekitar 15 menit.
6	Sajikan		Gr Gr	Tiwul Parutan kelapa	Sajikan tiwul dengan parutan kelapa.

Sumber : Data Olahan Penulis, 2020.

1.4.4 Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price

Dari standar resep yang sudah penulis tulis diatas, penulis akan menghitung biaya pokok (*food cost*) yang diperlukan untuk mengetahui pembiayaan menu. Menurut Mulyadi, 2015 ,” Harga pokok produksi adalah semua biaya yang dikeluarkan untuk memproduksi suatu barang atau jasa selama periode bersangkutan.”. Menurut Raiborn dan Kinney, 2011 “Total produksi biaya barang-barang yang telah selesai dikerjakan dan ditransfer ke dalam persediaan barang jadi selama sebuah periode”. (kumpulanpengertian.com, 2020)

Recipe Costing adalah penghitungan pengeluaran / *cost* dari setiap bahan yang digunakan dalam satu standar resep. *Dish costing* adalah penghitungan pengeluaran / *cost* dari setiap bahan yang digunakan untuk menghasilkan 1 porsi resep. Kegunaan setiap juru masak membua *recipe costing* dan *dish costing* adalah untuk mengetahui atau menghitung pengeluaran dalam setiap makanan, memperkirakan dan menghitung pendapatan yang akan didapatkan, dan juga untuk menentukan *selling price* terhadap sebuah makanan.

$$\text{Recipe Costing} = \text{Issued Ingridient} \times \text{Price}$$

$$\text{Dish Costing} = \frac{\text{Recipe Costing}}{\text{Amount of Portion}}$$

Sumber : (Adi, 2006)

Selling price adalah harga jual yang sudah ditetapkan berdasarkan *recipe costing* dan *dish costing* yang sudah dihitung oleh seorang juru masak. Penentuan *selling price* bisa berdasarkan pada perhitungan dan penentuan *cost* di setiap makanannya, berdasarkan harga pembandingan dari produk yang sejenis, berdasarkan keinginan owner. Menurut Kotler dan Armstrong (2010:314) bahwa, ” Harga adalah sejumlah uang yang dibebankan atas suatu produk atau jasa atau jumlah dari nilai yang ditukar konsumen atas manfaat-manfaat karena memiliki atau menggunakan produk atau jasa tersebut”.

$$Selling Price = \frac{100}{Food Cost} \times Dish Costing$$

Sumber : (Adi, 2006)

Dan berikut adalah hasil penghitungan *recipe cost*, *dish cost*, dan *selling price* yang sudah dihitung oleh penulis berdasarkan standar resep yang ada :

TABEL 10
FOOD COST & SELLING PRICE
WALANG GORENG

Jumlah	Satuan	Bahan	Harga / kg	Harga Total
150	Gr	Belalang	Rp 150.000	Rp 22.500
30	Gr	Bawang Putih	Rp 28.000	Rp 840
10	Gr	Cabai Rawit	Rp 24.000	Rp 240
1	Gr	Garam	Rp 18.000	Rp 18

Lanjutan Tabel 11				
0,2	Gr	Gula	Rp 14.000	Rp 3
300	ml	Minyak Goreng	Rp 23.000	Rp 6.900
FOOD COST 35%		Recipe Cost for 5 Portions		Rp 30.501
		Dish Cost per Portion		Rp 6.100
		Selling Price per Portion		Rp 17.429

Sumber : data olahan penulis, 2020.

TABEL 11
FOOD COST & SELLING PRICE
URAP TRANCAM

Jumlah	Satuan	Bahan	Harga / kg	Harga Total
130	Gr	Kacang panjang	Rp 10.000	Rp 1.300
85	Gr	Timun	Rp 10.000	Rp 850
80	Gr	Kubis	Rp 11.000	Rp 880
40	Gr	Tauge	Rp 12.000	Rp 480
10	Gr	Petai cina	Rp 40.000	Rp 400
10	Gr	Daun Kenikir	Rp 52.000	Rp 520
15	Gr	Daun Kemangi	Rp 40.000	Rp 600
15	Gr	Bawang putih	Rp 28.000	Rp 420
10	Gr	Cabai merah	Rp 50.000	Rp 500
1	Gr	Cabai rawit	Rp 24.000	Rp 24
0,3	Gr	Kencur	Rp 38.000	Rp 11
0,5	Gr	Daun jeruk	Rp 40.000	Rp 20
1	Gr	Terasi	Rp 88.000	Rp 88
10	Gr	Gula aren	Rp 30.000	Rp 300
40	Gr	Kelapa muda	Rp 40.000	Rp 1.600
3	Gr	Garam	Rp 18.000	Rp 54
FOOD COST 35%		Recipe Cost for 5 Portions		Rp 8.047
		Dish Cost per Portion		Rp 1.609
		Selling Price per Portion		Rp 4.599

Sumber : data olahan penulis, 2020.

TABEL 12
FOOD COST & SELLING PRICE
OSENG KEMBANG PEPAYA

Jumlah	Satuan	Bahan	Harga / kg	Harga Total
320	Gr	Bunga pepaya kuncup	Rp 54.000	Rp 17.280
10	Gr	Asam jawa	Rp 40.000	Rp 400
20	Gr	Teri medan	Rp 85.000	Rp 1.700
5	Gr	Lengkuas	Rp 25.000	Rp 125
0,1	Gr	Daun salam	Rp 25.000	Rp 3
70	Gr	Bawang merah	Rp 40.000	Rp 2.800
30	Gr	Bawang putih	Rp 28.000	Rp 840
8	Gr	Cabai rawit	Rp 24.000	Rp 192
20	MI	Minyak goreng	Rp 23.000	Rp 460
10	Gr	Gula aren	Rp 30.000	Rp 300
10	Gr	Garam	Rp 18.000	Rp 180
500	MI	Air	Rp -	Rp -
FOOD COST 35%		<i>Recipe Cost for 5 Portions</i>		Rp 24.280
		<i>Dish Cost per Portion</i>		Rp 4.856
		<i>Selling Price per Portion</i>		Rp 13.874

Sumber : data olahan penulis, 2020.

TABEL 13
FOOD COST & SELLING PRICE
JANGAN LOMBOK IJO

Jumlah	Satuan	Bahan	Harga / kg	Harga Total
300	Gr	Tempe	Rp 21.000	Rp 4.830
60	Gr	Bawang merah	Rp 40.000	Rp 2.800
30	Gr	Bawang putih	Rp 28.000	Rp 840
70	Gr	Cabai hijau	Rp 25.500	Rp 1.785
5	Gr	Kencur	Rp 38.000	Rp 190

Lanjutan Tabel 14					
5	Gr	Sunti	Rp	25.000	Rp 125
0,2	Gr	Salam	Rp	25.000	Rp 5
10	Gr	Lengkuas	Rp	25.000	Rp 250
300	ml	Santan	Rp	33.000	Rp 9.900
15	Gr	Tempe Semangit	Rp	21.000	Rp 315
15	Gr	Rese	Rp	200.000	Rp 3.000
50	ml	Minyak goreng	Rp	23.000	Rp 1.150
3	Gr	Garam	Rp	18.000	Rp 54
0,2	Gr	Gula	Rp	14.000	Rp 3
FOOD COST 35%		Recipe Cost for 5 Portions			Rp 25.247
		Dish Cost per Portion			Rp 5.049
		Selling Price per Portion			Rp 14.427

Sumber : data olahan penulis, 2020.

TABEL 14
FOOD COST & SELLING PRICE
SEGO ABANG

Jumlah	Satuan	Bahan	Harga / kg	Harga Total	
450	Gr	Beras merah	Rp 26.000	Rp 11.700	
480	ml	Air	Rp -	Rp -	
0,2	Gr	Daun pandan	Rp 95.000	Rp 19	
FOOD COST 35%		Recipe Cost for 5 Portions			Rp 11.719
		Dish Cost per Portion			Rp 2.344
		Selling Price per Portion			Rp 6.697

Sumber : data olahan penulis, 2020.

TABEL 15
FOOD COST & SELLING PRICE
TAHU BACEM

Jumlah	Satuan	Bahan	Harga / kg	Harga Total
300	Gr	Tahu putih	Rp 16.000	Rp 4.800
70	Gr	Bawang merah	Rp 40.000	Rp 2.800
30	Gr	Bawang putih	Rp 28.000	Rp 840
10	Gr	Ketumbar	Rp 40.000	Rp 400
150	Gr	Gula aren	Rp 30.000	Rp 4.500
0,5	Gr	Daun salam	Rp 25.000	Rp 13
10	Gr	Lengkuas	Rp 25.000	Rp 250
7	Gr	Garam	Rp 18.000	Rp 126
500	MI	Air	Rp -	Rp -
FOOD COST 35%		Recipe Cost for 5 Portions		Rp 13.729
		Dish Cost per Portion		Rp 2.746
		Selling Price per Portion		Rp 7.845

Sumber : data olahan penulis, 2020.

TABEL 16
FOOD COST & SELLING PRICE
SAMBAL BAWANG

Jumlah	Satuan	Bahan	Harga / kg	Harga Total
20	Gr	Bawang putih	Rp 28.000	Rp 560
70	Gr	Cabai rawit	Rp 24.000	Rp 1.680
10	MI	Minyak goreng	Rp 23.000	Rp 230
1	Gr	Garam	Rp 18.000	Rp 18
0,2	Gr	Gula	Rp 14.000	Rp 3
FOOD COST 35%		Recipe Cost for 5 Portions		Rp 2.491
		Dish Cost per Portion		Rp 498
		Selling Price per Portion		Rp 1.423

Sumber : data olahan penulis, 2020.

TABEL 17
FOOD COST & SELLING PRICE
AYAM GORENG GUNUNGKIDUL

Jumlah	Satuan	Bahan	Harga / kg	Harga Total
1000	Gr	Ayam Kampung	Rp 59.000	Rp 59.000
180	Gr	Bawang merah	Rp 40.000	Rp 7.200
70	Gr	Bawang putih	Rp 28.000	Rp 1.960
10	Gr	Ketumbar	Rp 40.000	Rp 400
300	Gr	Gula batu	Rp 30.000	Rp 9.000
0,5	Gr	Daun salam	Rp 25.000	Rp 13
20	Gr	Lengkuas	Rp 25.000	Rp 500
10	Gr	Garam	Rp 18.000	Rp 180
1200	Ml	Air	Rp -	Rp -
500	Ml	Minyak Goreng	Rp 23.000	Rp 11.500
FOOD COST 35%		<i>Recipe Cost for 5 Portions</i>		Rp 89.753
		<i>Dish Cost per Portion</i>		Rp 17.951
		<i>Selling Price per Portion</i>		Rp 51.287

Sumber : data olahan penulis, 2020.

TABEL 18
FOOD COST & SELLING PRICE
TIWUL

Jumlah	Satuan	Bahan	Harga / kg	Harga Total
280	Gr	Tepung gaplek	Rp 30.000	Rp 6.600
50	Gr	Gula aren	Rp 30.000	Rp 1.500
70	ml	Air	Rp -	Rp -
50	Gr	Kelapa parut	Rp 9.000	Rp 450
1	Gr	Garam	Rp 18.000	Rp 18
0,2	Gr	Daun pandan	Rp 95.000	Rp 19
20	Gr	Daun pisang	Rp 14.000	Rp 280
FOOD COST 35%		<i>Recipe Cost for 5 Portions</i>		Rp 8.867
		<i>Dish Cost per Portion</i>		Rp 1.773
		<i>Selling Price per Portion</i>		Rp 5.067

Sumber : data olahan penulis, 2020.

1.4.5 Tabel Daftar Nilai Nutrisi

Nutrisi ini berbeda dengan makanan, makanan merupakan segala sesuatu yang kita makan sedangkan untuk nutrisi ialah apa yang terkandung di dalam makanan tersebut (Uri, 2008). Jadi nutrisi adalah kandungan gizi yang terkandung dterkandung dari sebuah makanan yang bisa dijadikan sebagai acuan pengukur kualitas dari sebuah makanan. Nutrisi juga memiliki andil yang penting untuk menjaga kesehatan organ tubuh, mengatur pertumbuhan dan perkembangan tubuh, menghasilkan tenaga dalam tubuh, dan mennsuplai kandungan yang dibutuhkan oleh tubuh. Disini penulis menghitung kandungan nutrisi dalam sebuah

makanan dengan menggunakan aplikasi *fatsecret.co.id*, berikut adalah kandungan nutrisi yang ada pada menu penulis.

TABEL 19
KANDUNGAN GIZI
WALANG GORENG

Bahan	Gr/MI	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (gr)	Gula (gr)
Belalang	150	105,9	0,0	9,0	30,0	0,0	0,0
Bawang Putih	30	16,0	0,4	0,1	0,8	1,0	0,1
Cabai Rawit	10	6,0	1,5	0,5	0,3	1,0	0,3
Garam	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0
Gula	0,2	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2
Total		128,5	1,9	9,5	31,1	2,4	0,6
Total per Porsi		25,7	0,4	1,9	6,2	0,5	0,1

Sumber : *fatsecret.co.id*, 2020.

TABEL 20
KANDUNGAN GIZI
URAP TRANCAM

Bahan	Gr/MI	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (gr)	Gula (gr)
Kacang panjang	130	40,3	9,3	0,2	2,4	0,0	1,8
Timun	85	12,8	3,1	0,1	0,6	1,7	1,4
Kubis	80	19,2	4,5	0,1	1,2	0,0	2,9
Tauge	40	11,6	1,9	0,2	1,4	0,0	0,7
Petai cina	10	9,1	1,7	0,0	0,7	0,0	0,2
Daun Kenikir	10	4,0	0,7	0,0	0,4	0,0	0,0
Daun Kemangi	15	4,1	0,7	0,1	0,4	0,0	0,0
Bawang putih	15	22,4	5,0	0,1	1,0	0,0	0,2
Cabai merah	10	31,8	5,7	1,7	1,2	0,0	1,0
Cabai rawit	1	3,2	0,6	0,2	0,1	0,0	0,1
Kencur	0,3	1,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0

Lanjutan Tabel 20							
Terasi	1	1,6	0,1	0,0	0,2	0,0	0,0
Gula aren	10	37,7	9,7	0,0	0,0	0,0	9,6
Kelapa muda	40	141,6	6,1	13,4	1,3	0,0	2,5
Garam	3	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
Total		340,2	49,0	16,1	10,8	2,9	20,5
Total per Porsi		68,0	9,8	3,2	2,2	0,6	4,1

Sumber : *fatsecret.co.id*, 2020

TABEL 21
KANDUNGAN GIZI
OSENG KEMBANG PEPAYA

Bahan	Gr/MI	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (gr)	Gula (gr)
Bunga pepaya kuncup	320	134,4	28,1	1,5	5,3	0,0	14,4
Asam jawa	10	23,9	6,3	0,1	0,3	0,0	5,7
Teri medan	20	42,0	0,0	1,9	5,8	0,7	0,0
Lengkuas	5	3,6	0,8	0,1	0,1	0,0	0,0
Bawang merah	70	29,4	7,1	0,1	0,6	0,0	3,0
Bawang putih	30	44,7	9,9	0,2	1,9	0,1	0,3
Cabai rawit	8	25,4	4,5	1,4	1,0	0,0	0,8
Minyak goreng	20	160,0	0,0	18,0	0,0	0,0	0,0
Gula aren	10	37,7	9,7	0,0	0,0	0,0	9,6
Garam	10	0,0	0,0	0,0	0,0	3,9	0,0
Total		501,1	66,4	23,1	15,0	4,7	33,9
Total per Porsi		100,2	13,3	4,6	3,0	0,9	6,8

Sumber : *fatsecret.co.id*, 2020

TABEL 22
KANDUNGAN GIZI
JANGAN LOMBOK IJO

Bahan	Gr/MI	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (gr)	Gula (gr)
Tempe	230	443,9	21,6	24,8	42,6	0,0	0,0
Bawang merah	70	29,4	7,1	0,1	0,6	0,0	3,0
Bawang putih	30	44,7	9,9	0,2	1,9	0,0	0,3
Cabai hijau	70	222,6	39,6	12,1	8,4	0,0	7,2
Kencur	5	16,6	3,6	0,1	0,3	0,0	0,0
Lengkuas	10	7,1	1,5	0,1	0,1	0,0	0,0
Santan	300	690,0	16,6	71,5	6,9	0,0	10,0
Tempe Semangit	15	29,0	1,4	1,6	2,8	0,0	0,0
Rese	15	31,5	0,0	1,5	4,3	0,5	0,0
Minyak goreng	50	400,0	0,0	45,0	0,0	0,0	0,0
Garam	3	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
Gula	0,2	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2
Total		1931,9	105,0	157,0	68,3	1,8	20,7
Total per Porsi		386,4	21,0	31,4	13,7	0,4	4,1

Sumber : *fatsecret.co.id*, 2020

TABEL 23
KANDUNGAN GIZI
SEGO ABANG

Bahan	Gr/MI	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (gr)	Gula (gr)
Beras merah	450	504,0	105,8	3,7	10,4	0,0	0,0
Total		504,0	105,8	3,7	10,4	0,0	0,0
Total per Porsi		100,8	21,2	0,7	2,1	0,0	0,0

Sumber : *fatsecret.co.id*, 2020

TABEL 24
KANDUNGAN GIZI
TAHU BACEM

Bahan	Gr/Ml	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (gr)	Gula (gr)
Tahu putih	300	234,0	6,3	14,9	23,9	0,0	1,3
Bawang merah	70	29,4	7,1	0,1	0,6	0,0	3,0
Bawang putih	30	44,7	9,9	0,2	1,9	0,0	0,3
Ketumbar	10	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Gula aren	150	565,5	146,0	0,0	0,0	0,0	144,3
Lengkuas	10	7,1	1,5	0,1	0,1	0,0	0,0
Garam	7	0,0	0,0	0,0	0,0	2,7	0,0
Total		880,7	170,8	15,2	26,6	2,7	148,9
Total per Porsi		176,1	34,2	3,0	5,3	0,5	29,8

Sumber : *fatsecret.co.id*, 2020

TABEL 25
KANDUNGAN GIZI
SAMBAL BAWANG

Bahan	Gr/Ml	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (gr)	Gula (gr)
Bawang putih	20	29,8	6,6	0,1	1,3	0,0	0,2
Cabai rawit	70	222,6	39,6	12,1	8,4	0,0	7,2
Minyak goreng	10	80,0	0,0	9,0	0,0	0,0	0,0
Garam	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0
Gula	0,2	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2
Total		333,0	46,3	21,2	9,7	0,4	7,6
Total per Porsi		66,6	9,3	4,2	1,9	0,1	1,5

Sumber : *fatsecret.co.id*, 2020

TABEL 26
KANDUNGAN GIZI
AYAM GORENG GUNUNGKIDUL

Bahan	Gr/Ml	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (gr)	Gula (gr)
Ayam Kampung	1000	780,0	21,0	49,5	79,7	0,1	4,3
Bawang merah	180	75,6	18,2	0,1	1,7	0,0	7,7
Bawang putih	70	104,3	23,1	0,4	4,5	0,0	0,7
Ketumbar	10	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Gula batu	300	1131,0	292,0	0,0	0,0	0,0	288,6
Lengkuas	20	14,2	3,0	0,2	0,2	0,0	0,0
Garam	10	0,0	0,0	0,0	0,0	3,9	0,0
Total		2105,1	357,3	50,2	86,0	4,0	301,3
Total per Porsi		421,0	71,5	10,0	17,2	0,8	60,3

Sumber : *fatsecret.co.id*, 2020

TABEL 27
KANDUNGAN GIZI
TIWUL

Bahan	Gr/Ml	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (gr)	Gula (gr)
Tepung gaplek	220	380,6	182,8	0,9	5,3	0,5	3,7
Gula aren	70	263,9	68,1	0,0	0,0	0,0	67,3
Kelapa parut	50	177,0	7,6	16,7	1,7	0,0	3,1
Garam	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0
Total		821,5	258,6	17,6	6,9	0,8	74,1
Total per Porsi		164,3	51,7	3,5	1,4	0,2	14,8

Sumber : *fatsecret.co.id*, 2020