

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kuliner merupakan istilah yang berhubungan dengan makanan, yang memiliki arti aktivitas menghasilkan makanan yang sehat dengan penampilan menarik menggunakan bahan makanan yang memiliki kualitas baik. Berkembangnya pengetahuan tentang kuliner yang sangat pesat dari segi inovasi dan teknologi tak lepas dari faktor banyaknya pelaku yang menggeluti bidang ini. Perkembangan kuliner Indonesia berawal pada tahun 1988 dimana pada saat itu Lembaga Kuliner Indonesia dibentuk di Jakarta. (Tuti Soenardi, 2013)

Wakatobi secara geografis terletak dalam kumpulan pulau-pulau di Sulawesi Tenggara, berbatasan dengan Pulau Buton di sebelah barat laut. Kabupaten Wakatobi dilewati jalur pelayaran Barat serta Timur Indonesia, dan dikelilingi Laut Flores dan Laut Banda yang membuatnya sangat strategis dan potensial. Kekayaan laut dan sektor perikanannya yang masif merupakan potensi terbesar dari Wakatobi yang juga terletak dalam *Pusat Kawasan Segi Tiga Karang Dunia*. Penghuni kabupaten ini didominasi oleh penduduk asli yaitu Suku Bajo dan Suku Wakatobi.

Kelautan, perikanan, dan pariwisata adalah sektor prioritas yang diunggulkan dari Wakatobi. Hal ini dipengaruhi oleh potensi sumber daya dan karakteristik wilayah kepulauan Kabupaten tersebut. Menurut Veda

Santiaji sebagai *Project Leader Joint Program The Nature Conservancy-WWF*, sumber daya alam luar biasa yang dimiliki Wakatobi diantaranya terumbu karang, padang rumput laut, bakau, penyu, mamalia laut, pembiakan ikan, ikan-ikan pesisir, hingga burung-burung yang bermigrasi. Dalam Peraturan Pemerintah Nomor 26 Tahun 2008 tentang RTRWN, Kabupaten Wakatobi ditetapkan menjadi Taman Nasional Laut Kepulauan Wakatobi. (Pemerintah Kabupaten Wakatobi, 2013)

Dari segi kuliner, Wakatobi masih tidak lepas dari kekayaan lautnya. Yanti (2021), seorang warga lokal Wangi-wangi, memaparkan bahwa sajian kuliner Wakatobi didominasi oleh boga bahari sebagai bahan utamanya, tidak ada hidangan autentik yang menggunakan daging ataupun unggas sebagai bahan utamanya. Boga bahari unik yang banyak diolah masyarakat yaitu teripang atau biasa disebut *topulu*, rumput laut yang disebut juga *lawi-lawi* oleh warga setempat, kerang, *fangngaro*, gurita, bulu babi hitam atau *ne'e* dan bulu babi coklat atau *kukure*. Dengan wilayah perairan yang dimiliki Wakatobi, masyarakat mendapatkan bahan-bahan boga bahari tersebut dalam keadaan yang sangat segar, bahkan seringkali dimakan mentah tanpa melalui proses pemasakan karena kualitasnya yang sudah baik.

Segala kekayaan dan keunikan dari Kabupaten Wakatobi menjadikan penulis tertarik untuk menggali lebih jauh ragam kuliner dari daerah yang menjadi salah satu dari *Sepuluh Bali Baru* atau destinasi prioritas tersebut. Sajian kuliner Wakatobi tidak sepopuler sektor pariwisatanya, bahkan terdengar asing di telinga masyarakat luar. Dengan

adanya penelitian *Food Presentation* berjudul “**SAJIAN KULINER KABUPATEN WAKATOBI, SULAWESI TENGGARA**” ini, penulis mengharapkan dapat memberikan wawasan kepada pembaca mengenai kekayaan Kabupaten Wakatobi dalam aspek kulinernya.

B. Tujuan Penelitian

Dalam kegiatan presentasi makanan ini, penulis memiliki tujuan sebagai berikut :

1) Tujuan Formal

1. Memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan di Program Studi Manajemen Tata Boga Diploma III di Sekolah Tinggi Pariwisata NHI Bandung
2. Menerapkan ilmu yang telah dipelajari selama belajar di Sekolah Tinggi Pariwisata NHI Bandung

2) Tujuan Operasional

1. Mempromosikan dan menjaga kelestarian kuliner khas Kabupaten Wakatobi
2. Mengembangkan dan menampilkan ragam sajian khas Wakatobi dalam teknik penyajian *Rijsttafel*.
3. Memberikan wawasan kepada masyarakat luas serta memberikan ide kepada pelaku bisnis rumah makan.

C. Usulan Produk

Wilayah Kabupaten Wakatobi merupakan kepulauan dan memiliki sektor perairan yang sangat menonjol. Hidangan otentik dari daerah ini semuanya menggunakan hasil kekayaan dari laut mereka. Sajian lokalnya pun jarang menggunakan rempah-rempah karena memang sulit untuk ditemukan. Tumbuhan rempah tidak tumbuh dengan baik di wilayah ini. Penulis akan mempresentasikan hidangan khas Wakatobi secara *Rijsttafel* dengan menu sebagai berikut:

Menu

Kasuami

(Hidangan pendamping berupa tepung singkong yang dikukus dalam cetakan)

Ikan Parende

(Sup Ikan kakap merah dengan kuah kuning)

Heloa Sira

(Hidangan utama berbahan tuna yang direbus bersama kelapa muda dan belimbing wuluh)

Perangi

(Hidangan pendamping berupa ikan ekor kuning mentah yang dicincang dan dicampur dengan air jeruk nipis dan bawang merah)

Sambal Colo-colo

(Sambal berupa campuran kecap manis dengan irisan cabai, tomat hijau, bawang merah, dan irisan daun kemangi)

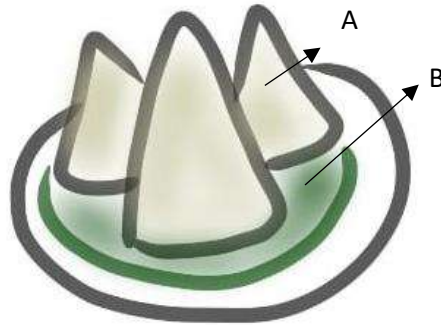
Karasi

(Makanan ringan berupa olahan tepung beras yang digoreng dengan perisa vanila)

1) Kasuami

Ubi kayu atau singkong yang dihancurkan hingga menjadi tepung kasar, dan dimasak dengan cara dikukus. Masakan ini menjadi makanan pokok bagi masyarakat setempat. Kasuami yang telah dimasak memiliki tekstur yang lembut dan sedikit kenyal, dan memiliki warna putih agak kekuningan. Kasuami juga biasa disebut dengan *soami togi*. Kasuami biasa dimasak dalam cetakan kerucut (cetakan *awug*) yang biasa digunakan untuk nasi tumpeng ataupun *awug*. Tepung singkong dikukus dalam cetakan dengan menggunakan tradisional berbahan dasar tanah liat. Kasuami biasanya dihidangkan bersama dengan ikan parende ataupun ikan pindang. Dalam acara hajatan, kasuami dihidangkan sebagai lambang keakraban dan persaudaraan. Para nelayan biasanya membawa kasuami untuk bekal saat mereka berlayar. Mereka membuat perangi untuk dimakan dengan kasuami tersebut. Kasuami yang mereka bawa dapat bertahan lama karena diberi minyak sebagai pengawet alami. (Dhika, 2017)

GAMBAR 1
SKETSA KASUAMI



Keterangan :

A. Kasuami

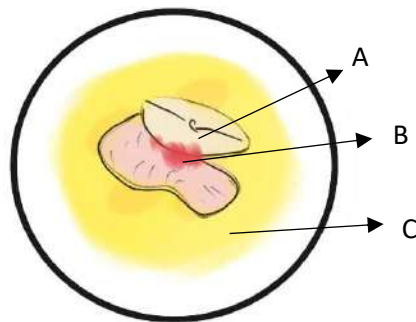
B. Daun Pisang

2) Ikan Parende

Hidangan berkuah kuning berbahan dasar ikan kakap merah yang dipotong *darne* dengan citarasa segar dan sedikit asam dari jeruk nipis, dan tomat. Sup ini biasa dihidangkan dengan kasuami sebagai karbohidratnya. Bumbu yang digunakan dalam ikan parende terkadang tidak ditumis terlebih dahulu karena penduduk lokal tidak menyukai cara itu. Hal ini sekaligus menjadikan ikan parende lebih sehat karena tidak mengandung minyak goreng. Saat ini warga lokal sering membuat ikan parende menggunakan ikan kakatua ataupun jenis ikan karang

lainnya karena harganya lebih murah di daerah tersebut. Ikan parende juga disebut sebagai hidangan para bangsawan dan raja di wakatobi.

GAMBAR 2
SKETSA IKAN PARENDE



Keterangan :

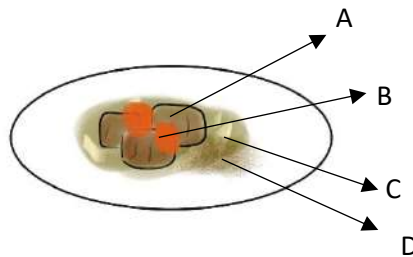
- A. Ikan kakap merah
- B. Irisan cabe merah
- C. Kuah kuning

3) Heloa Sira

Heloa merupakan kata dari Bahasa Wakatobi yang memiliki arti "memasak" dan sira mempunyai arti "kelapa". Jika dilihat dari arti setiap kata dapat diketahui bahwa heloa sira adalah memasak menggunakan kelapa. Protein utama yang digunakan adalah ikan ataupun komoditi laut lainnya seperti kepiting. Heloa sira memiliki cita

rasa gurih, sedikit manis dari daging kelapa muda, dan sedikit asam segar dari potongan belimbing wuluh. Pada penelitian ini, penulis akan menggunakan tuna yang di-*pan sear* alih-alih menggunakan langsung memasukkan ikan tanpa proses apapun. Metode ini akan memberikan rasa yang lebih kaya pada ikan tuna yang saya gunakan, dan warna yang dihidangkan akan lebih menarik dan tidak pucat.

GAMBAR 3
SKETSA HELOA SIRA



Keterangan :

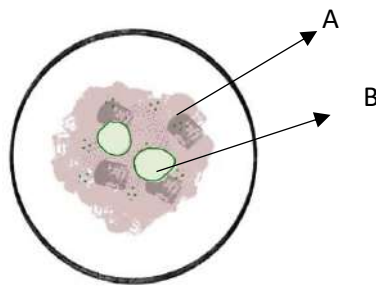
- A. Daging tuna
- B. Irisan tomat
- C. Kelapa muda
- D. Kelapa sangrai

4) Perangi

Perangi biasa disebut *sashimi* Wakatobi karena terbuat dari ikan mentah. Ikan yang digunakan biasanya ikan ekor kuning ataupun ikan kakatua, dipotong menjadi bagian-bagian kecil, dicampur dengan jeruk nipis, garam, cabai rawit, dan seringkali dicampur dengan air laut. Makanan ini biasa dibuat oleh para nelayan saat sedang berlayar karena mudah dan tidak memerlukan proses memasak. Para nelayan cukup membawa bahan tambahan, dan membuatnya dengan ikan segar tangkapan mereka. Ikan yang sering digunakan adalah ikan kakap, ikan lemuru, ikan kakaktua, dan jenis ikan karang lainnya. Pada penelitian ini, penulis akan memotong ikan ekor kuning dalam hidangan perangi dengan potongan yang lebih beragam. Hal ini dilakukan untuk memberikan keragaman tekstur saat menyantap perangi.

GAMBAR 4

SKETSA PERANGI



Keterangan :

A. Perangi

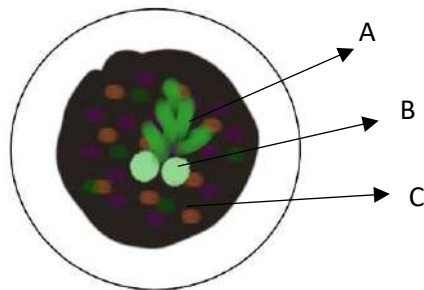
B. Jeruk nipis

5) Sambal Colo-colo

Sambal colo-colo merupakan sambal yang umum dikonsumsi oleh masyarakat Sulawesi. Sambal ini memiliki bahan dasar tomat, cabai rawit, kecap manis, bawang merah, kemangi, serta perasan air jeruk limau. Keunikan sambal ini biasanya orang-orang menyantapnya dengan cara diminum.

GAMBAR 5

SKETSA SAMBAL COLO-COLO



Keterangan :

- A. Daun kemangi
- B. Jeruk limau
- C. Sambal colo-colo

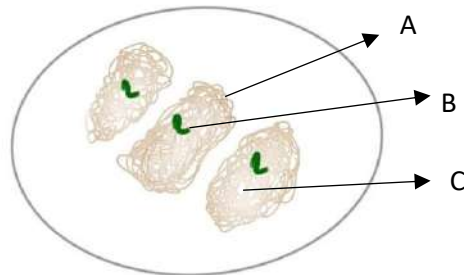
6) Karasi

Camilan ini diolah dari campuran adonan tepung beras dengan santan dan dibentuk sebelum akhirnya digoreng. Karasi dicetak

menggunakan batok kelapa yang dilubangi kecil-kecil. Sajian olahan Wakatobi ini biasa disajikan pada acara-acara khusus seperti acara adat maupun pernikahan. Namun juga mudah ditemukan sebagai camilan sore pendamping teh hangat. Cetakan yang digunakan dalam membuat karasi biasanya dibuat dengan menggunakan tongkat kayu yang dikaitkan wadah sabun yang berlubang. Mereka memasukkan adonan sembari memukul-mukul perlahan gagang dari cetakan tersebut langsung ke minyak panas. Hal ini dilakukan agar adonan yang turun dari lubang tidak terputus-putus sehingga bentuk yang dihasilkan akan lebih bagus.

GAMBAR 6

SKETSA KARASI



Keterangan :

- A. Karasi
- B. Daun mint
- C. Gula halus

D. Tinjauan Produk

1) Tema

Menu dari presentasi makanan ini akan disajikan oleh penulis dalam bentuk *Rijsttafel* agar sesuai dengan cara kebanyakan orang Indonesia menyajikan makanannya.

Rijsttafel mencerminkan dua budaya yakni Eropa dan Pribumi yang merupakan bauran budaya sisa-sisa dari kolonialisme oleh Bangsa Belanda. Karin Engelbretch memaparkan bahwa penyajian *rijsttafel* terdiri atas puluhan masakan yang dihidangkan dalam porsi yang tidak banyak dan disajikan dengan makanan pokok dimana seringkali berupa nasi. Hidangan yang disajikan memiliki keragaman tekstur dan cita rasa. Seorang spesialis kuliner Hindia-Belanda bernama Jeff Keassberry menyatakan bahwa teknik penyajian ini masih digunakan oleh para keluarga Belanda yang berkaitan dalam sejarah Hindia-Belanda dan juga restoran Indonesia yang berada di negara tersebut.

2) Usulan Resep

Resep merupakan sebuah panduan yang biasanya berupa tulisan, berfungsi untuk mengarahkan pembacanya untuk membuat atau menyiapkan sesuatu, dalam hal ini masakan yang menjadi objeknya. Resep berisi informasi untuk menjadi pengingat akan bahan-bahan beserta kuantitasnya. Dengan adanya resep, masakan yang dibuat akan terbentuk standar kualitasnya dimana hal ini sangat penting bagi pelaku bidang kuliner untuk menjaga konsistensinya, dikarenakan sebuah

resep menunjukkan takaran spesifik dari sebuah produk yang akan menghasilkan kuantitas dan kualitas dari hasil akhir produk. (Stephen B. Shiring). Berikut adalah usulan resep yang telah dibuat dan disusun oleh penulis.

TABEL 1.1
RESEP KASUAMI

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: Maret 2021	Berat porsi	: 80 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Panas
Jenis makanan	: Hidangan Pendamping	Alat saji	: <i>Dinner Plate</i>
Asal	: Sulawesi Tenggara	Durasi	: 40 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	800 gr	Singkong	Dikupas
2	Cuci		Singkong	Hingga bersih
3	Hancurkan		Singkong	
4	Peras		Singkong	Untuk menghilangkan kandungan air berlebih
5	Jemur		Singkong	Hingga menjadi tepung kasar
6	Cetak		Singkong	Dalam cetakan kerucut
7	Kukus		Singkong	Selama 10 menit
8	Sajikan			Dalam keadaan panas

(sumber : <https://www.youtube.com/watch?v=Gjew2PckrOY&t=280s>,

2020)

TABEL 1.2**RESEP IKAN PARENDE**

Halaman	: 1 dari 2	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: Maret 2021	Berat porsi	: 200 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Panas
Jenis makanan	: Hidangan Utama	Alat saji	: <i>Serving Bowl</i>
Asal	: Sulawesi Tenggara	Durasi	: 45 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	1000 gr	Ikan kakap merah	Dibersihkan dan dipotong <i>darne</i>
		50 gr	Jeruk nipis	Peras airnya
		5 gr	Garam	Iris
		18 gr	Bawang merah	Iris
		11 gr	Bawang putih	Iris
		9 gr	Cabai rawit merah	Iris
		9 gr	Batang serih	Iris
		70 gr	Tomat merah	Potong <i>chunk</i>
		10 gr	Kunyit	Iris
		600 ml	Air	
2	Lumuri		Ikan kakap merah	Dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan selama 10 menit

TABEL 1.2 (LANJUTAN)

RESEP IKAN PARENDE

Halaman : 2 dari 2
Tanggal : Maret 2021
Revisi :
Jenis makanan : Hidangan Utama
Asal : Sulawesi Tenggara

Jumlah porsi : 5 porsi
Berat porsi : 200 gr
Suhu hidangan: Panas
Alat saji : *Serving Bowl*
Durasi : 45 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
3	Tumis		Bawang merah Bawang putih Cabe rawit merah Batang sereh Kunyit Tomat merah	Hingga wangi
4	Masukkan		Air	
5	Bumbui			Dengan garam
6	Masukkan		Ikan kakap merah	Masak hingga matang
7	Tambahkan		Air perasan jeruk nipis	
8	Sajikan			Dalam keadaan panas

(sumber : <https://www.youtube.com/watch?v=1OV7O0bYmqI>, 2021)

TABEL 1.3**RESEP HELOA SIRA**

Halaman	: 1 dari 2	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: Maret 2021	Berat porsi	: 100 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Panas
Jenis makanan	: Hidangan Utama	Alat saji	: <i>Serving Bowl</i>
Asal	: Kabupaten Wakatobi	Durasi	: 30 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	500 gr	Daging tuna	
		80 gr	Kelapa muda	Daging kelapa
		20 gr	Kelapa parut	
		25 gr	Belimbing wuluh	Diiris
		1 gr	Daun salam	Disobek
		8 gr	Batang sereh	Digeprek
		12 gr	Lengkuas	Diiris
		7 gr	Bawang merah	Diiris
		1 gr	Kunyit bubuk	
		30 ml	Minyak goreng	
		500 ml	Air	
		5 gr	Garam	
		10 gr	Tomat merah	Diiris
2	Lumuri		Daging tuna	Dengan garam dan minyak goreng
3	Panggang		Daging tuna	

TABEL 1.3 (LANJUTAN)

RESEP HELOA SIRA

Halaman : 2 dari 2
Tanggal : Maret 2021
Revisi :
Jenis makanan : Hidangan Utama
Asal : Kabupaten Wakatobi

Jumlah porsi : 5 porsi
Berat porsi : 100 gr
Suhu hidangan: Panas
Alat saji : *Serving Bowl*
Durasi : 30 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
4	Sangrai		Kelapa parut	Hingga kering dan kecoklatan
5	Panaskan		Air	Dalam <i>pot</i>
6	Masukkan		Daging tuna Kelapa muda Belimbing wuluh Daun salam Batang sereh Lengkuas Kunyit bubuk	
7	Masak			Selama 5 – 10 menit
8	Taburkan		Bawang merah Kelapa parut	Yang telah disangrai
9	Sajikan			Dengan irisan tomat sebagai <i>garnish</i>

(sumber : <https://www.youtube.com/watch?v=VTW3814UwLk>, 2020)

TABEL 1.4**RESEP PERANGI**

Halaman	: 1 dari 2	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: Maret 2021	Berat porsi	: 80 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Dingin
Jenis makanan	: Hidangan Pendamping	Alat saji	: <i>Dessert plate</i>
Asal	: Kabupaten Wakatobi	Durasi	: 30 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	800 gr 75 gr 7 gr 10 gr 30 ml 7 gr	Ikan ekor kuning Jeruk nipis Garam Cabai rawit hijau Air Bawang merah	Fillet Diperas airnya Dihancurkan Diiris
2	Campur		Ikan ekor kuning Jeruk nipis Garam Cabai rawit hijau Air Bawang merah	Dalam wadah
3	Aduk		Ikan ekor kuning Jeruk nipis Garam Cabai rawit hijau Air Bawang merah	Hingga tercampur

TABEL 1.4 (LANJUTAN)

RESEP PERANGI

Halaman : 2 dari 2
Tanggal : Maret 2021
Revisi :
Jenis makanan : Hidangan Pendamping
Asal : Kabupaten Wakatobi

Jumlah porsi : 5 porsi
Berat porsi : 80 gr
Suhu hidangan: Dingin
Alat saji : *Dessert plate*
Durasi : 30 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
4	Diamkan		Ikan ekor kuning Jeruk nipis Garam Cabai rawit hijau Air Bawang merah	Selama 5 – 10 menit
5	Sajikan			

(sumber : <https://www.youtube.com/watch?v=Q5lfHgnHesI>, 2021)

TABEL 1.5

RESEP SAMBAL COLO-COLO

Halaman : 1 dari 2
Tanggal : Maret 2021
Revisi :
Jenis makanan : *Relish*
Asal : Sulawesi

Jumlah porsi : 5 porsi
Berat porsi : 50 gr
Suhu hidangan: Dingin
Alat saji : *Bowl*
Durasi : 40 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	30 gr	Cabe rawit merah	Iris
		30 gr	Cabe rawit hijau	Iris
		30 gr	Bawang merah	Iris
		30 gr	Tomat hijau	Iris
		10 gr	Kemangi	<i>Chifonade</i>
		60 ml	Kecap manis	
		30 gr	Jeruk limau	Diperas
		5 gr	Garam	

TABEL 1.5 (LANJUTAN)

RESEP SAMBAL COLO-COLO

Halaman : 2 dari 2
Tanggal : Maret 2021
Revisi :
Jenis makanan : *Relish*
Asal : Sulawesi

Jumlah porsi : 5 porsi
Berat porsi : 50 gr
Suhu hidangan: Dingin
Alat saji : *Bowl*
Durasi : 40 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
2	Campur		Cabe rawit merah Cabe rawit hijau Bawang merah Tomat hijau Kecap manis Jeruk Nipis Garam	Dalam bowl
3	Aduk			Hingga merata
4	Taburkan			Dengan daun kemangi
5	Sajikan			

(sumber : <https://cookpad.com/id/resep/7623291-sambal-colo-colo-khas-ambon>, 2019)

TABEL 1.6**RESEP KARASI**

Halaman	: 1 dari 2	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: Maret 2021	Berat porsi	: 70 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Panas
Jenis makanan	: <i>Snack</i>	Alat saji	: <i>Dinner Plate</i>
Asal	: Kabupaten Wakatobi	Durasi	: 40 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	200 gr 20 gr 60 gr 1 ml 125 ml 500 ml 3 gr 20 gr	Tepung beras Gula pasir Telur ayam Ekstrak vanilla Air Minyak goreng Daun mint Gula halus	Dikocok Untuk menggoreng
2	Campur		Tepung beras Gula pasir Telur ayam Ekstrak vanilla Air	Hingga merata
3	Panaskan		Minyak goreng	Untuk menggoreng
4	Goreng		Adonan	Menggunakan cetakan berlubang

TABEL 1.6 (LANJUTAN)

RESEP KARASI

Halaman	: 2 dari 2	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: Maret 2021	Berat porsi	: 70 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Panas
Jenis makanan	: <i>Snack</i>	Alat saji	: <i>Dinner Plate</i>
Asal	: Kabupaten Wakatobi	Durasi	: 40 menit

NO.	METODE	KUANTITAS	BAHAN	KETERANGAN
5	Lipat		Adonan	Membentuk segi empat
6	Tiriskan			
7	Sajikan			<i>Garnish</i> dengan daun mint dan gula halus

(sumber : <https://www.youtube.com/watch?v=bs0sa9iqSiw>, 2020)

3) *Purchase Order*

Sebelum proses pembuatan produk dimulai, bahan-bahan yang akan digunakan wajib ditentukan terlebih dahulu. Menentukan bahan-bahan yang akan digunakan merupakan hal yang penting agar tidak terjadi masalah seperti bahan yang tidak tersedia dan tertinggal, serta mencegah terjadinya kelalaian yang dapat menyebabkan proses membuat produk terhambat dan produk yang telah dibuat tidak mendapatkan kualitas yang sebaik mungkin. *Purchase order* atau daftar pembelian sebaiknya melingkupi informasi-informasi seperti nama bahan, kuantitas yang diperlukan, dan pembelian. Bahan makanan yang mudah rusak atau

perishable dipisah dengan barang yang memiliki ketahanan yang lebih lama atau biasa disebut *groceries*. Contoh bahan-bahan yang mudah rusak adalah ikan, daging, sayur-sayuran, buah-buahan, dan bahan-bahan segar lainnya. Sedangkan barang-barang yang memiliki ketahanan lebih lama biasanya meliputi rempah-rempah kering, bahan-bahan dalam kemasan kaleng, bahan-bahan dalam kemasan botol, dan bahan olahan seperti saus kemasan.

TABEL 1.7
PURCHASE LIST

No	Nama Bahan	Kuantitas	Satuan	Harga	Keterangan
<i>Ikan dan seafood</i>					
1	Ikan kakap merah	1000	gr	Rp 74.500,00	
2	Ikan tuna	500	gr	Rp 51.000,00	<i>Fillet</i>
3	Ikan ekor kuning	800	gr	Rp 72.800,00	
<i>Sayur-sayuran</i>					
4	Singkong	500	gr	Rp 12.500,00	
5	Kelapa parut	100	gr	Rp 2.000,00	
6	Kelapa muda	2	butir	Rp 14.000,00	
7	Bawang merah	100	gr	Rp 3.200,00	
8	Bawang putih	100	gr	Rp 2.500,00	
9	Jeruk limau	100	gr	Rp 1.550,00	
10	Jeruk nipis	150	gr	Rp 1.500,00	

No	Nama Bahan	Kuantitas	Satuan	Harga	Keterangan
11	Cabai rawit merah	100	gr	Rp 11.200,00	
12	Cabai rawit hijau	100	gr	Rp 9.100,00	
13	Tomat hijau	100	gr	Rp 750,00	
14	Tomat merah	100	gr	Rp 1.600,00	
15	Belimbing wuluh	100	gr	Rp 3.550,00	
16	Daun salam	1	ikat	Rp 1.000,00	
17	Lengkuas	50	gr	Rp 1.000,00	
18	Batang sereh	50	gr	Rp 1.000,00	
19	Kemangi	1	ikat	Rp 2.000,00	
20	Kunyit	100	gr	Rp 900,00	
21	Mint	1	ikat	Rp 7.500,00	
<i>Groceries</i>					
22	Garam	1	pack@ 200 gr	Rp 2.900,00	
23	Minyak goreng	500	ml	Rp 9.000,00	
24	Kunyit bubuk	100	gr	Rp 6.000,00	
25	Tepung Beras	1	pack@ 500 gr	Rp 7.500,00	
26	Ekstrak vanilla	20	gr	Rp 4.100,00	
27	Kecap Manis	60	ml	Rp 2.945,45	
28	Gula halus	1	pack@500 gr	Rp 6.500,00	
	Total			Rp 374.195,45	
	<i>Selling price</i> : total harga bahan x 100% =			37%	

4) *Recipe dan Dish Costing*

Recipe costing atau biaya resep dapat diartikan sebagai biaya untuk bahan baku yang digunakan dalam suatu *set menu*. *Costing* merupakan salah satu faktor terpenting yang mempengaruhi profitabilitas restoran. Pengendalian biaya tersebut berfungsi untuk mendapatkan keuntungan yang ideal dan menghindari segala kerugian yang dapat terjadi dari kesalahan dalam penghitungan biaya serta harga jual. Sebagai contoh, sebuah restoran yang ramai pembeli namun terjadi kesalahan perhitungan yang membuat harga jual produk terlalu murah, maka akan mengalami kerugian yang signifikan.

Food cost merupakan presentase dari total biaya untuk membeli bahan makanan dibagi total hasil penjualan makanan. Terdapat dua macam *food cost*, yaitu *food cost* ideal dan *food cost* aktual. *Food cost* ideal adalah biaya yang ditargetkan berdasarkan rumus dasar, sedangkan *food cost* aktual adalah biaya yang sesuai dengan kenyataan yang terjadi. Biasanya *food cost* aktual lebih besar dari *food cost* ideal dikarenakan saat proses produksi minuman maupun makanan, terdapat bahan-bahan yang terbuang. Biaya aktual dapat dihitung dari tingkat persediaan awal dan akhir. Hal ini dapat menunjukkan seberapa efisien seorang *chef* dalam melakukan kegiatan produksi.

Dish cost dapat dihitung menggunakan persamaan berikut:

$$\text{Biaya per porsi} = \frac{\text{Total biaya resep}}{\text{Jumlah porsi}}$$

TABEL 1.8***RECIPE dan DISH COSTING*****KASUAMI**

Bahan	Harga Pasar			Biaya per Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Singkong	1000	gr	Rp 12.500,00	800	gr	Rp 10.000,00
RECIPE COSTING						Rp 10.000,00
DISH COSTING						Rp 2.000,00
FOOD COST PERCENTAGE						36%
SELLING PRICE						Rp 5.500,00

(Sumber : Olahan penulis 2021)

TABEL 1.9***RECIPE dan DISH COSTING*****IKAN PARENDE**

Bahan	Harga Pasar			Biaya per Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Ikan kakap merah	1000	gr	Rp 74.500,00	1000	gr	Rp 74.500,00
Jeruk nipis	1000	gr	Rp 10.000,00	50	gr	Rp 500,00
Garam	1000	gr	Rp 14.500,00	5	gr	Rp 72,50
Bawang merah	1000	gr	Rp 32.000,00	18	gr	Rp 576,00
Bawang putih	1000	gr	Rp 25.000,00	11	gr	Rp 275,00
Cabai rawit merah	1000	gr	Rp 112.000,00	9	gr	Rp 1.008,00

Bahan	Harga Pasar			Biaya per Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Batang sereh	1000	gr	Rp 7.000,00	9	gr	Rp 63,00
Tomat merah	1000	gr	Rp 8.000,00	70	gr	Rp 560,00
Kunyit	100	gr	Rp 9.000,00	10	gr	Rp 900,00
Air	1000	ml	Rp 1.000,00	600	ml	Rp 600,00
RECIPE COSTING						Rp 78.244,50
DISH COSTING						Rp 15.648,90
FOOD COST PERCENTAGE						35%
SELLING PRICE						Rp 45.000,00

(Sumber : Olahan penulis, 2021)

TABEL 1.10***RECIPE dan DISH COSTING*****HELOA SIRA**

Bahan	Harga Pasar			Biaya per Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Daging Tuna	1000	gr	Rp 102.000,00	500	gr	Rp 51.000,00
Kelapa muda	1000	gr	Rp 38.000,00	80	gr	Rp 3.040,00
Kelapa parut	1000	gr	Rp 20.000,00	20	gr	Rp 400,00
Belimbing wuluh	1000	gr	Rp 35.500,00	25	gr	Rp 887,50
Daun salam	1000	gr	Rp 13.500,00	1	gr	Rp 13,50
Batang sereh	1000	gr	Rp 7.000,00	8	gr	Rp 56,00
Lengkuas	1000	gr	Rp 13.000,00	12	gr	Rp 156,00
Kunyit bubuk	1000	gr	Rp 18.000,00	4	gr	Rp 72,00
Minyak goreng	1000	ml	Rp 18.000,00	30	ml	Rp 540,00
Air	1000	ml	Rp 1.000,00	500	ml	Rp 500,00
Garam	1000	gr	Rp 14.500,00	5	gr	Rp 72,50
Tomat merah	1000	gr	Rp 8.000,00	10	gr	Rp 80,00
Bawang merah	1000	gr	Rp 32.000,00	7	gr	Rp 224,00
<i>RECIPE COSTING</i>						Rp 56.909,50
<i>DISH COSTING</i>						Rp 11.381,90
<i>FOOD COST PERCENTAGE</i>						36%
<i>SELLING PRICE</i>						Rp 32.000,00

(Sumber : Olahan penulis, 2021)

TABEL 1.11***RECIPE dan DISH COSTING*****PERANGI**

Bahan	Harga Pasar			Biaya per Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Ikan ekor kuning	1000	gr	Rp 91.000,00	800	gr	Rp 72.800,00
Jeruk nipis	1000	gr	Rp 10.000,00	75	gr	Rp 750,00
Garam	1000	gr	Rp 14.500,00	7	gr	Rp 101,50
Cabai rawit hijau	1000	gr	Rp 91.000,00	10	gr	Rp 910,00
Air	1000	ml	Rp 1.000,00	30	ml	Rp 30,00
<i>RECIPE COSTING</i>						Rp 74.785,50
<i>DISH COSTING</i>						Rp 14.957,10
<i>FOOD COST PERCENTAGE</i>						36%
<i>SELLING PRICE</i>						Rp 41.000,00

(Sumber : Olahan penulis, 2021)

TABEL 1.12***RECIPE dan DISH COSTING*****SAMBAL COLO-COLO**

Bahan	Harga Pasar			Biaya per Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Cabe rawit merah	1000	gr	Rp 112.000,00	30	gr	Rp 3.360,00
Cabe rawit hijau	1000	gr	Rp 91.000,00	30	gr	Rp 2.730,00
Tomat hijau	1000	gr	Rp 7.500,00	30	gr	Rp 225,00
Bawang merah	1000	gr	Rp 32.000,00	30	gr	Rp 960,00
Kemangi	1000	gr	Rp 23.500,00	10	gr	Rp 235,00
Kecap manis	550	ml	Rp 27.000,00	60	ml	Rp 2.945,00
Jeruk limau	1000	gr	Rp 15.500,00	30	gr	Rp 465,00
Garam	1000	gr	Rp 14.500,00	5	gr	Rp 72,50
<i>RECIPE COSTING</i>						Rp 10.992,95
<i>DISH COSTING</i>						Rp 2.198,59
<i>FOOD COST PERCENTAGE</i>						37%
<i>SELLING PRICE</i>						Rp 6.000

TABEL 1.13**RECIPE dan DISH COSTING****KARASI**

Bahan	Harga Pasar			Biaya per Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Tepung beras	1000	gr	Rp 15.000,00	125	gr	Rp 1.875,00
Gula pasir	1000	gr	Rp 16.000,00	20	gr	Rp 320,00
Telur ayam	1000	gr	Rp 22.000,00	60	gr	Rp 1.320,00
Ekstrak vanili	100	ml	Rp 95.000,00	1	ml	Rp 950,00
Air	1000	ml	Rp 1.000,00	150	ml	Rp 150,00
Minyak goreng	1000	ml	Rp 18.000,00	500	ml	Rp 9.000,00
Mint	1000		Rp 25.000,00	3	gr	Rp 75,00
Gula halus	1000		Rp 20.000,00	20		Rp 400,00
RECIPE COSTING						Rp 14.090,00
DISH COSTING						Rp 2.818,00
FOOD COST PERCENTAGE						35%
SELLING PRICE						Rp 8.000,00

(Sumber : Olahan penulis, 2021)

TABEL 1.14***RECIPE dan DISH COSTING RIJSTTAFEL***

Hidangan	Recipe Costing	Dish Costing	Selling Price	%
Kasuami	Rp 10.000,00	Rp 2.000,00	Rp 5.500,00	36%
Ikan Parende	Rp 78.244,50	Rp 15.648,90	Rp 45.000,00	35%
Heloa Sira	Rp 56.909,50	Rp 11.381,90	Rp 32.000,00	36%
Perangi	Rp 74.785,50	Rp 14.957,10	Rp 41.000,00	36%
Sambal Colo-colo	Rp 10.992,95	Rp 2.198,59	Rp 6.000,00	37%
Karasi	Rp 14.090,00	Rp 2.818,00	Rp 8.000,00	35%
<i>Total</i>	<i>Rp 245.022,45</i>	<i>Rp 49.004,49</i>	<i>Rp 137.500,00</i>	

(Sumber : Olahan penulis, 2021)

5) Kandungan Gizi

Gizi merupakan bahan-bahan makanan yang diperlukan setiap sel makhluk hidup untuk kelangsungan hidupnya. Ilmu gizi dapat didefinisikan sebagai ilmu yang menganalisis zat-zat yang berasal dari bahan makanan untuk bertahan hidup, sumber energi, serta untuk pertumbuhan.

Berikut adalah daftar kandungan gizi dalam menu *Rijsttafel* sajian kuliner laut khas Wakatobi yang telah penulis susun :

TABEL 1.15

KANDUNGAN GIZI KASUAMI

No	Bahan	Kuantitas	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
1	Singkong	800 gr	1280,0	304,5	2,2	10,9	13,6
Total			1280,0	304,5	2,2	10,9	13,6
Total Gizi Per Porsi			256,0	60,9	0,4	2,2	2,7

(Sumber : myfitnesspal.com, 2021)

TABEL 1.16

KANDUNGAN GIZI IKAN PARENDE

No	Bahan	Kuantitas	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
1	Ikan kakap merah	1000 gr	920,0	0,0	7,0	200,0	0,0

No	Bahan	Kuantitas	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
2	Minyak goreng	50 ml	17,0	3,3	0,2	1,4	0,9
3	Jeruk nipis	50 gr	5,0	4,0	0,0	0,2	0,8
4	Garam	5 gr	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Bawang merah	18 gr	13,0	3,1	0,0	0,1	1,4
6	Bawang putih	11 gr	16,0	3,6	0,1	0,7	0,1
7	Cabai rawit merah	9 gr	29,0	5,1	1,6	1,1	0,9
8	Batang sereh	9 gr	10	2,3	0	0,3	0
9	Tomat merah	70 gr	13	2,7	0,1	0,6	1,8
10	Kunyit	10 gr	0	0	0	0	0
11	Air	600 ml	0	0	0	0	0
Total			1023,0	24,1	9,0	204,4	5,9
Total Gizi Per Porsi			204,6	4,8	1,8	40,9	1,2

(Sumber : myfitnesspal.com, 2021)

TABEL 1.17

KANDUNGAN GIZI HELOA SIRA

No	Bahan	Kuantitas	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
1	Daging tuna	500 gr	850,0	8,5	40,9	108,5	0,0
2	Kelapa muda	80 gr	354,0	15,0	33,0	3,0	0,0
3	Kelapa parut	20 gr	283,0	12,2	26,8	2,7	5,0

No	Bahan	Kuantitas	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
4	Belimbing wuluh	25 gr	7,5	1,75	0,1	0,3	0,0
5	Daun salam	1 gr	3,1	0,8	0,0	0,0	0,0
6	Batang sereh	8 gr	9,0	2,0	0,0	0,3	0,0
7	Lengkuas	12 gr	9,0	1,7	0,0	0,0	0,0
8	Kunyit bubuk	4 gr	0	0	0	0	0
9	Minyak goreng	30 ml	277	0	30	0	0
10	Air	500 ml	0	0	0	0	0
11	Garam	5 gr	0	0	0	0	0
12	Tomat merah	10 gr	1,86	0,39	0,01	0,09	0,26
13	Bawang merah	7 gr	5	1,2	0	0,2	0,1
Total			1799,5	43,5	130,8	115,0	5,4
Total Gizi Per Porsi			359,9	8,7	26,2	23,0	1,1

(Sumber : myfitnesspal.com, 2021)

TABEL 1.18

KANDUNGAN GIZI PERANGI

No	Bahan	Kuantitas	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
1	Ikan ekor kuning	800 gr	864,0	16,8	9,6	178,4	0,0
2	Jeruk nipis	75 gr	7,5	6,0	0,0	0,3	1,2
3	Garam	7 gr	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

No	Bahan	Kuantitas	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
4	Cabai rawit hijau	10 gr	15,0	3,5	0,1	0,7	0,0
5	Bawang merah	7 gr	5	1,2	0	0,2	0,1
Total			891,5	27,5	9,7	179,6	1,3
Total Gizi Per Porsi			178,3	5,5	1,9	35,9	0,3

(Sumber : myfitnesspal.com, 2021)

TABEL 1.19

KANDUNGAN GIZI SAMBAL COLO-COLO

No	Bahan	Kuantitas	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
1	Cabe rawit merah	30 gr	95	17	5,2	3,6	3,1
2	Cabe rawit hijau	30 gr	31	4	0,8	1,9	0,4
3	Tomat hijau	30 gr	28	6,3	0	4,9	0
4	Bawang merah	30 gr	22	5,1	0	0,8	2,4
5	Kemangi	10 gr	6	1,1	0,1	0,5	0,0
6	Kecap manis	60 ml	60	59,6	0,8	1,6	9,0
7	Jeruk limau	30 gr	10	2,4	0	0	0
8	Garam	5 gr	0	0	0	0	0
Total			252	95,5	6,9	13,3	14,9
Total Gizi Per Porsi			50,4	19,1	1,38	2,66	2,98

(Sumber : myfitnesspal.com, 2021)

TABEL 1.20**KANDUNGAN GIZI KARASI**

No	Bahan	Kuantitas	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
1	Tepung beras	200 gr	730	160,0	2,6	12	2
2	Gula pasir	20 gr	80,0	20,0	0,0	0,0	20,0
3	Telur ayam	60 gr	86,0	0,4	5,7	7,5	0,2
4	Ekstrak vanilla	1 ml	3,0	0,1	0,0	0,0	0,1
5	Air	125 ml	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
6	Minyak goreng	500 ml	170,0	33,0	2,0	14,0	9,0
7	Mint	3 gr	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
8	Gula halus	20 gr	80	19,9	0	0	19,9
Total			1069,0	213,5	10,3	33,5	31,3
Total Gizi Per Porsi			213,8	42,7	2,1	6,7	6,3

(Sumber : myfitnesspal.com, 2021)

TABEL 1.21**TOTAL GIZI**

No	Masakan	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
1	Kasuami	692,0	149,8	8,2	5,4	6,7
2	Ikan Parende	1023,0	24,1	9,0	204,4	5,9
3	Heloa Sira	1799,5	43,5	130,8	115,0	5,4
4	Perangi	891,5	27,5	9,7	179,6	1,3

No	Masakan	Kalori (kcal)	Karbo (g)	Lemak (g)	Protein (g)	Gula (g)
5	Sambal Colo-colo	252	95,5	6,9	13,3	14,9
6	Karasi	795,3	153,5	9,5	29,0	30,6
Total		6315,0	708,6	168,9	556,7	72,4
Total Gizi Per Porsi		1263,00	141,72	33,78	111,35	14,47

(Sumber : myfitnesspal.com, 2021)

6) Tempat dan Waktu Pelaksanaan

a) Tempat yang akan digunakan penulis untuk melakukan kegiatan penelitian dan *trial* untuk persiapan presentasi makanan adalah dapur di rumah kerabat yang berlokasi di Jalan Gardenia nomor 8, Ciwaruga, Parongpong, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat dan pelaksanaan presentasi makanan akan dilaksanakan di alamat yang serupa.

b) Pelaksanaan penelitian dan sidang presentasi makanan akan dilakukan pada bulan Maret hingga Agustus 2021.