

BAB I : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Daerah Istimewa Yogyakarta adalah Daerah Istimewa setingkat Provinsi di Indonesia yang merupakan peleburan Negara Kesultanan Yogyakarta dan Negara Kadipaten Paku Alaman. Daerah Istimewa Yogyakarta terletak di bagian selatan Pulau Jawa dan berbatasan langsung dengan Samudra Hindia di bagian selatan serta di kelilingi Provinsi Jawa Tengah di bagian timur barat dan utara. Sebelum Indonesia merdeka, Yogyakarta merupakan daerah yang mempunyai pemerintahan sendiri atau disebut *Zelfbestuurlandschappen* atau Daerah Swapraja, yaitu Kesultanan Ngayogyakarta Hadiningrat didirikan oleh Pangeran Mangkubumi yang bergelar Sultan Hamengku Buwono I pada tahun 1755, sedangkan Kadipaten Pakualaman didirikan oleh Pangeran Notokusumo (saudara Sultan Hamengku Buwono II) yang bergelar Adipati Paku Alam I pada tahun 1813. Pemerintah Hindia Belanda mengakui Kesultanan dan Pakualaman sebagai kerajaan yang berhak mengatur pemerintahannya sendiri dan dinyatakan dalam kontrak politik.

Gunung Kidul adalah salah satu kabupaten di Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia. Pusat pemerintahan itu sendiri terletak di Kapenewon Wonosari. Nama “Gunung Kidul” itu sendiri berasal dari Bahasa Jawa yang berarti “gunung di selatan” yang mana wilayahnya terletak di jajaran pegunungan selatan Daerah Istimewah Yogyakarta.

Kabupaten ini berbatasan dengan Kabupaten Klaten dan Kabupaten Sukoharjo di utara dan timur, Kabupaten Wonogiri di timur, Kabupaten Sleman dan Kabupaten Bantul di barat, Serta Samudra Hindia di selatan.

Kabupaten Gunungkidul mempunyai beragam potensi perekonomian, mulai dari pertanian, hutan, peternakan, perkebunan, perikanan, industry, tambang dan potensi pariwisata. Pertanian yang dimiliki Kabupaten Gunungkidul Sebagian besar adalah lahan kering tadah hujan yang tergantung pada iklim curah hujan. Sumber alam yang dimiliki Kabupaten Gunungkidul tgermasuk golongan C berupa batu kapur, batu apung, *kalsit*, *kaolin*, *tras*, *bentonit* . kabupaten Gunungkidul juga mempunyai Panjang pantai yang membentang sepanjang sekitar 65 km dari Kecamatan Purwosari hingg Kecamatan Girisubo. Potensi lainnya adalah industry kerajinan, pengolahan hasil pertanian dan makanan yang semuanya sangat potensial untuk dikembangkan.

Karakteristik sosial budaya masyarakat Gunungkidul adalah masyarakat tradisional yang masih memegang teguh budaya warisan nenek moyang. Sehingga dalam melaksanakan pembangunan dan pemerintahannya mengadopsi karakteristik sosial budayanya agar menyatu dengan warganya. Masyarakat Kabupaten Gunungkidul secara umum menggunakan bahasa lokal (bahasa jawa) dalam berkomunikasi, sementara bahasa nasional (bahasa Indonesia) secara resmi dipakai dalam lingkungan formal (kantor, pendidikan, fasilitas umum, dan lain-lain).

Dengan keberagaman mata pencaharian masyarakat Gunungkidul , mempunyai makanan yang beragam juga. Makanan yang dimiliki Kabupaten Gunungkidul kebanyakan menggunakan bahan dasar nabati. Makanan dari Gunungkidul tidak terlalu tersorot oleh masyarakat seluruh Indonesia. Maka dari itu penulis ingin mengangkat nama dan citarasa makanan dari makanan Gunungkidul.

Melalui Tugas Akhir ini, penulis memilih dan menyusun menu khas Gunungkidul, yang akan dipresentasikan secara lebih menarik, dengan harapan agar masakan Gunungkidul lebih dikenal tidak hanya di kalangan masyarakat Gunungkidul saja, tetapi juga di Indonesia dan di mancanegara.

1.2 Tujuan

1.2.1 Tujuan formal

- Sebagai bukti penerapan ilmu yang sudah dipelajari di Politeknik Pariwisata Bandung selama tiga tahun
- Untuk memenuhi salah satu syarat menempuh Ujian Akhir pada program Diploms III. Program Studi Manajemen Tata Boga, di Politeknik Pariwisata Bandung .

1.2.2 Tujuan operasional

- Memperkenalkan kuliner Gunungkidul, Daerah Istimewa Yogyakarta
- Menyajikan kuliner Gunungkidul dalam bentuk *Rijsttafel*
- Sebagai salah satu konsep rangkaian menu yang diharapkan dapat digunakan oleh hotel, *restaurant*, ataupun untuk membuka usaha.

- Menjadikan Tugas Akhir ini sebagai pembelajaran diri yang diharapkan kedepannya dapat digunakan sebagai bisnis.

1.3 Usulan Menu

Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyajikan makanan Gunung kidul dalam bentuk *Rijsttafel*. *Rijsttafel* biasanya terdiri dari berbagai hidangan yang disajikan dalam porsi kecil. Konsep penyajiannya mengusung ciri khas kuliner Padang di mana nasi dan berbagai macam lauk disajikan secara bersamaan di atas meja. Karena itu pula ia disebut *rijsttafel* atau *rice table*. Cara penyajian seperti ini memang berbeda dengan budaya barat di mana hidangan disajikan secara berurutan mulai dari makanan pembuka, menu utama, sampai hidangan pencuci mulut. “jika diartikan secara harfiah, *rijst* yang berarti nasi dan *tafel* yang berarti meja, jika disatukan menjadi hidangan nasi”.

MENU

Soto Ayam Gunungkidul

Nasi Tiwul

Nasi Merah

Kicikan

Jangan Ijo Lombok

Glinding Burung Dara

Sambal Bawang Gunungkidul

Gatot

1.3.1 Tinjauan Produk

1. Soto Ayam Gunungkidul

Soto adalah makanan yang berasal dari Tiongkok. Disana soto dikenal dengan sebutan *caudo* atau *jauto*. Saat orang Tiongkok mulai hijrah ke negara - negara Asia Tenggara termasuk Indonesia, mereka mulai membuat soto. Dengan bahan – bahan yang ada di Indonesia, soto pun diberubah rasa sesuai daerah yang ada di Indonesia. Soto ayam adalah soto yang memakai bumbu kuning dan daging ayam didalamnya. Namun berbeda dengan soto ayam Gunungkidul. Soto nya yang tidak berwarna kuning melainkan bening adalah ciri khas dari soto ayam Gunungsskidul. Hal itu dikarenakan bumbu dari soto itu hanya memakai sedikit kunyit. Berberda dengan soto ayam di daerah lainnya yang menggunakan banyak kunyit agar warnanya sangat kuning. (Salsa, 2022)

Gambar 1 Soto Ayam Gunungkidul



Sumber : Olahan data penulis

2. Nasi Tiwul

Tiwul sebenarnya merupakan makanan pokok masyarakat Gunungkidul pada masa lalu. Tiwul yang berbahan baku singkong dijadikan pengganti nasi ketika harga beras tidak terbeli oleh masyarakat. Hal ini terjadi pada era penjajahan Jepang dan pada era 1960-an. Pada masa lalu, tiwul dimakan selayaknya nasi, dengan lauk pauk serta sayuran. Tiwul dibuat dari singkong yang dijemur hingga kering, atau biasa disebut gaplek. Gaplek ditumbuk hingga halus, kemudian dikukus hingga matang. Hasil kukusan inilah yang disebut dengan tiwul. Jika dimakan sebagai makanan pokok, tiwul dapat dihidangkan bersama lauk pauk. Tiwul menjadi bahan makanan andalan masyarakat Ketika datangnya musim kemarau yang berkepanjangan.(unknow, 2019)

Gambar 2 Nasi Tiwul



Sumber : Olahan data penulis

3. Nasi Merah

Nasi merah khas gunung kidul adalah padi yang ditanam di tanah bebatuan yang memiliki curah hujan rendah. Hanya padi tadah hujan yang bisa tumbuh subur di tanah seperti itu. Padi itulah yang kemudian memiliki warna merah dengan cita rasa unik, yaitu gurih dan tidak lembek. Nasi merah ini berbeda dengan nasi merah yang berada di pasaran. Mulai dari cara pemetikan, pengolahan menjadi beras, hingga cara memasaknya pun berbeda. (unknow, 2020)

Gambar 3 Nasi Merah



Sumber : Olahan data penulis

4. Kicikan

Kicikan adalah hidangan yang bahan utamanya adalah daging. Bisa daging kambing atau sapi, tapi kebanyakan yang dijual adalah kicikan sapi.

Kemudian ada juga tambahan lain dari sisa-sisa bagian sapi, seperti paru, kulit, hingga babat. Semua bahan diolah dengan bumbu khas sehingga tercipta rasa yang lezat. Dinamakan begitu karena salah satu rahasia kelezatannya adalah daun kicik yang digunakan sebagai bumbu. Rasa gurih dan manis tetap dominan seperti kebanyakan masakan jawa bagian tengah. Makanan ini dahulu terbuat dari jeroan sapi dikarenakan dahulu jeroan sapi harganya sangat murah bahkan tidak ada harganya. Lalu diolah menjadi makanan dengan bumbu – bumbu yang seadanya. (Salsa, 2022)

Gambar 4 Kicikan



Sumber : Olahan data penulis

5. Jangan Ijo Lombok

Sayur jangan ijo Lombok merupakan makanan dari Gunungkidul yang sering dijumpai di daerah Gunungkidul. Makanan ini terbuat dari tempe, cabe ijo, santan dan bumbu putih. Jangan lombok ijo terdiri dari kata “jangan” yang berarti sayur dan “Lombok ijo” yang berarti cabe hijau. Asal

mula sayur ini dikarenakan pada zaman dahulu disetiap perkebunan masyarakat Gunungkidul selalu ada cabai hijau yang ditanam para petani. Cabe hijau itulah yang diolah kemudian menjadi bahan utama sayur. (Salsa, 2022)

Gambar 5 Jangan Lombok Ijo



Sumber : Olahan data penulis

6. Glinding Burung Dara

Glinding burung dara adalah makanan khas Gunungkidul yang sekarang sulit untuk ditemui. Makanan ini terbuat dari daging burung dara yang ditumbuk lalu disatukan dengan bumbu dan kelapa parut lalu dikukus. (Adam. 2020)

Gambar 6 Glinding Burung Dara



Sumber : Olahan data penulis

7. Sambal bawang

Sambal bawang dari Gunungkidul memiliki citarasa berbeda dari sambal bawang daerah lain. Jika di daerah lain sambal bawang terdiri dari bawang merahnya yang banyak, di Gunungkidul sambal bawang terdiri dari bawang putihnya yang banyak dan tidak memakai bawang merah, sehingga rasanya pun berbeda dengan sambal bawang daerah lain. Cara membuatnya pun tidak boleh di blender, melainkan harus di ulek. (Salsa, 2022)

Gambar 7 Sambal Bawang



Sumber : Olahan data penulis

8. Gatot

Gatot adalah makanan manis dari Gunungkidul. Proses pembuatan gatot memakan waktu yang lumayan lama, dari proses fermentasi singkong dengan cara dijemur sampai muncul jamur hasil fermentasi ini berupa geplek kemudian gapek ini direndam selama dua malam sampai ketela tersebut kenyal, setelah itu ditiriskan, dicuci, dan diambil kulit arinya, kemudian dipotong-potong kecil-kecil dan direndam selama satu malam. Setelah direndam kemudian dikukus selama dua jam dan biasanya ditambahkan di tambahkan gula merah, garam, dan kelapa agar membuat makanannya terasa manis dan gurih. Gatot dan tiwul merupakan makanan yang sering dihidangkan pada zaman dahulu, dikarenakan bahannya yang

berbahan dasar singkong yang sangat mudah ditanam di daerah Gunungkidul yang memiliki curah hujan yang rendah. (Salsa, 2022)

Gambar 8 Sompil



Sumber : Olahan data penulis

1.3.2 Standar Resep

Resep adalah informasi mengenai bahan-bahan masakan, cara mengolahnya serta hal-hal lainnya yang berhubungan dengan masakan. Resep masakan adalah takaran yang digunakan untuk membuat masakan yang telah teruji ke akuratanya. Selain menyiapkan bahan, dalam resep masakan juga tersedia keterangan dan panduan seputar cara mengolah bahan-bahan yang akan dimasak, serta keterangan tentang cara menyajikan hasil masakan tersebut. Berikut adalah standar resep yang penulis peroleh dari pemilik rumah makan Bu Tiwi Tan Tlogo yang berlokasi di Jl.

Wonosari – Pacitan, Semanu, Gunungkidul, Yogyakarta. Yang Bernama Sunyata, S H. dan di sajikan dalam bentuk format resep yang di contoh dari resep -resep Poltekpar NHI Bandung.

Table 1
Soto Ayam Guningkidul

Page : 1 of 2 *Amount of Portion* :10 portion
Date : 14 Oktober 2022 *Portion Size* :100 gr
Type of Dish : Soup *Serving Temperature* : Hot
Origin : Indonesia

NO	METHOD	QTY	INGREDIENTS	EXPLANATION
	The mise en Place			
	Persiapan	500 gr 100 gr 60 gr 5 gr 20 gr 10 gr 5 gr 300 gr 5 gr 5 gr 10 gr 10 gr 10 gr 10 gr 5 gr 5 gr 5 gr 100 gr 10 gr 100 gr 100 gr 10 ml 20 gr	Ayam kampung Bawang merah Bawang putih Merica Kemiri Bawang daun Daun jeruk Soun Serai pala Kunyit Kayu manis Tomat Bawang goreng Cabai Rawit Gula Garam Kaldu bubuk ayam Kol Seledri Wortel Tauge Minyak goreng Jeruk nipis	Iris tipis Rebus sebentar Bakar Iris tipis Iris tipis Iris tipis Iris tipis
	Haluskan		Kemiri Bawang merah Bawang Putih Merica Kunyit	

	Rebus		Ayam kampung	Hingga matang, lalu pisahkan stock dan ayam. Lalu suwir daging ayam
	Tumis		Kemiri Bawang putih Bawang merah Merica Pala Kunyit Serai Daun jeruk Kayu manis	Hingga matang
	Tambahkan		Kol Ayam Bawang daun Chicken stock Wortel Soun Kol Tauge Seledri Garam Gula Kaldu bubuk ayam	
	Sajikan		Bawang goreng Tomat Cabai rawit	

Table 1 Recipe Soto Ayam

Sumber : *Cookpad.com*, Oktober 2022

Table 2
Nasi Tiwul

Page : 1 of 1 *Amount of Portion* :10 portion
Date : 14 Oktober 2022 *Portion Size* :100 gr
Type of Dish : Sidedish *Serving Temperature* : Hot
Origin : Indonesia

NO	METHOD	QTY	INGREDIENTS	EXPLANATION
	The mise en Place			
	Persiapan	1000 gr	Gaplek	
	Kukus		Gaplek	Hingga matang
	Sajikan			

Table 2 Recipe Nasi Tiwul

Sumber : *Cookpad.com*, Oktober 2022

Table 3
Nasi Merah

Page : 1 of 1 *Amount of Portion* :10 portion
Date : 14 Oktober 2022 *Portion Size* :100 gr
Type of Dish : Sidedish *Serving Temperature* : Hot
Origin : Indonesia

NO	METHOD	QTY	INGREDIENTS	EXPLANATION
	The mise en Place			
	Persiapan	1000 gr	Beras merah	
	Kukus		Beras Merah	Hingga matang
	Sajikan			

Table 3 Recipe Nasi Merah

Sumber : *Cookpad.com*, Oktober 2022

Table 4**Kicikan***Page* : 1 of 2*Amount of Portion* :10 portion*Date* : 14 Oktober 2022*Portion Size* :100 gr*Type of Dish* : Maincourse*Serving Temperature* : Hot*Origin* : Indonesia

NO	METHOD	QTY	INGREDIENTS	EXPLANATION
	The mise en Place			
	Persiapan	1000 gr 100 gr 700 gr 50 gr 10 gr 5 gr 30 gr 20 gr 20 gr 5 gr 20 gr 100 ml 50 gr 20 ml 5 gr 10 ml	Daging sapi Bawang merah Bawang putih Kemiri Ketumbar Merica Kunyit Serai Jahe Daun salam Lengkuas Santan Gula merah Kecap manis Garam Minyak goreng	Bakar Geprek Geprek
	Haluskan		Kemiri Bawang merah Bawang Putih Merica Kunyit Ketumbar	
	Tumis		Daging sapi Bawang merah Bawang putih Kemiri Ketumbar Merica Kunyit Sereh Jahe Daun salam	Hingga matang,

			Lengkuas Minyak goreng	
	Tambahkan		Santan Gula merah Kecap Air Santan	Masak Hingga matang
	Sajikan			

Table 4 Recipe Kicikan

Sumber : *Cookpad.com*, Oktober 2022

Table 5
Jangan Lombok Ijo

Page : 1 of 2 *Amount of Portion* : 10 portion
Date : 14 Oktober 2022 *Portion Size* : 100 gr
Type of Dish : Sidedish *Serving Temperature* : Hot
Origin : Indonesia

NO	METHOD	QTY	INGREDIENTS	EXPLANATION
	The mise en Place			
	Persiapan	300 gr 300 gr 30 gr 300 gr 70 gr 60 gr 20 gr 30 gr 5 gr 30 gr 150 ml 10 ml 5 gr 5 gr 10 gr	Cabai hijau Kacang Panjang Cabai rawit Tempe Bawang putih Bawang merah Ebi Lengkuas Daun salam Gula merah Santan Minyak goreng Garam Gula Kaldu bubuk	Iris serong Iris 1 ruas jari Iris tipis Potong dadu Iris tipis Iris tipis Geprek
	Tumis		Cabai hijau Kacang Panjang Cabai rawit Tempe Bawang putih Bawang merah Ebi Lengkuas Daun salam Minyak goreng	Hingga matang, lalu pisahkan stock dan ayam. Lalu suwir daging ayam
	Tambahkan		Santan Gula merah Air	Masak Hingga matang
	Sajikan			

Table 5 Recipe Jangan Lombok Ijo

Sumber : *Cookpad.com*, Oktober 2022

Table 6
Glinding Burung Dara

Page : 1 of 2 *Amount of Portion* :10 portion
Date : 14 Oktober 2022 *Portion Size* :100 gr
Type of Dish : Maincourse *Serving Temperature* : Hot
Origin : Indonesia

NO	METHOD	QTY	INGREDIENTS	EXPLANATION
	The mise en Place			
	Persiapan	2000 gr 100 gr 60 gr 30 gr 20 gr 20 gr 30 gr 100 gr 5 gr 500 gr	Burung dara Bawang merah Bawang putih Cabe rawit Ketumbar Jahe Gula merah Kelapa parut Daun salam Daun pisang	pisahkan daging dari tulangnya
	Haluskan		Burung dara Bawang merah Bawang putih Cabe rawit Ketumbar	
	Tambahkan		Jahe Gula merah Kelapa parut Daun salam	
	Kukus		Burung dara Bawang merah Bawang putih Cabe rawit Ketumbar Jahe Gula merah Kelapa parut Daun salam Daun pisang	Bungkus semua bahan dalam beberapa daun pisang. Masak Hingga matang
	Sajikan			

Table 6 Recipe Glinding Burung Dara

Sumber : *Cookpad.com*, Oktober 2022

Tabel 7
Sambal Bawang

Page : 1 of 1 *Amount of Portion* :10 portion
Date : 14 Maret 2022 *Portion Size* :100 gr
Type of Dish : Sidedish *Serving Temperature* : Hot
Origin : Indonesia

NO	METHOD	QTY	INGREDIENTS	EXPLANATION
	The mise en Place			
	Persiapan	500 gr 50 gr 10 gr	Cabai rawit Bawang putih Garam	
	Haluskan		Cabai rawit Bawang putih Garam	
	Sajikan			

Table 7 Recipe Sambal Bawang

Sumber : *Cookpad.com*, Oktober 2022

Tabel 8**Gatot**

Page : 1 of 1 *Amount of Portion* :10 portion
Date : 14 Oktober 2022 *Portion Size* :100 gr
Type of Dish : Dessert *Serving Temperature* : Hot
Origin : Indonesia

NO	METHOD	QTY	INGREDIENTS	EXPLANATION
	The mise en Place			
	Persiapan	800 gr 200 gr 20 gr 100 gr	Gaplek Kelapa parut Garam Gula merah	
	Kukus		Gaplek Kelapa parut Garam Gula merah	Hingga matang
	Sajikan			

Table 8 Recipe Gatot

Sumber : *Cookpad.com*, Oktober 2022

1.3.3 Recipe Costing, Dish Costing dan Selling Price

Dalam salah satu tujuan yang dibuat oleh penulis, Tugas Akhir ini adalah sebagai bentuk atau objek berwirausaha yang tentunya penulis dapat mempertimbangkan harga resep, harga pekerja, dan harga makanan yang akan dijadikan pertimbangan oleh wirausaha mandiri, hotel, ataupun *Restaurant*.

Recipe costing adalah biaya yang dikeluarkan untuk sebuah menu dengan resep tertentu yang biaya tersebut meliputi bahan baku, pengolahan, hingga makanan siap dijual. *Recipe costing* itu sendiri jika diartikan adalah biaya semua bahan baku dalam suatu menu.

Dish cost adalah sebuah perhitungan untuk sebuah hidangan dengan biaya diluar bahan seperti biaya karyawan bahan bakar dan lainnya, yang sudah dihitung dan disatukan dengan *recipe costing* dan dapat dihasilkan berapa *dish cost* yang dibutuhkan untuk sebuah hidangan

Selling price adalah harga sebuah menu setelah sebuah harga *dish cost* ditambahkan dengan laba perusahaan untuk menemukan harga yang sesuai untuk harga jual.

$$\text{Dish Costing} = \text{Recipe Costing} / \text{Total Portion}$$

Adapun rumus untuk menentukan selling price atau harga jual sebagai berikut :

$$\text{Sales} = (\text{Cost} / \text{Cost}) \times 100 \%$$

Berikut adalah *Recipe Costing*, *Dish Costing*, dan *Selling Price* yang ditetapkan oleh penulis berdasarkan standar resep yang penulis peroleh :

Table 9
soto ayam

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA			HARGA TOTAL
				BERAT	UNIT	HARGA	
1	Ayam kampung	500	gr	1	kg	80000	40000
2	Bawang merah	100	gr	1	kg	20000	2000
3	Bawang putih	60	gr	1	kg	20000	1200
4	Merica	5	gr	1	kg	80000	400
5	Kemiri	20	gr	1	kg	15000	300
6	Bawang daun	10	gr	1	kg	15000	150
7	Daun jeruk	5	gr	1	kg	30000	150
8	Sohun	300	gr	1	kg	40000	12000
9	Serai	5	gr	1	kg	15000	75
10	Pala	5	gr	1	kg	100000	500
11	Kunyit	10	gr	1	kg	15000	150
12	Kayu manis	10	gr	1	kg	80000	800
13	Tomat	10	gr	1	kg	10000	100
14	Bawang goreng	10	gr	1	kg	30000	300
15	Cabai rawit	10	gr	1	kg	30000	300
16	Gula	5	gr	1	kg	12000	60
17	Garam	5	gr	1	kg	10000	50
18	Kaldu bubuk	5	gr	1	kg	70000	350
19	Kol	100	gr	1	kg	60000	600
20	Seledri	10	gr	1	kg	20000	100

21	Wortel	100	gr	1	kg	10000	1000
22	Tauge	100	gr	1	kg	15000	1500
23	Jeruk nipis	50	gr	1	kg	15000	750
24	Minyak goreng	10	ml	1	kg	14000	140
<i>Recipe costing / 10 porsi</i>							62975
<i>Dish costing / porsi</i>							6297,5
<i>Dish presentage</i>							30 %
<i>Selling price / porsi</i>							Rp.20,990

Table 9 Food Costing Soto Ayam

Sumber : Data olahan penulis, Oktober 2022

Table 10

Nasi Tiwul

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA			HARGA TOTAL
				BERAT	UNIT	HARGA	
1	Singkong	1000	gr	1	kg	8000	8000
<i>Recipe costing / 10 porsi</i>							8000
<i>Dish costing / porsi</i>							800
<i>Dish presentage</i>							30 %
<i>Selling price / porsi</i>							Rp.2,666

Table 10 Food Costing Nasi Tiwul

Data olahan penulis, Oktober 2022

Table 11
Nasi Merah

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA			HARGA TOTAL
				BERAT	UNIT	HARGA	
1	Beras merah	1000	gr	1	kg	30000	30000
<i>Recipe costing / 10 porsi</i>							30000
<i>Dish costing / porsi</i>							3000
<i>Dish presentage</i>							30 %
<i>Selling price / porsi</i>							Rp.3,333

Table 11 Food Costing Sego Abang

Data olahan penulis, Oktober 2022

Table 12
Kicikan

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA			HARGA TOTAL
				BERAT	UNIT	HARGA	
1	Daging sapi	1000	gr	1	kg	100000	100000
2	Bawang merah	100	gr	1	kg	20000	2000
3	Bawang putih	70	gr	1	kg	20000	1400
4	Kemiri	50	gr	1	kg	15000	750
5	Ketumbar	10	gr	1	kg	30000	300
6	Merica	5	gr	1	kg	80000	400
7	Kunyit	30	gr	1	kg	15000	450
8	Serai	20	gr	1	kg	15000	300
9	Jahe	20	gr	1	kg	15000	300
10	Daun salam	5	gr	1	kg	15000	75

11	Lengkuas	20	gr	1	kg	10000	200
12	Santan	100	ml	1	L	35000	3500
13	Gula merah	50	gr	1	kg	10000	500
14	Kecap manis	20	ml	1	L	26000	520
15	Garam	5	gr	1	kg	10000	50
16	Minyak goreng	10	ml	1	L	14000	140
<i>Recipe costing / 10 porsi</i>							110,885
<i>Dish costing / porsi</i>							11,088,5
<i>Dish presentage</i>							30 %
<i>Selling price / porsi</i>							Rp.36,960

Table 12 Food Costing Kicikan

Data olahan penulis, Oktober 2022

Table 13

Jangan Lombok Ijo

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA			HARGA TOTAL
				BERAT	UNIT	HARGA	
1	Cabai hijau	300	Gr	1	kg	40000	12000
2	Bawang merah	70	Gr	1	kg	20000	1400
3	Bawang putih	60	gr	1	kg	20000	1200
4	Cabai rawit	30	gr	1	kg	30000	900
5	Tempe	300	gr	1	kg	20000	6000
6	Ebi	20	gr	1	kg	100000	2000
7	Lengkuas	30	gr	1	kg	10000	300
8	Daun Salam	5	gr	1	kg	15000	75
9	Gula merah	30	gr	1	kg	10000	300
10	Minyak goreng	10	ml	1	L	14000	140
11	Garam	5	gr	1	kg	10000	50

12	kacang panjang	300	gr	1	kg	15000	4500
13	Gula	5	gr	1	kg	12000	60
14	Santan	150	ml	1	L	35000	5250
<i>Recipe costing / 10 porsi</i>							34175
<i>Dish costing / porsi</i>							3417,5
<i>Dish presentage</i>							30 %
<i>Selling price / porsi</i>							Rp.11,391

Table 13 Food Costing Jagan Lombok Ijo

Data olahan penulis, Oktober 2022

Table 14
Glinding Burung Dara

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA			HARGA TOTAL
				BERAT	UNIT	HARGA	
1	Burung dara	1000	gr	1	kg	40000	40000
2	Bawang merah	100	gr	1	kg	20000	2000
3	Bawang putih	60	gr	1	kg	20000	1200
4	Cabai rawit	30	gr	1	kg	30000	900
5	Ketumbar	20	gr	1	kg	30000	600
6	Jahe	20	gr	1	kg	15000	300
7	Gula merah	30	gr	1	kg	10000	300
8	Kelapa parut	300	gr	1	kg	15000	4500
9	Daun salam	5	gr	1	kg	15000	75
10	Garam	5	gr	1	kg	10000	50
11	Daun pisang	500	gr	1	kg	10000	5000
<i>Recipe costing / 10 porsi</i>							54925
<i>Dish costing / porsi</i>							5492,5
<i>Dish presentage</i>							30 %
<i>Selling price / porsi</i>							Rp.18,306

Table 14 Food Costing Glinding Burung Dara

Data olahan penulis, Oktober 202

Table 15
Sambal Bawang

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA			HARGA TOTAL
				BERAT	UNIT	HARGA	
1	Cabai rawit	500	gr	1	kg	30000	15000
2	Bawang putih	50	gr	1	kg	20000	1000
3	Garam	10	gr	1	kg	10000	100
<i>Recipe costing / 10 porsi</i>							16100
<i>Dish costing / porsi</i>							1610
<i>Dish presentage</i>							30 %
<i>Selling price / porsi</i>							Rp. 5.866

Table 15 Food Costing Sambal Bawang

Data olahan penulis, Oktober 2022

Tabel 16
Gatot

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA			HARGA TOTAL
				BERAT	UNIT	HARGA	
1	Singkong	800	gr	1	kg	8000	6400
2	Kelapa parut	200	gr	1	kg	15000	3000
3	Gula merah	100	gr	1	kg	10000	1000
4	Garam	20	gr	1	kg	10000	200
<i>Recipe costing / 10 porsi</i>							10600
<i>Dish costing / porsi</i>							1060
<i>Dish presentage</i>							30 %
<i>Selling price / porsi</i>							Rp.3.533

Table 16 Food Costing Gatot

Sumber : Data olahan penulis, Oktober 2022

Tabel 17
Total Food Costing

No	Nama Menu	Recipe Costing	Dish Costing	Selling Price
1	Soto Ayam Gunungkidul	62,975	6297,5	20,990
2	Nasi Tiwul	8,000	800	2,666
3	Sego Abang	30,000	3000	3,333
4	Kicikan	110,885	11,088,5	36,960
5	Jangan Ijo Lombok	34,175	3417,5	11,391
6	Tempe Mlanding	14,000	1400	4,666
7	Glinding Burung Dara	54,925	5492,5	18,306
8	Sambal Bawang	17,600	1,760	5,866
9	Gatot	10,600	1,060	3,533
<i>Recipe costing / 10 porsi</i>				466,285
<i>Dish costing / porsi</i>				46,628,5
<i>Dish presentage</i>				30 %
<i>Selling price</i>				Rp.155,428,333

Table 17 Total Food Costing

Sumber : Data olahan penulis, Oktober 2022

1.3.4 Nutrition value

Nutrisi adalah proses dimana tubuh membutuhkan makanan untuk membentuk energi, meningkatkan pertumbuhan, mempertahankan Kesehatan, serta untuk menjaga setiap fungsi organ tetap terjaga dan normal. Nutrisi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorbs, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi. Supariasa (2001).

Dalam hal ini, penulis akan membahas beberapa komponen penting seperti kalori, karbohidrat, lemak, protein, dan gula yang dalam hal ini penulis rangkum dalam tabel yang berisikan informasi kandungan-kandungan tersebut. Dalam menghitung nutrisi, penulis menggunakan data dari sumber fatsecret.co.id.

Berikut adalah tabel kandungan nutrisi pada menu yang akan dipresentasikan oleh penulis :

Table 18**Soto ayam**

No	Nama	Jumlah	Unit	<i>Calories</i> (kcal)	<i>Carbohy</i> <i>drate</i> (gr)	<i>Fat</i> (gr)	Protein (gr)	<i>Sugar</i> (gr)
1	Ayam kampung	500	gr	1230	0	45	189.5	0
2	Bawang merah	100	gr	72	16.8	0.02	2.50	7.90
3	Bawang putih	60	gr	67.2	12.78	0.12	2.70	0
4	Merica	5	gr	14	0.4	0.34	0.57	0
5	Kemiri	20	gr	135	1.6	0	3.8	0
6	Bawang daun	10	gr	0	0.72	0.02	0.18	0
7	Daun jeruk	5	gr	2.35	0.58	0.01	0.04	0.46
8	Sohun	300	gr	1053	258.27	0.18	0.48	0
9	Serai	5	gr	4.95	1.26	0.02	0.09	0
10	Pala	5	gr	26.25	2.46	1.81	0.29	0
11	Kunyit	10	gr	17.7	3.24	0.49	0.39	0.16
12	Kayu manis	10	gr	26.1	7.98	0.31	0.38	0.21
13	Tomat	10	gr	2.4	0.47	0.05	0.13	0.26
14	Bawang goreng	10	gr	50	5	3	1	1
15	Cabai rawit	10	gr	31.8	5.66	1.72	1.2	1.03
16	Gula	5	gr	19.35	4.99	0	0	4.99
17	Garam	5	gr	0	0	0	0	0
18	Kaldu bubuk	5	gr	0	0	0	0	0
19	Kol	100	gr	24	5.58	0.12	1.44	3.58
20	Seledri	10	gr	0.14	0.29	0.01	0.06	0.18
21	Wortel	100	gr	41	9.58	0.24	0.93	4.54
22	Tauge	100	gr	29	4.69	0.48	3.59	1.84
23	Jeruk nipis	50	gr	15	5.27	0.1	0.35	0.84
24	Minyak goreng	10	ml	88.4	0	10	0	0
TOTAL				2,949,64	347,62	63,95	210,45	26,99

TOTAL PER PORTION	294,96	34,76	6,39	21,04	2,69
--------------------------	--------	-------	------	-------	------

Table 18 Nutrition Soto Ayam

Sumber : Data olahan penulis merujuk pada fatsecret.co.id Oktober 2022

Table 19

Nasi Tiwul

No	Nama	Jumlah	Unit	Calories (kcal)	Carbohydrate (gr)	Fat (gr)	Protein (gr)	Sugar (gr)
1	Singkong	1000	gr	1600	2.80	380.60	13.60	1.70
TOTAL				1600	2,80	380,60	13,60	1,70
TOTAL PER PORTION				160	0,28	38,06	1,36	0,17

Table 19 Nutrition Nasi Tiwul

Sumber : Data olahan penulis merujuk pada fatsecret.co.id Oktober 2022

Table 20

Nasi Merah

No	Nama	Jumlah	Unit	Calories (kcal)	Carbohydrate (gr)	Fat (gr)	Protein (gr)	Sugar (gr)
1	Beras merah	1000	gr	3500	750	15	90	0
TOTAL				3,500	750	15	90	0
TOTAL PER PORTION				350	75	15	90	

Table 20 Nutrition Sego Abang

Sumber : Data olahan penulis merujuk pada fatsecret.co.id Oktober 2022

Table 21**Kicikan**

No	Nama	Jumlah	Unit	<i>Calories</i> (kcal)	<i>Carbohydrate</i> (gr)	<i>Fat</i> (gr)	<i>Protein</i> (gr)	<i>Sugar</i> (gr)
1	Daging sapi	1000	gr	2880	0	195.4	263.3	0
2	Bawang merah	100	gr	33.6	6.39	0.06	1.35	0
3	Bawang putih	70	gr	50.4	11.76	0.01	1.75	3.95
4	Kemiri	50	gr	337.5	4	0	9.5	0
5	Ketumbar	10	gr	2.3	0.36	0.05	0.21	0.08
6	Merica	5	gr	14	0.4	0.34	0.57	0
7	Kunyit	30	gr	53.1	9.72	1.47	1.17	0.48
8	Serai	20	gr	19.8	5.04	0.08	0.36	0
9	Jahe	20	gr	16	3.55	0.15	0.36	0.34
10	Daun salam	5	gr	0	0	0	0	0
11	Lengkuas	20	gr	4.8	0.87	0.10	0.29	0.35
12	Santan	100	ml	230	5.54	23.84	2.29	3.34
13	Gula merah	50	gr	88.5	48.66	0	0	48.10
14	Kecap manis	20	gr	60.2	15.28	0.01	0.25	14.87
15	Garam	5	gr	0	0	0	0	0
16	Minyak goreng	10	gr	88.4	0	10	0	0
TOTAL				3878,6	111,57	231,51	281,4	71,51
TOTAL PER PORTION				387,86	11,15	23,15	28,14	7,15

Table 21 Nutrition Kicikan

Sumber : Data olahan penulis merujuk pada fatsecret.co.id Oktober 2022

Tabel 22
Jangan Lombok Ijo

No	Nama	Jumlah	Unit	Calories (kcal)	Carbohydrate (gr)	Fat (gr)	Protein (gr)	Sugar (gr)
1	Cabai hijau	300	gr	96	21.93	0.78	4.65	12.48
2	Bawang merah	70	gr	23.52	4.47	0.04	0.94	0
3	Bawang putih	60	gr	67.2	12.78	0.12	2.70	0
4	Cabai rawit	30	gr	95.4	16.98	5.16	3.6	3.09
5	Tempe	300	gr	579	28.17	32.4	55.62	0
6	Ebi	20	gr	51.8	0.24	0.44	12.48	0
7	Lengkuas	30	gr	7.2	1.30	0.15	0.43	0.52
8	Daun Salam	5	gr	0	0	0	0	0
9	Gula merah	30	gr	53.1	29.19	0	0	28.86
10	Minyak goreng	10	ml	88.4	0	10	0	0
11	Garam	5	gr	0	0	0	0	0
12	Kacang panjang	300	gr	93	21.39	0.36	5.46	4.2
13	Gula	5	gr	19.7	4.7	0	0	0
14	Santan	150	ml	345	8.31	35.7	3.43	5.01
TOTAL				1519,32	149,46	85,15	87,31	54,16
TOTAL PER PORTION				151,93	14,94	8,51	8,73	5,41

Table 22 Nutrition Jangan Ijo Lombok

Sumber : Data olahan penulis merujuk pada fatsecret.co.id Oktober 2022

Table 23
Glinding Burung Dara

No	Nama	Jumlah	Unit	<i>Calories</i> (kcal)	<i>Carbohydrate</i> (gr)	<i>Fat</i> (gr)	<i>Protein</i> (gr)	<i>Sugar</i> (gr)
1	Burung dara	1000	gr	1420	0	75	175	0
2	Bawang merah	100	gr	33.6	6.39	0.06	1.35	0
3	Bawang putih	60	gr	67.2	12.78	0.12	2.70	0
4	Cabai rawit	30	gr	95.4	16.98	5.16	3.6	3.09
5	Ketumbar	20	gr	28	0.8	0.68	1.16	6.18
6	Jahe	20	gr	16	3.55	0.15	0.36	0.34
7	Gula merah	30	gr	53.1	29.19	0	0	28.86
8	Kelapa parut	300	gr	1062	45.69	10.47	9.99	18.69
9	Daun salam	5	gr	0	0	0	0	0
10	Daun pisang	500	gr	0	0	0	0	0
11	Garam	5	gr	0	0	0	0	0
TOTAL				2775,3	115,38	91,64	194,16	57,16
TOTAL PER PORTION				277,53	11,53	9,16	19,41	5,71

Table 23 Nutrition Glinding Burung Dara

Sumber : Data olahan penulis merujuk pada fatsecret.co.id Oktober 2022

Table 24
Sambal Bawang

No	Nama	Jumlah	Unit	Calories (kcal)	Carbohydrate (gr)	Fat (gr)	Protein (gr)	Sugar (gr)
1	Cabai rawit	250	gr	795	141,5	43	30	25,75
2	Bawang putih	50	gr	56	10.65	0.10	2.25	0
3	Garam	10	gr	0	0	0	0	0
TOTAL				851	151,70	43,10	32,25	25,75
TOTAL PER PORTION				85,1	15,17	4,31	3,22	2,57

Table 24 Nutrition Sambal bawang

Sumber : Data olahan penulis merujuk pada fatsecret.co.id Oktober 2022

Table 25
Gatot

No	Nama	Jumlah	Unit	Calories (kcal)	Carbohydrate (gr)	Fat (gr)	Protein (gr)	Sugar (gr)
1	Singkong	800	gr	1280	2.24	304.48	10.88	1.36
2	Kelapa parut	200	gr	708	30.46	6.98	6.66	12.46
3	Gula merah	100	gr	177	97.32	0	0	96.2
4	Garam	20	gr	0	0	0	0	0
TOTAL				2,165	130,02	311,46	17,54	110,02
TOTAL PER PORTION				216,5	13	31.14	1.75	11

Table 25 Nutrition Gatot

Sumber : Data olahan penulis merujuk pada fatsecret.co.id Oktober 2022

1.4 Lokasi dan Waktu Penelitian

1.4.1 Pelaksanaan Latihan presentasi

- lokasi

Lokasi penelitian dilakukan dirumah penulis yang berada di jalan nihmat, no 27, Kabupaten Bandung Barat

- Waktu

Penulis melakukan *trial* pada Minggu, 16 Oktober 2022

1.4.2 Rencana Pelaksanaan Presentasi Produk

- Lokasi

Presentasi produk akan diselenggarakan di Kitchen Poltekpar NHI Bandung

- Waktu

Waktu pelaksanaan presentasi akan dilakukan sesuai dengan waktu yang ditentukan oleh Poltekpar NHI Bandung pada bula Januari 2023