

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara kepulauan yang memiliki keberagaman budaya dan kekayaan alam. Indonesia terbentang dari Sabang sampai Merauke dan memiliki 34 provinsi. Keberagaman yang dimiliki Indonesia tidak hanya dari sumber daya alamnya yang melimpah, namun juga suku, adat, budaya, bahasa, agama dan kepercayaan yang beragam. Keberagaman budaya yang ada di Indonesia berpengaruh terhadap makanan tradisional yang ada pada tiap – tiap daerah. Masakan Indonesia adalah salah satu tradisi kuliner yang paling kaya di dunia, dan penuh dengan cita rasa yang kuat.

Salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki kuliner yang beragam adalah provinsi Papua. Papua adalah provinsi yang terletak di bagian paling timur wilayah Indonesia yang memiliki luas sekitar 316.553,07 km² (Wikipedia, 2020). Provinsi Papua terbagi menjadi 2 yaitu Papua Barat dan Papua Timur yang memiliki 29 kabupaten / kota. Salah satu kota yang menyimpan keberagaman kuliner di Papua Barat adalah Kota Manokwari.

Manokwari adalah ibu kota Provinsi Papua barat, terletak di pantai utara daerah kepala burung pulau Papua. Secara geografis, kota Manokwari meliputi wilayah yang ada di kecamatan Manokwari Barat dan kecamatan Manokwari Timur (Wikipedia, 2020). Kota Manokwari memiliki luas wilayah 1.556,94 km² dan memiliki penduduk sebanyak 210.488 jiwa. Manokwari memiliki sumber daya alam seperti batubara, emas dan uranium. Selain kaya akan hasil tambang, Kabupaten Manokwari juga memiliki hasil pertanian yang melimpah dan memiliki

lahan sawah terbesar di Papua Barat. Berdasarkan luas panen, tanaman padi memiliki posisi terluas, diikuti oleh ubi – ubian (ubi kayu dan ubi jalar) dengan sistem perladangan jauh lebih luas dari lahan sawah. Keberagaman hasil bumi ini mempengaruhi karakter dari makanan tradisional yang terdapat di Kota Manokwari.

Menurut Guru Besar Teknologi Pangan dari Universitas Gadjah Mada, Prof. Murdijati Gardjito mengatakan bahwa makanan tradisional adalah makanan yang diolah dari bahan pangan hasil produksi setempat, dengan proses yang telah dikuasai masyarakat dan hasilnya adalah produk yang citarasa, bentuk dan cara makannya dikenal, digemari, dirindukan, bahkan menjadi penciri kelompok masyarakat tertentu. Pada sebagian masyarakat, makanan tradisional juga merupakan kebanggaan akan daerah kelahiran, tempat tumpah darahnya.

Makanan tradisional yang ada di setiap daerah di Nusantara sejatinya merupakan identitas dari daerah tersebut, juga merupakan cerminan dari sifat keseharian dan watak penduduk dari daerah tersebut. Menurut buku berjudul *Bangkitnya Bisnis Kuliner Tradisional: Meraih Untung Dari Bisnis Masakan* (2008) yang ditulis oleh Yuyun Alamsyah bahwa semua rasa masakan itu sangat menggambarkan letak geografis di tiap daerah. Sifat kedaerahannya sangat lekat sehingga makanan tradisional di Indonesia menjadi banyak sekali. Contohnya, makanan tradisional Jawa Timur memiliki karakter rasa tegas. Konon, hal tersebut merupakan cerminan dari sifat penduduk Jawa Timur yang memiliki gaya bicara yang tegas dan blak – blakan. Maka dari itu sudah sepatutnya kuliner tradisional dijaga dan dilestarikan.

Keunikan dari hidangan Manokwari adalah tiap masakannya memiliki keterkaitan dengan kearifan lokal. Menurut Rika Ramandey, seorang yang berpengalaman di bidang kuliner khas Papua mengatakan bahwa, "...Cara masaknya sederhana. Mereka (Masyarakat Papua) memanfaatkan kekayaan alam di sekitar mereka untuk diolah jadi makanan". Masyarakat disana menggunakan bahan – bahan pangan dari hasil alam yang ada seperti keladi, daun melinjo, daun pakis, kelapa dan bunga pepaya. Cara memasak yang digunakan juga masih amat sederhana seperti dikukus atau dibakar, masakan tradisional Manokwari jarang yang dimasak dengan cara digoreng sehingga gizi yang terdapat pada makanan dapat terjaga dengan baik. Salah satu makanan khas yang dapat ditemui di Kota Manokwari adalah Ikan Bakar Manokwari. Ikan Bakar Manokwari adalah ikan tongkol yang dibumbui dengan garam dan asam jawa lalu dibakar. Ikan bakar Manokwari biasanya dimakan dengan sambal mentah yang terbuat dari cabai rawit, bawang merah dan tomat.

Walaupun memiliki cita – rasa yang unik dan lezat, makanan khas Manokwari masih kurang dikenal oleh masyarakat luas khususnya yang berada diluar Papua. Hal ini dikarenakan karena adanya perbedaan kebiasaan seperti penggunaan sumber karbohidrat. Umumnya masyarakat Indonesia memanfaatkan beras sebagai sumber karbohidrat, berbeda halnya dengan masyarakat Papua yang umumnya menggunakan sagu atau umbi – umbian. Namun belakangan ini sudah terdapat restoran – restoran bertemakan makanan khas Papua dan Manokwari yang berlokasi di Kota Bandung dan DKI Jakarta yang telah disesuaikan sedemikian rupa sehingga masyarakat yang ada di kota tersebut dapat mencicipi hidangan khas Papua khususnya Kota Manokwari, contohnya di Bandung terdapat restoran

bernama Danau Sentani dan di DKI Jakarta terdapat restoran *Papoea By Nature*, keduanya merupakan restoran yang menyajikan makanan khas Papua. Restoran bertemakan makanan khas Papua dan Manokwari yang ada saat ini juga mengedepankan keaslian rasa dari kuliner Manokwari namun juga tetap memperhatikan presentasi hidangan yang dibuat modern. Dengan demikian, kuliner khas Manokwari yang disajikan memiliki nilai ekonomis yang lebih sehingga dapat disandingkan dengan hidangan modern yang ada saat ini.

Setelah penulis mencari informasi tentang masakan tradisional khas kota Manokwari, penulis merasa tertarik untuk mempelajari lebih dalam tentang makanan tradisional Kota Manokwari. Menurut penulis, kesederhanaan bahan makanan dan cara memasak makanan tradisional Manokwari dapat menjadi tantangan dan kesulitan tersendiri. Namun menurut penulis juga makanan tradisional Manokwari memiliki kekurangan yaitu kurangnya variasi bumbu dan rempah yang ada dalam suatu hidangan. Walaupun demikian, Kota Manokwari tetap memiliki cita rasa khas yang tidak dapat ditemukan di daerah lain.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Formal

Tujuan formal dari dibuatnya Tugas Akhir yang berjudul Mengenal Keunikan Hidangan Khas Kota Manokwari ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk mengikuti Ujian Akhir Program Diploma III Jurusan Hospitaliti Program Studi Manajemen Tata Boga di Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung.

1.2.2 Tujuan Operasional

1. Mengaplikasikan ilmu dan keterampilan dalam masakan Indonesia yang telah dipelajari di Program Studi Manajemen Tata Boga Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung.
2. Memperkenalkan kuliner khas Kota Manokwari yang masih jarang diketahui kepada masyarakat luas sehingga masyarakat tertarik untuk merasakan keunikan dari kuliner khas Kota Manokwari.
3. Menambah pengetahuan penulis tentang kuliner khas Kota Manokwari
4. Mempresentasikan kuliner khas Kota Manokwari agar memiliki nilai ekonomis tinggi sehingga dapat bersaing dengan kuliner modern.

1.3 Usulan Produk

Hidangan tradisional Papua memiliki ciri khas yaitu proses pengolahan makanan yang sederhana dan memanfaatkan kekayaan alam sekitar untuk dijadikan komoditi yang selanjutnya diolah menjadi hidangan, karena cara memasak yang sederhana dan bahan makanan yang diambil langsung dari alam, gizi dari hidangan yang dimasak masih terjaga dengan baik. Hal ini yang membuat penulis tertarik untuk mengenal kuliner tradisional Kota Manokwari. Berikut adalah menu yang penulis akan presentasikan dalam ujian sidang:

Menu

Sayur Tagas – Tagas

(Daun pepaya, daun singkong, kangkung, dan bunga pepaya yang dimasak dengan bumbu tradisional)

Aunu Senebre

(Ikan teri nasi yang dicampur dengan kelapa parut dan daun talas kemudian dikukus)

Ayam Baboto

(Daging ayam cincang dicampur dengan bumbu rajang kemudian dikukus)

Ikan Bakar Manokwari

(Ikan tongkol yang dibakar disajikan dengan sambal mentah)

Keladi Tumbuk

(Talas yang direbus kemudian dicampur dengan kelapa parut dan garam kemudian ditumbuk)

Sambal Colo – Colo

(Cabai, bawang merah, dan tomat yang dirajang kemudian diberi perasan jeruk nipis)

Es Buah Matoa

(Es campur berisikan buah matoa dan mangga yang disiram sirup dan disajikan dengan es serut)

1.4 Tinjauan Produk

1.4.1 Tema

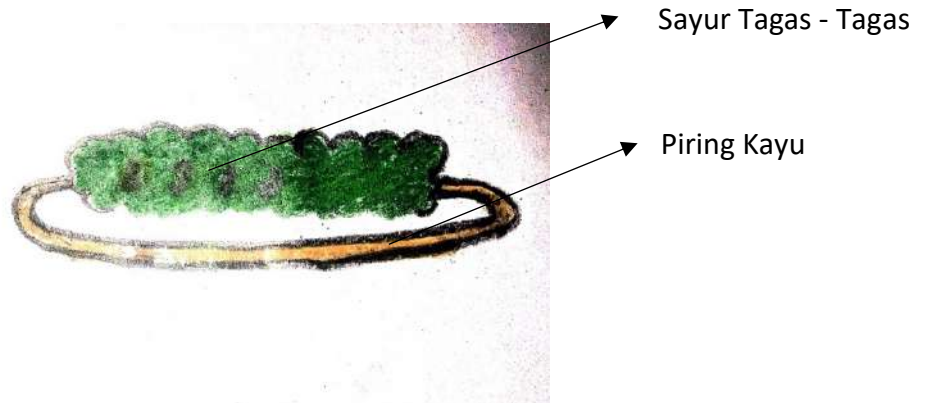
Penulis memilih untuk menggunakan bentuk rijsttafel sebagai metode penyajian hidangan khas Kota Manokwari. Pada artikel yang berjudul *The Story Of Dutch Food* (2018), ahli kuliner Karin Engelbrecht mengatakan bahwa: “*Rijsttafel* umumnya terdiri dari puluhan hidangan dengan berbagai tekstur dan rasa dalam porsi kecil yang disajikan bersama nasi”.

Berdasarkan teori diatas, penulis memutuskan untuk menghadirkan 7 masakan yang terdiri dari 2 protein, 2 hidangan pendamping, 1 karbohidrat, 1 sambal, dan 1 makanan penutup.

1.4.2 Jenis Produk

a. Sayur Tagas – Tagas

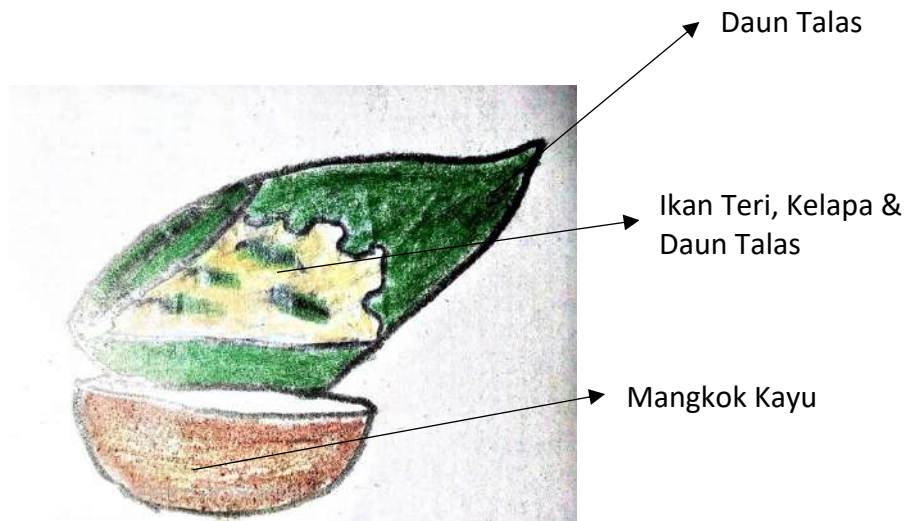
Sayur Tagas – Tagas merupakan hidangan sayur dari daun pepaya, daun singkong serta kangkung yang ditumis dengan bumbu halus yang terdiri dari bawang merah, bawang putih, cabe rawit, sereh, terasi, dan kemangi. Bahan baku dari hidangan ini banyak ditemui di Manokwari, dan juga sesuai sifat masyarakat Papua yang memanfaatkan hasil alam yang ada untuk dijadikan suatu hidangan. Sayur tagas – tagas memiliki rasa yang cukup pedas karena penggunaan cabe rawit, namun juga memiliki rasa segar dan harum dari daun kemangi.



Gambar 1 (sketsa Sayur Tagas – Tagas)

b. Aunu Senebre

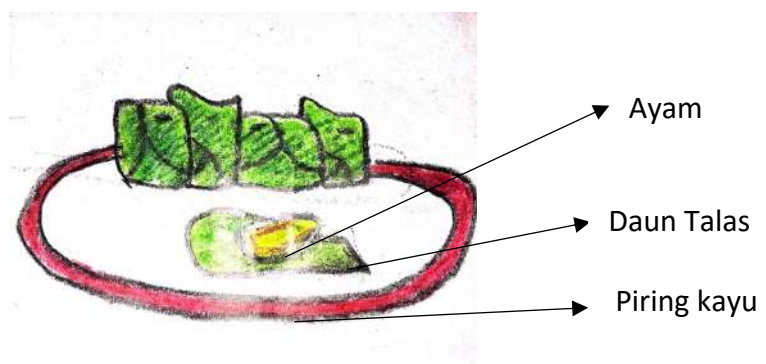
Hidangan pendamping ini adalah olahan ikan teri nasi yang digoreng sebentar, kemudian dicampur dengan parutan kelapa dan daun talas yang diiris tipis. Masyarakat Papua biasanya menyajikan hidangan ini sebagai pelengkap dan disantap bersama papeda atau umbi – umbian. Rasa yang dimiliki hidangan ini sangat gurih dan memiliki tekstur yang tidak terlalu kering. Penambahan daun talas di hidangan ini memberikan cita – rasa tersendiri yang menambah rasa gurih dan lezat. Makanan ini cukup menarik perhatian karena terpilih menjadi salah satu nominator Anugerah Persona Indonesia (API) II 2017 dalam kategori Makanan Tradisional Terpopuler. Makanan ini dianggap memiliki cerminan kuliner tradisional Indonesia karena memiliki tampilan yang begitu sederhana namun memiliki cita rasa yang istimewa.



Gambar 2 (sketsa Aunu Senebre)

c. Ayam Baboto

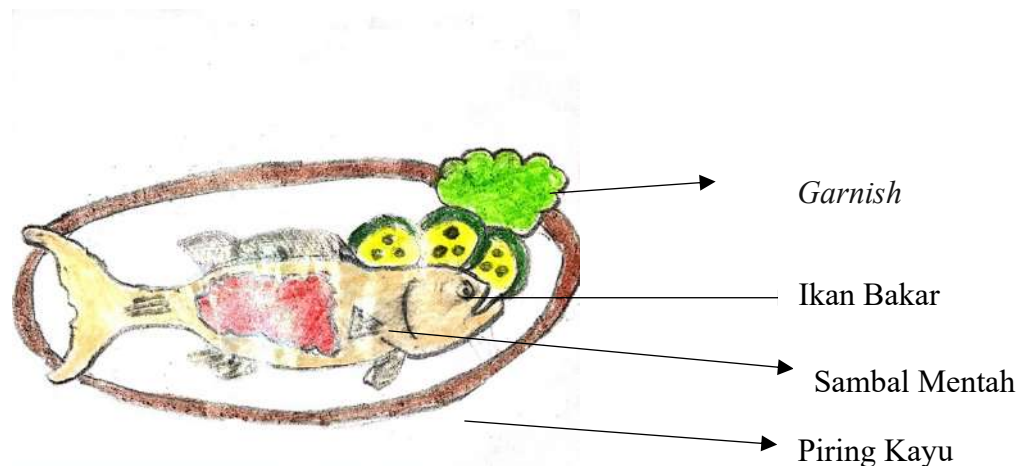
Ayam Baboto adalah hidangan yang berbahan dasar ayam cincang yang diberi bumbu seperti bawang merah, bawang putih, dan kemiri yang dihaluskan. Ada pula yang menambahkan santan, ayam baboto mirip seperti pepes ayam namun bedanya ayam baboto tidak menggunakan kemangi dan lalu dikukus. Masakan ini hampir mirip dengan pepes ayam yang biasa kita temui, namun uniknya masyarakat Papua tidak menggunakan rempah kedalam masakan ini, dan dikukus menggunakan daun talas sesuai dengan kebiasaan disana.



Gambar 3 (sketsa Ayam Baboto)

d. Ikan Bakar Manokwari

Hidangan ini adalah hidangan khas Kota Manokwari dan memiliki cita rasa yang khas yang tidak bisa ditemukan di kebanyakan rumah makan biasa. Ikan Bakar Manokwari adalah hidangan ikan yang dibakar dan diberi sambal yang disiramkan keatasnya. Umumnya ikan yang digunakan adalah ikan tongkol. Alasan mengapa hidangan ini dinamakan Ikan Bakar Manokwari adalah karena cabai yang digunakan untuk bahan sambal yang disiramkan keatas ikan bakar adalah cabai Manokwari yang konon katanya memiliki rasa pedas yang luar biasa. Selain itu sambal yang disiramkan disajikan mentah sehingga menjadi ciri khas tersendiri

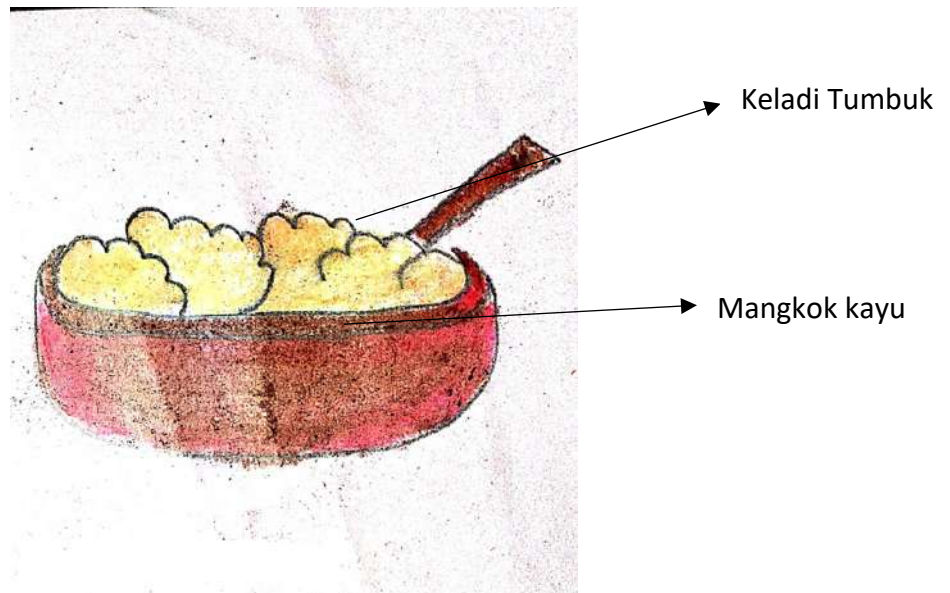


Gambar 4 (sketsa Ikan Bakar Manokwari)

e. Keladi Tumbuk

Keladi Tumbuk adalah hidangan karbohidrat yang menggunakan bahan dasar keladi atau talas. Untuk membuatnya keladi pertama – tama direbus terlebih dahulu, setelah empuk kemudian dicampur parutan kelapa dan garam kemudian ditumbuk

bersamaan. Biasanya hidangan ini disantap dengan ikan bakar, sayur kangkung, atau yang lainnya. Seperti yang kita ketahui, masyarakat disana berbeda dengan masyarakat Indonesia pada umumnya yang biasa mengonsumsi nasi sebagai sumber karbohidrat. Hal ini dikarenakan sulitnya mendapatkan beras dan hasil pangan disana lebih banyak menghasilkan sagu dan umbi – umbian. Maka dari itu keladi tumbuk merupakan salah satu sumber karbohidrat yang lumrah dikonsumsi sehari – hari.

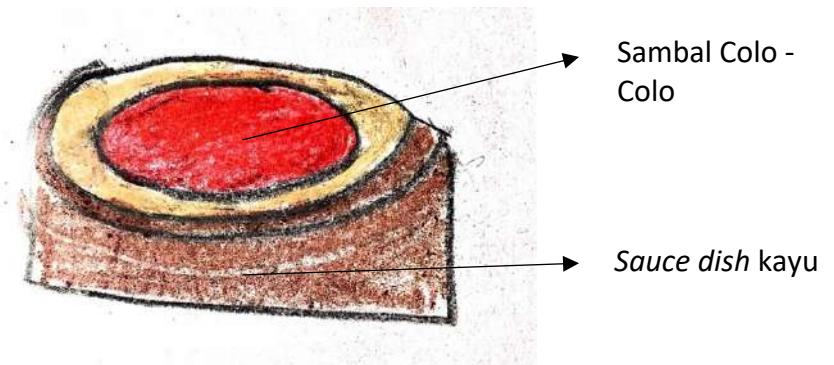


Gambar 5 (sketsa Keladi Tumbuk)

f. Sambal Colo – Colo

Sambal Colo – Colo merupakan sambal yang terbuat dari cabe rawit, bawang merah, dan tomat yang dirajang kasar yang kemudian diberi perasan jeruk nipis. Sebenarnya, terdapat banyak versi dari sambal colo – colo. Terdapat versi yang mengatakan

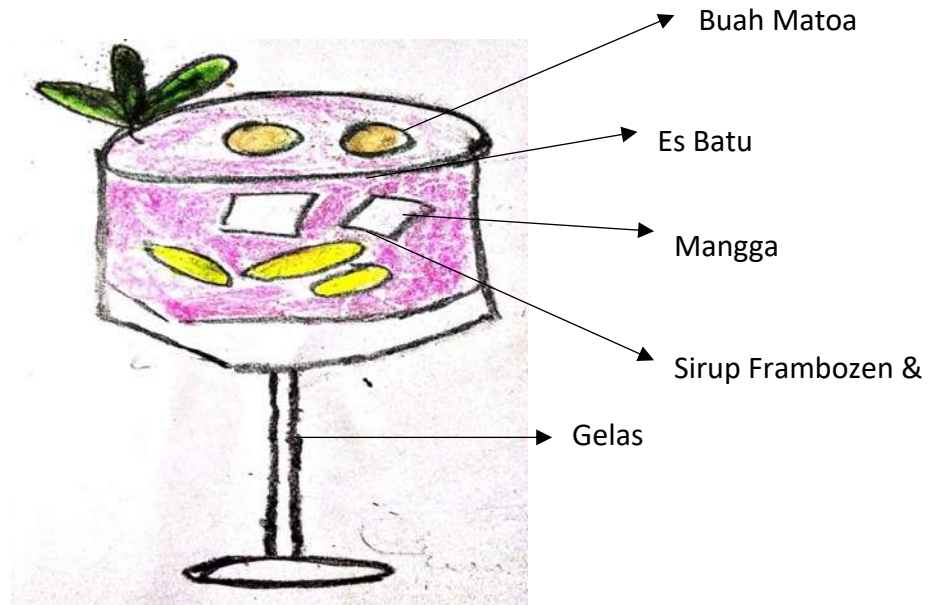
sambal ini sebenarnya dibawa orang Maluku ke Papua, tetapi sebenarnya di Papua sendiri terdapat Suku Kamaro yang memiliki hidangan sambal yang bercita rasa segar, salah satunya adalah sambal colo. Sambal ini biasa digunakan untuk pelengkap hidangan ikan Bakar, sayur, dan lainnya.



Gambar 6 (sketsa Sambal Colo – Colo)

g. Es buah Matoa

Es Buah Matoa adalah minuman yang terbuat dari campuran antara buah matoa dan mangga, lalu disiram oleh santan dan sirup frambozen. Yang menjadi ciri khas dari Es buah matoa ini adalah penggunaan buah matoa itu sendiri yang notabene hasil pangan dari Papua yang agak sulit untuk ditemukan ditempat lain. Minuman ini cocok diminum di siang hari atau setelah makan karena rasanya yang menyegarkan.



Gambar 7 (sketsa Es Buah Matoa)

1.4.3 Usulan Resep

Di dalam buku *Introduction to Food Service* (2011) yang ditulis oleh June payne – Palacio menyebutkan bahwa: *“In food production, the most important control tool is the standardized recipe. By definition, a recipe is a statement of ingredients, procedure, and all other informations required to prepare a food item.”*

Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa resep merupakan bagian paling penting dalam membuat suatu produk makanan, resep berperan menjadi standar penentu dalam pengawasan mutu dan jumlah. Dengan adanya standar resep, rasa dari makanan yang dibuat akan sama terlepas dari siapa yang membuatnya. Kualitas dan kuantitas makanan menjadi lebih terkontrol dengan adanya standar resep. Berikut adalah *standard recipe* dari *rijsttafel 7 courses* yang akan penulis presentasikan:

TABEL 1
Usulan Resep
Sayur Tagas – Tagas

Halaman : 1 dari 1
 Durasi Memasak : 15 Menit
 Jenis Masakan : Makanan Pelengkap
 Lokasi : Manokwari

Jumlah porsi : 5 porsi
 Berat porsi : 150 gr
 Suhu hidangan: Panas
 Alat Penyajian: *Wooden Bowl*

<i>Methods</i>	<i>Quantity</i>	<i>Ingredients</i>	<i>Explanation</i>
Siapkan	150 g 100 g 100 g 50 g 30 g 15 g 5 g 5 g 5 g 20 g 10 g	Daun Pepaya Daun Singkong Daun Kangkung Bunga Pepaya Bumbu Halus: Bawang merah Bawang putih Sereh Daun Jeruk Terasi Garam Gula	Cuci, Iris tipis, rebus sebentar Cuci, Iris tipis Cuci, Iris tipis Haluskan Haluskan Geprek Cuci Bakar hingga harum
Haluskan	30 g 15 g 5 g	Bawang merah Bawang putih Terasi	Hingga semua tercampur.
Tumis	5 g 5 g	Bumbu Halus Daun Jeruk Sereh	Sampai harum dan matang
Masukkan	150 g 100 g 100 g 50 g	Daun Pepaya Daun Singkong Daun Kangkung Bunga Pepaya	Aduk rata dan masak hingga matang dan meresap.
Sajikan		Sayur Tagas - Tagas	Selagi hangat

Sumber : Olahan data penulis

TABEL 2
USULAN RESEP
AUNU SENE BRE

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah porsi	: 5 porsi
Durasi Memasak	: 30 Menit	Berat porsi	: 80 gr
Jenis Masakan	: Makanan Pelengkap	Suhu hidangan:	Panas
Lokasi	: Manokwari	Alat Penyajian:	Piring

<i>Methods</i>	<i>Quantity</i>	<i>Ingridients</i>	<i>Explanation</i>
Siapkan	200 g 50 g 200 g 5 g	Ikan Teri nasi Daun Talas Kelapa Garam	Cuci, bersihkan Cuci Parut
Rebus	50 g	Daun talas	Lalu iris tipis
Campurkan	200 g 50 g 200 g 5 g	Ikan Teri nasi Daun Talas Kelapa Garam	Sampai merata
Kukus		Aunu senebre	Hingga matang.
Sajikan		Aunu senebre	Selagi hangat

Sumber: Olahan data penulis, 2020

TABEL 3
USULAN RESEP
AYAM BABOTO

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah porsi	: 5 porsi
Durasi Memasak	: 45 Menit	Berat porsi	: 150 gr
Jenis Masakan	: Makanan Pelengkap	Suhu hidangan:	Panas
Lokasi	: Manokwari	Alat Penyajian:	Piring

<i>Methods</i>	<i>Quantity</i>	<i>Ingredients</i>	<i>Explanation</i>
Siapkan	400 g 120 g 5 lembar 40 g 20 g 50 g 30 g 10 g 20 g	Paha Ayam Telur Daun Talas Bawang Merah Bawang Putih Kelapa Santan Pala Bubuk Garam	Cincang Kocok lepas Cincang Cincang Parut
Campurkan		Ayam cincang Bawang Putih Bawang Merah Kelapa Parut Kocokan Telur Santan Pala Garam	Hingga semua tercampur rata.
Bungkus		Adonan Ayam Daun Talas	Menggunakan daun talas dengan rapat
Kukus		Ayam	Hingga matang
Sajikan		Ayam Baboto	

Sumber : Olahan data penulis, 2020

TABEL 4
USULAN RESEP
IKAN BAKAR MANOKWARI

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah porsi	: 5 porsi
Durasi Memasak	: 40 Menit	Berat porsi	: 100 gr
Jenis Masakan	: Makanan Pelengkap	Suhu hidangan:	Panas
Lokasi	: Manokwari	Alat Penyajian:	Piring

<i>Methods</i>	<i>Quantity</i>	<i>Ingridients</i>	<i>Explanation</i>
Siapkan	500 g 30 ml 60 g 20 ml 10 g 80 g 50 g 10 ml 10 ml 20 ml	Ikan Tongkol Jeruk nipis Asam jawa Garam Merica Bahan Sambal: Cabai Rawit Merah Bawang Merah Gula pasir Garam Air	Cuci, bersihkan Ambil airnya Larutkan di air Rajang kasar Rajang kasar
Lumuri	500 g 30 ml 60 g 20 ml	Ikan tongkol Jeruk nipis Asam jawa Garam	Dengan perasan jeruk nipis, asam jawa dan garam, diamkan selama 30 menit.
Bakar	500 g	Ikan tongkol	Sampai matang dan berwarna kecoklatan
lumuri	500 g	Ikan tongkol	Diatasnya dengan sambal.
Sajikan		Ikan Bakar Manokwari	

Sumber: Olahan data penulis, 2020

TABEL 5
USULAN RESEP
KELADI TUMBUK

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah porsi	: 5 porsi
Durasi Memasak	: 15 Menit	Berat porsi	: 200 gr
Jenis Masakan	: Makanan Pelengkap	Suhu hidangan:	Hangat
Lokasi	: Manokwari	Alat Penyajian:	<i>Bowl</i>

<i>Methods</i>	<i>Quantity</i>	<i>Ingredients</i>	<i>Explanation</i>
Siapkan	600 g 200 g 30 g 15 g	Talas Kelapa Gula Halus Garam	Kupas, rendam air garam Parut
Rebus	600 g 15 g	Talas Garam	Menggunakan sedikit garam di air mendidih, pastikan talas sudah empuk. Dinginkan
Tumbuk	600 g 200 g 30 g 15 g	Talas Kelapa parut Gula halus Garam	Hingga kehalusan yang diinginkan, Koreksi rasa
Sajikan		Keladi Tumbuk	

Sumber: Olahan data penulis, 2020

TABEL 6
USULAN RESEP
SAMBAL COLO – COLO

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah porsi	: 5 porsi
Durasi Memasak	: 10 Menit	Berat porsi	: 40 gr
Jenis Masakan	: Makanan Pelengkap	Suhu hidangan:	Ruang
Lokasi	: Papua Barat	Alat Penyajian:	<i>Sauce pot</i>

Methods	Quantity	Ingredients	Explanation
Siapkan	80 gr 40 gr 60 gr 10 gr 5 gr 5 gr	Cabai Rawit Bawang Merah Tomat Jeruk Nipis Garam Gula	Rajang Kasar Rajang Kasar Potong Dadu Ambil Airnya
Campurkan		Semua Bahan	Sampai merata
Sajikan		Sambal Colo – Colo	

Sumber : Olahan data penulis, 2020

TABEL 7
USULAN RESEP
ES BUAH MATOA

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah porsi	: 5 porsi
Durasi Memasak	: 15 Menit	Berat porsi	: 150 gr
Jenis Masakan	: Makanan Pelengkap	Suhu hidangan:	Dingin
Lokasi	: Manokwari	Alat Penyajian:	Gelas

<i>Methods</i>	<i>Quantity</i>	<i>Ingridients</i>	<i>Explaination</i>
Siapkan	300 g 100 g 50 ml 100 ml 50 ml 100g	Buah Matoa Mangga Manalagi Sirup Frambozen Santan Susu Kental Manis Es batu	Cuci, Iris tipis, rebus sebentar Cuci, Iris tipis Cuci, Iris tipis
Campurkan	300 g 100 g 50 ml 100 ml 50 ml	Buah Matoa Mangga Manalagi Sirup Frambozen Santan Susu Kental Manis	Yang sudah dipotong potong kedalam gelas
Masukkan	100g	Es Batu	
Sajikan			

Sumber: Olahan data penulis, 2020

1.4.4 Recipe Cost

Langkah selanjutnya setelah terbentuk *standard recipe* adalah menghitung biaya makanan dan menentukan harga jual. Menurut buku berjudul Akuntansi Biaya : Penekanan Manajerial (2008) yang ditulis Charles T. Horngren mendefinisikan biaya sebagai sumber daya yang dikorbankan atau dilepaskan untuk mencapai tujuan tertentu.

Untuk mengetahui harga jual, pertama – tama yang harus dihitung adalah harga per standar resep atau *Recipe Costing*, selanjutnya adalah menghitung harga per porsi atau *Dish Costing*. Yang terakhir adalah menentukan harga jual atau *selling price* yang ditentukan dari besarnya presentase *food cost*.

Didalam buku berjudul *Food and Beverage Management* (2003) yang ditulis oleh Bernard Davis, Andrew Lockwood dan Sally Stone mengatakan bahwa: “*the cost of food and beverages in the commercial sector is usually in the region of 25 – 45 percent of the total operating cost*”. Artinya, persentase biaya makanan dan minuman idealnya ditentukan diantara 25 – 45 persen. Dari teori diatas penulis menentukan *food cost percentage* yang penulis tetapkan pada hidangan *rijsttafel* khas kota Manokwari adalah 35 %. Dalam penghitungan biaya makanan dan minuman, penulis menggunakan rumus yang tertulis pada buku *Food and Beverage Cost Control 1*, yaitu:

$$\mathbf{Materials + Labor Cost + Overhead + Net Profit = Price}$$

Berikut adalah *Recipe costing*, *Dish Costing*, dan *Selling Price* pada menu *rijsttafel* yang telah dihitung dan ditentukan oleh penulis:

TABEL 8
Recipe Costing
Sayur Tagas - Tagas

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Bahan	Qty	Unit	Harga Pasar	Harga Total
1	Daun Singkong	150 g	Kg	Rp 9.200,00	Rp 1.380
2	Daun Pepaya	100 g	Kg	Rp 8.200,00	Rp 820
3	Kangkung	100 g	Kg	Rp 7.000,00	Rp 700
4	Bunga Pepaya	50 g	Kg	Rp 52.000,00	Rp 2.600
5	Bawang Merah	30 g	Kg	Rp 38.000,00	Rp 1.140
6	Bawang Putih	15 g	Kg	Rp 33.000,00	Rp 495
7	Sereh	5 g	Kg	Rp 15.000,00	Rp 75
8	Daun Jeruk	5 g	Kg	Rp 31.000,00	Rp 155
9	Terasi	5 g	Kg	Rp 72.000,00	Rp 360
10	Garam	20 g	Kg	Rp 14.000,00	Rp 280
11	Gula	10 g	Kg	Rp 15.000,00	Rp 150
Food cost 35 %					
<i>Recipe cost</i>					Rp 8.155
<i>Dish cost</i>					Rp 1.631
<i>Selling price</i>					Rp 4.660

Sumber: Data olahan penulis, 2020

TABEL 9
Recipe Costing
Aunu Senebre

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Bahan	Qty	Unit	Harga Pasar	Harga Total
1	Ikan teri nasi	200 g	Kg	Rp 100.000	Rp 20.000
2	Kelapa	80 g	Kg	Rp 18.000	Rp 1.440
3	Daun Talas	100 g	Kg	Rp 30.000	Rp 3.000

TABEL 9
Lanjutan
Recipe Costing
Aunu Senebre

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Bahan	Qty	Unit	Harga Pasar	Harga Total
4	Garam	30 g	Kg	Rp 14.000	Rp 420
Food cost 35 %					
<i>Recipe cost</i>					Rp 24.660
<i>Dish cost</i>					Rp 4.932
<i>Selling price</i>					Rp 14.091

Sumber: Data Olahan Penulis, 2020

TABEL 10
Recipe Costing
Ayam Baboto

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No.	Bahan	Qty	Unit	Harga Pasar	Harga Total
1	Paha Ayam	400 g	Kg	Rp 35.000	Rp 14.000
2	Telur	120 g	Kg	Rp 26.000	Rp 3.120
3	Daun Talas	100 g	Kg	Rp 30.000	Rp 3.000
4	Bawang Merah	40 g	Kg	Rp 33.000	Rp 1.320
5	Bawang Putih	20 g	Kg	Rp.38.000	Rp 760
6	Kelapa	50 g	Kg	Rp 18.000	Rp 900
7	Santan	30 g	Kg	Rp 39.000	Rp 1.170
8	Pala Bubuk	10 g	Kg	Rp 80.000	Rp 800
9	Garam	20 g	Kg	Rp 14.000	Rp 280
Food cost 35 %					

TABEL 10
Recipe Costing
(LANJUTAN)
Ayam Baboto

Jumlah Porsi : 5 Porsi

<i>Recipe cost</i>	Rp 43.790
<i>Dish cost</i>	Rp 8.758
<i>Selling price</i>	Rp 25.022

Sumber: Olahan data penulis, 2020

TABEL 11
Recipe Costing
Ikan Bakar Manokwari

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No.	Bahan	Qty	Unit	Harga Pasar	Harga Total
1	Ikan Tongkol	500 g	Kg	Rp 40.000	Rp 20.000
2	Jeruk Nipis	30 g	Kg	Rp 10.000	Rp 300
3	Garam	20 g	Kg	Rp 14.000	Rp 28
4	Merica	10 g	Kg	Rp 75.000	Rp 750
5	Cabai Rawit	80 g	Kg	Rp 24.000	Rp 1.920
6	Bawang Merah	50 g	Kg	Rp 33.000	Rp 1.150
7	Gula	10 g	Kg	Rp 15.000	Rp 150
8	Garam	10 g	Kg	Rp 14.000	Rp 140
9	Air	20 ml	L		
Food cost 35 %					
<i>Recipe cost</i>					Rp 24.438
<i>Dish cost</i>					Rp 4.887
<i>Selling price</i>					Rp 14.000

Sumber: Data olahan penulis, 2020

TABEL 12
Recipe Costing
Keladi Tumbuk

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No.	Bahan	Qty	Unit	Harga Pasar	Harga Total
1	Talas	600 g	Kg	Rp 28.000	Rp 16.800
2	Kelapa	200 g	Kg	Rp 18.000	Rp 3.600
3	Gula	30 g	Kg	Rp 15.000	Rp 450
4	Garam	15 g	Kg	Rp 14.000	Rp 210
Food cost 33 %					
<i>Recipe cost</i>					Rp 21.060
<i>Dish cost</i>					Rp 4.212
<i>Selling price</i>					Rp 12.000

Sumber: Data olahan penulis, 2020

TABEL 13
Recipe Costing
Sambal Colo - Colo

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No.	Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga Pasaran	Harga Penggunaan
1	Cabai Rawit	80 g	Kg	Rp 24.000	Rp 1.920
2	Bawang Merah	40 g	Kg	Rp 33.000	Rp 1.320
3	Tomat	80 g	Kg	Rp 7.500	Rp 600
4	Jeruk Nipis	10 g	Kg	Rp 10.000	Rp 100
5	Garam	5 g	Kg	Rp 15.000	Rp 75
10	Gula	5 g	Kg	Rp 14.000	Rp 70
Food cost 35 %					
<i>Recipe cost</i>					Rp 6.005
<i>Dish cost</i>					Rp 1.201
<i>Selling price</i>					Rp 3.500

Sumber: Data olahan penulis, 2020

TABEL 14
Recipe Costing
Es Buah Matoa

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga Pasaran	Harga Penggunaan
1	Buah Matoa	200 g	Kg	Rp 60.000	Rp 12.000
2	Mangga Manalagi	100 g	Kg	Rp 28.000	Rp 2.800
4	Sirup Frambozen	50 ml	Kg	Rp 35.000	Rp 1.750
5	Santan	100 ml	Kg	Rp 39.000	Rp 3.900
6	Susu Kondensasi	50 ml	Kg	Rp 34.000	Rp 1.700
7	Es Batu	100 g	Kg		
Food cost 35 %					
<i>Recipe cost</i>					Rp 22.150
<i>Dish cost</i>					Rp 4.430
<i>Selling price</i>					Rp 13.290

Sumber: Data olahan penulis, 2020

Selling Price

7 Hidangan Rijsttafel Khas Kota Manokwari, Papua Barat

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Nama Hidangan	Harga Per Porsi	Harga Total
1	Sayur Tagas - Tagas	Rp 4.660	Rp 23.300
2	Aunu Senebre	Rp 14.091	Rp 70.455
3	Ayam Baboto	Rp 25.022	Rp 125.110
4	Ikan Bakar Manokwari	Rp 14.000	Rp 70.000
5	Keladi Tumbuk	Rp 12.000	Rp 60.000
6	Sambal Colo - Colo	Rp 3.500	Rp 17.500
7	Es Buah Matoa	Rp 13.290	Rp 66.450
(Food cost 35 %)			Total
<i>Selling price per 5 portion</i>			Rp 432.815

1.4.5 Nutrition Value

Dalam buku berjudul Prinsip Dasar Ilmu Gizi (2009) yang ditulis oleh Sunita Almatsier, Zat Gizi adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan serta mengatur proses-proses jaringan.

Menurut Peraturan Menteri kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Pasal 1 dan 2 dituliskan bahwa Angka Kecukupan gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia yang selanjutnya disingkat AKG adalah suatu nilai yang menunjukkan kebutuhan rata – rata zat gizi tertentu yang harus dipenuhi setiap hari bagi hampir semua orang dengan karakteristik tertentu yang meliputi umur, jenis kelamin, tingkat aktivitas fisik, dan kondisi fisiologis, untuk hidup sehat. AKG digunakan pada tingkat konsumsi yang meliputi kecukupan energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, air, vitamin dan mineral. Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa gizi merupakan substansi dari berbagai zat yang dibutuhkan oleh tubuh manusia yang tiap substansi dari zat tersebut memiliki peran yang berbeda – beda.

Sebagai *food handler*, alangkah baiknya bagi kita untuk dapat memahami tentang kandungan gizi yang terdapat pada produk yang kita buat, perhitungan gizi dapat dilihat dari resep yang didalamnya tertulis bahan serta gramasi yang digunakan dalam suatu hidangan. Berikut adalah kandungan gizi dari setiap menu *rijsttafel* makanan khas kota Manokwari yang telah penulis hitung:

TABEL 15
Kandungan gizi Sayur Tagas - Tagas

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Bahan	Gramasi	Kalori (kcal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
1	Daun Pepaya	100 gr	79	11,9	2	8	0	0
2	Daun Singkong	100 gr	38	7,25	0,29	3,66	10	0,06
3	Daun Kangkung	100 gr	20	3,18	0,34	2,51	69	0,37
4	Bunga Pepaya	100 gr	42	8,79	0,47	1,67	3	4,51
5	Bawang Putih	15 gr	5	1,32	0,03	0,25	1	0,04
6	Bawang Merah	30 gr	12	2,84	0,02	0,26	0	1,2
8	Sereh	5 gr	5	1,21	0,02	0,09	0	0
9	Daun Jeruk	5 gr	3	0,96	0,02	0,09	0	0,25
10	Terasi	5 gr	8	0,45	0,14	1,15	0	0
11	Garam	20 gr	0	0	0	0	2,325	0
12	Gula	10 gr	16	4,2	0	0	0	4,2
Total			241	160,9	3,33	20,68	24,08	10,63
Per Sajian			48,2	32,18	0,66	4,13	4,81	2,12

Sumber : www.fatsecret.co.id dan olahan data penulis, 2020

TABEL 16
Kandungan gizi Aunu Senebre

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Nama Bahan	Gramasi	Kalori (kcal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
1	Ikan Teri Nasi	200 gr	340	0	6	66,8	0	0
2	Daun Talas	100 gr	60	10,72	1,28	4,72	5	4,16
3	Kelapa	80 gr	354	15,23	33,49	3,33	20	6,23
4	Garam	5 gr	0	0	0	0	155	0
Total			754	25,95	40,77	74,85	180	10,39
Per Sajian			150,8	5,19	8,1	14,9	36	2,07

Sumber : www.fatsecret.co.id dan olahan data penulis, 2020

TABEL 17
Kandungan gizi Ayam Baboto

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Nama Bahan	Gramasi	Kalori (kcal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
1	Paha Ayam	400 gr	980	0	61,44	115,4	1.624	0
2	Telur	120 gr	148	0,76	9,94	12,58	140	0,76
3	Daun Pisang	5 lbr	0	0	0	0	0	0
4	Bawang Merah	40 gr	58	14,16	0,12	1,28	4	6
5	Bawang Putih	20 gr	13	2,98	0,04	0,57	2	0,09
6	Kelapa Parut	50 gr	172	7,7	17,24	1,8	10	3,11
8	Santan	30 gr	68	1,66	7,14	0,68	4	1
9	Pala Bubuk	10 gr	12	1,08	0,8	0,13	0	0,63
10	Garam	20 gr	0	0	0	0	620	0
Total			1.451	28,34	96,72	132,4	2.404	11,59
Per Sajian			290,2	5,66	19,3	26,48	480,8	2,31

Sumber : www.fatsecret.co.id dan olahan data penulis, 2020

TABEL 18

Kandungan gizi Ikan Bakar Manokwari

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Nama Bahan	Gramasi	Kalori (kcal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
1	Ikan Tongkol	500 gr	560	0	4,6	119,35	530	0
2	Jeruk Nipis	30 ml	12	4,06	0	0,18	0	1,13
3	Garam	30 gr	0	0	0	0	930	0
4	Merica	10 gr	30	4	0	0	0	0
5	Cabai rawit merah	80 gr	318	56,63	17,27	12,01	30	10,34
6	Bawang merah	50 gr	63	15,16	0,12	1,38	4	6,42
7	Gula	10 gr	38,7	9,98	0	0	0	9,9
8	Air	20 ml	0	0	0	0	0	0
Total			1.022	89,83	21,99	132,92	1.494	27,29
Per Sajian			204,4	17,76	4,39	26,58	298,8	5,4

Sumber : www.fatsecret.co.id dan olahan data penulis, 2020

TABEL 19

Kandungan gizi Keladi Tumbuk

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Nama Bahan	Gramasi	Kalori (kcal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
1	Talas	600 gr	732	156,76	1,2	8	66	2,4
2	Kelapa Parut	150 gr	531	22,84	50,23	4,9	30	9,3
3	Gula	30 gr	32	8,4	0	0	0	8,4
4	Garam	15 gr	0	0	0	0	465	0
Total			1.295	188	51,43	12,9	561	20,1
Per Sajian			259	37,6	10,2	2,58	112,2	40,2

Sumber : www.fatsecret.co.id dan olahan data penulis, 2020

TABEL 20
Kandungan gizi Sambal Colo - Colo

Jumlah Porsi : 5 Porsi

No	Nama Bahan	Gramasi	Kalori (kcal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
1	Cabai Rawit	70 gr	90	16,05	4,9	3,4	9	2,93
2	Bawang Merah	30 gr	48	11,16	0,9	0,78	2	4
3	Tomat	50 gr	2,5	0,03	0,03	0,12	0,5	0,38
4	Jeruk Nipis	10 gr	4	1,03	0	0,08	0	0,43
5	Garam	5 gr	0	0	0	0	155	0
6	Gula	5 gr	8	2,1	0	0	0	2,1
Total			152,5	29,34	6,1	4,38	166,6	9,3
Per Sajian			30,5	5,8	1,22	0,88	33,3	1,86

Sumber : www.fatsecret.co.id dan olahan data penulis, 2020

TABEL 21
Kandungan gizi Es Buah Matoa

Jumlah Porsi: 5 Porsi

No	Nama Bahan	Gramasi	Kalori (kcal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
1	Buah Matoa	200 gr	90	42,2	0,2	2,4	0	10,3
2	Mangga Manalagi	100 gr	65	17	0,27	0,51	2	14,8
3	Tape Ketan	100 gr	172	37,94	0,28	3,25	5	2,49
4	Sirup Frambozen	50 ml	37	9,5	0,01	0	11,5	6,8
5	Santan	100 ml	230	5,54	23,84	2,29	15	3,34
6	Susu Kental Manis	50 ml	142	23	4,5	1	0	19
8	Es Batu	100 gr	0	0	0	0	0	0
Total			736	135,18	29,1	9,45	33,5	56,73
Per Sajian			147,2	27,03	5,82	1,89	6,7	7,09

Sumber : www.fatsecret.co.id dan olahan data penulis, 2020