

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang Presentasi Makanan**

Indonesia dikaruniai sumber daya alam yang melimpah, kekayaan sumber daya alam Indonesia ditandai dengan banyaknya flora dan fauna, keanekaragaman panorama alam seperti dataran tinggi, lembah, sungai, pegunungan, pantai, laut, danau, serta masih banyak lagi kreasi Tuhan yang telah berikan kepada Indonesia. Keunikan alam yang ada di Indonesia berpengaruh kepada kebudayaan dan cara pandang dari masing-masing individu di setiap daerah. Kekayaan alam Indonesia pula memiliki peranan penting terhadap keberagaman ciri khas kuliner dari setiap daerah, seperti contoh daerah yang berada di dataran tinggi memiliki ciri khas kuliner yang memanfaatkan hasil olahan perkebunan, daerah dataran rendah seperti pantai, tanjung, dan rawa-rawa memiliki ciri khas kuliner berupa olahan hasil laut dan air tawar, serta makanan yang dikeringkan. Dengan kata lain, keberagaman kuliner Indonesia merupakan cerminan dari negara yang memiliki kekayaan alam , salah satunya adalah kuliner dari Kabupaten Ogan Komering Ilir, Sumatera Selatan.

Menurut Wikipedia (2020) Kabupaten Ogan Komering Ilir terletak di bagian timur Provinsi Sumatera Selatan, tepatnya antara 104°20' dan 106°00' Bujur Timur dan 2°30' sampai 4°15' Lintang Selatan, luasnya mencapai 19.023,47 Km<sup>2</sup>. Kabupaten Ogan Komering Ilir dengan luas wilayah 21.689,54 km<sup>2</sup> dan kepadatan 1.568 jiwa/km<sup>2</sup> memiliki 18 kecamatan dan 321 desa/kelurahan terdiri dari 308 desa dan 13 kelurahan. Wilayah yang paling luas adalah Kecamatan Tulung Selapan dengan luas 4.853,40 km<sup>2</sup>, dan wilayah yang paling sempit adalah Kecamatan Mesuji dengan luas wilayah 55,86 Km<sup>2</sup> .

Secara administrasi Kabupaten Ogan Komering Ilir berbatasan dengan Kabupaten Ogan Ilir, Kabupaten Banyuasin, dan Kota Palembang di bagian utara, Selat Bangka dan Laut Jawa di bagian timur, kabupaten Ogan Komering Ulu Timur dan provinsi Lampung di bagian Selatan, Kabupaten Ogan Ilir dan kabupaten Ogan Komering Ulu Timur di bagian barat. Kabupaten Ogan Komering Ilir pada bentang alam dataran rendah yang menempati sepanjang Sumatera bagian timur. Wilayah ini sebagian besar memperlihatkan tipologi ekologi rawa, Meskipun secara lokal dapat ditemukan dataran kering. Dengan demikian wilayah Ogan Komering Ilir dapat dibedakan menjadi dataran lahan basah dengan topografi rendah dan dataran lahan kering yang menampakkan keadaan alam yang lebih tinggi.

Sejak zaman dahulu, masyarakat Kabupaten Ogan Komering Ilir memanfaatkan keadaan alam sekitar khususnya sungai untuk dijadikan sebagai mata pencahariannya. Pada masa lalu, sungai-sungai di Kabupaten Ogan Komering Ilir yang merupakan anak sungai dari Sungai Musi dimanfaatkan sebagai jalur transportasi dan sumber perekonomian bagi masyarakat Kabupaten Ogan Komering Ilir. Dengan banyaknya sungai yang ada di Kabupaten Ogan Komering Ilir menjadikan wilayah tersebut sangat strategis untuk dijadikan area perkebunan buah dan komoditas pangan lainnya , maka dengan itu masyarakat tidak perlu membuat irigasi buatan. Hingga kini, kegiatan pelayaran sungai seperti transportasi dan pengiriman barang melalui jalur sungai beranjak ditinggal, namun masyarakat sekitar sungai masih memanfaatkan sebagai sarana transportasi.

Kabupaten Ogan Komering Ilir dialiri oleh beberapa sungai besar yaitu sungai Komering yang mengalir mulai dari Kecamatan Tanjung Lubuk, Pedamaran, Kayuagung, Sirah Pulau Padang dan Kecamatan Jejawi serta bermuara di Sungai Musi di Kota Palembang, Sungai Mesuji mengalir dari Kecamatan Mesuji sampai Kecamatan Sungai Menang yang merupakan perbatasan Kabupaten Ogan Komering

Iilir dengan Kabupaten Tulang Bawang Provinsi Lampung. Sedangkan sungai lainnya antara lain sungai Lempuing, Air Sugihan, Sungai Jeruju, Sungai Riding, Sungai Lebong Hitam, Sungai Lumpur, dan Sungai Jeruju. Danau Teluk Gelam merupakan potensi sumber penampungan air, sarana olahraga air dan objek wisata. Disamping itu juga terdapat lebak yang luas dan dalam yaitu lebak teleko di Kecamatan Kota Kayuagung, lebak Danau Rasau di Kecamatan Pedamaran, lebak Deling di Kecamatan Pangkalan Lampam, dan lebak Air Itam di Kecamatan Pedamaran. Secara fisiografisnya, Kabupaten Ogan Komering Iilir memanfaatkan kekayaan fauna perairan dan pemanfaatan dataran rendah untuk dijadikan lahan perkebunan sebagai komoditi pangan dan mengolahnya menjadi kuliner khas Kabupaten Ogan Komering Iilir.

Berdasarkan hasil wawancara dengan narasumber sebagai salah satu penduduk Kabupaten Ogan Komering Iilir, komoditi pangan Kabupaten Ogan Komering Iilir banyak memanfaatkan hasil perkebunan penduduk lokal baik untuk dijual maupun untuk konsumsi keluarga. Narasumber juga menuturkan bahwa kuliner khas Kabupaten Ogan Komering Iilir banyak dipengaruhi oleh penduduk yang tinggal di wilayah yang berbatasan dengan Kabupaten Ogan Komering Iilir, dengan memanfaatkan hasil alam yang ada di Kabupaten Ogan Komering Iilir seperti pemanfaatan ikan gabus sebagai olahan pempek, kemplang, dan aneka jajanan khas Kabupaten Ogan Komering Iilir lainnya yang patut untuk dijadikan buah tangan jika berkunjung ke Kabupaten Ogan Komering Iilir. Selain itu, narasumber menuturkan bahwa kuliner khas Kabupaten Ogan Komering Iilir memanfaatkan hewan rawa untuk dijadikan kuliner khasnya, seperti burung puyuh yang dijadikan pindang, kerbau yang diambil susunya dan dijadikan gulo puan, yaitu makanan khas yang berasal dari Kecamatan Pampangan yang terbuat dari gula merah dan susu kerbau yang dikaramelisasikan hingga kering. Dari pemaparan narasumber, penulis tertarik untuk mengangkat tema **“SAJIAN KULINER KABUPATEN OGAN KOMERING ILIR, PROVINSI SUMATERA SELATAN”** dalam pembuatan tugas akhir *Food Presentation* dengan harapan dapat memperkenalkan kuliner khas Kabupaten Ogan Komering Iilir kepada masyarakat luas.

## **1.2. Tujuan Presentasi Makanan**

### **A. Tujuan Formal:**

Penelitian ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan mengikuti ujian akhir sidang Program Studi Manajemen Tata Boga, Jurusan Perhotelan, Diploma III Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung.

### **B. Tujuan Operasional:**

1. Memperkenalkan citarasa kuliner khas Kabupaten Ogan Komering Ilir sebagai warisan masakan khas Indonesia yang dapat diterima bagi masyarakat luas. Penulis sangat tertarik dapat membuat masakan khas Kabupaten Ogan Komering Ilir yang diharapkan dapat dikembangkan dan dapat bersaing dengan makanan yang sedang diminati oleh masyarakat zaman sekarang.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi menu baru yang rasanya bersaing dalam pasar kuliner Indonesia. Penulis berharap masyarakat terpacu untuk membuka usaha kuliner dengan menggunakan menu yang sudah penulis buat baik berwujud usaha rumahan ataupun restoran yang menyediakan kuliner Indonesia.
3. Melatih kemampuan menganalisis dan menguji seberapa jauh penulis dapat mengolah makanan dengan teknik sesuai dengan apa yang sudah dipelajari selama mengikuti perkuliahan pada program studi Manajemen Tata Boga.

## **1.3. Usulan Menu**

Berdasarkan buku "*Food Preparation For The Professional*" (1978) suatu resep harus dapat memberikan dua petunjuk, yaitu bahan makanan yang dibutuhkan dan instruksi untuk mengkombinasikan bahan makanan yang dimaksud untuk menyelesaikan produk makanan. Suatu resep dapat dikatakan standar resep bila sudah melalui rekam jejak pembentukan rasa. Hal tipikal yang menyusun standar resep

adalah jumlah dari tiap bahan makanan berdasarkan jumlah porsi penyajian dan keterangan untuk menggabungkan bahan makanan menjadi suatu sajian.

Produk yang akan dipresentasikan penulis adalah masakan khas Kabupaten Ogan Komering Ilir, Provinsi Sumatera Selatan. Masakan khas Kabupaten Ogan Komering Ilir lebih banyak memanfaatkan komoditas pangan lokal dengan perpaduan masakan khas Melayu dan Palembang.

Produk yang akan dipresentasikan dalam hidangan *ritjstaffel* yang secara harfiah dalam Bahasa Belanda yang memiliki arti “meja nasi”, merupakan cara penyajian berurutan dengan berbagai pilihan hidangan yang tersaji dalam satu meja. Secara teori, jamuan gaya *ritjstaffel* ini sengaja diciptakan oleh para penjajah untuk menjamu tamu tamu sekaligus memperkenalkan kekayaan budaya negeri jajahan mereka. Dalam sejarahnya, *ritjstaffel* berhubungan erat dengan masa penjajahan Belanda di Indonesia yang saat itu adalah Hindia Belanda. Ketika bangsa Belanda menduduki Hindia Belanda mereka terinspirasi dengan hidangan Padang yang disajikan dalam banyak piring dengan porsi yang kecil seperti yang sering dijumpai di rumah makan Padang pada umumnya. Pada saat itu, hidangan *ritjstaffel* tidak hanya bertujuan untuk menikmati makanan dalam beberapa hidangan, namun juga untuk memamerkan kepada tamu yang saat itu datang berkunjung ke rumah. Berikut adalah menu dari beberapa masakan khas Kabupaten Ogan Komering Ilir yang akan penulis presentasikan, sebagai berikut:

## **Menu Rijsttafel Makanan Kabupaten OKI**

### **Nasi Putih**

\*\*\*

### **Pindang Burung Puyuh**

(Burung puyuh dimasak dengan kuah pindang berempah)

\*\*\*

### **Sambal Bekasam**

(Sambal beraroma berbahan dasar fermentasi ikan gabus)

\*\*\*

### **Burgo dan Celimpungan**

(Kue beras beserta kue ikan disajikan dengan kuah santan berempah)

\*\*\*

### **Pempek Ikan Parau**

(Pempek ikan air tawar disajikan dengan cuko, mie telur, dan taburan ebi)

\*\*\*

### **Kemplang Ikan**

(Kerupuk ikan belida yang dibakar disajikan dengan sambal khas kemplang)

\*\*\*

### **Buah Hongas dan Gulo Puan**

(Bola-bola pisang yang digoreng dan disajikan dengan gula susu kerbau)

\*\*\*

### **Aneka Buah Lokal**

(Aneka buah khas Kabupaten Ogan Komering Ilir disajikan segar)

## 1.4. Tinjauan Masakan

### 1.4.1. Tema Masakan

Rijsttafel (dibaca “rèisttafel”) merupakan pemakaian budaya eksklusif dengan hidangan beragam macam menu yang dikumpulkan di atas satu meja, yang biasanya budaya hidangan ini identik dengan kalangan keluarga Eropa khususnya Belanda. *Rijstaffel* dalam bahasa Belanda, budaya *rijsttafel* terdiri dari dua suku kata, *rijts* yang mewakili nasi, dan *tafel* yang berarti meja.

Konsep *rijsttafel* pada dasarnya memiliki cara penyajian makanan sesuai tata cara perjamuan resmi ala Eropa, Yang mana diawali dengan makanan pembuka (*appetizer*), hidangan utama, dan diakhiri dengan makanan penutup. *Rijsttafel* menitikberatkan pada tujuan cara penyajian dan kemewahannya. Menu *rijsttafel* yang dihidangkan bukanlah masakan Eropa melainkan masakan Nusantara, masakan “hibrida” barat, Asia, serta sebagian kecil dari makanan Barat. Saat perjamuan *rijsttafel* juga biasanya berkaitan dengan perjamuan dengan minuman beralkohol seperti bir, anggur, dan *gin*.

Saat masa kolonial, sajian *rijsttafel* paling bergengsi di Hindia Belanda adalah luncheon (makan siang) tiap hari Minggu di Hotel des Indes di Batavia dan Hotel Savoy Homann di Bandung, yang mana nasi disajikan bersama lebih dari 60 macam hidangan. Pada masa kejayaannya di era Hindia Belanda, versi jamuan resmi *rijsttafel* mewah terdiri atas iring-iringan para pelayan berbusana resmi (kain kebaya untuk pelayan wanita atau beskap, blangkon dan bersarung kain batik untuk pelayan pria), secara khidmat dan resmi menyajikan belasan hingga puluhan piring berisi berbagai macam hidangan secara maraton ke meja makan di mana para tamu perjamuan duduk. Sajian pertama adalah nasi putih kadang berbentuk tumpeng kecil di sajikan di piring tamu, kemudian satu per satu pelayan datang membawa beraneka

macam hidangan yang terdiri atas lauk-pauk, sayuran, gorengan, sambal dan kerupuk. Hidangan ini ditawarkan dan disajikan kepada para tamu perjamuan yang mengambil sendiri hidangan ini dari piring yang dibawa pelayan. Iring-iringan pelayan ini datang silih berganti membawa aneka hidangan yang bahkan dapat berjumlah hingga 40 macam. Versi penyajian yang lain hanya menyajikan nasi putih di tengah, dikelilingi piring-piring berisi aneka hidangan, mirip dengan sajian prasmanan kini. Beriringan dengan perkembangan zaman di Indonesia, sajian makanan dengan gaya *rijsttafel* dianggap sebagai pemborosan. Dengan konsep yang sama namun dikemas lebih sederhana, konsep hidangan *rijsttafel* biasa dijumpai setiap perjamuan makan di rumah sehari-hari. Maka dari itu, penulis akan menggunakan konsep *rijsttafel* sebagai warisan budaya Indonesia untuk metode penyajian dengan hidangan menu kuliner khas Kabupaten Ogan Komering Ilir sebagai pencerminan budaya sajian makanan khas rumahan.

### 1.4.2. Jenis Produk

Berikut adalah penjelasan menu yang akan penulis presentasikan pada Tugas Akhir penulis:

#### A. Nasi Putih

Nasi Putih merupakan sumber karbohidrat utama yang biasa dikonsumsi oleh masyarakat Asia terutama Indonesia. Nasi putih menduduki posisi pertama dalam sumber karbohidrat yang dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Terdapat tiga metode memasak nasi putih yang biasanya dipakai oleh masyarakat Indonesia, antara lain aron, bibis, dan *gohan*.

#### GAMBAR 1.1

##### Nasi Putih



Sumber : Olahan penulis, 2020.

## B. Pindang Burung Puyuh

Pindang burung puyuh merupakan makanan khas Kabupaten Ogan Komering Ilir yang berbahan dasar burung puyuh muda, direbus dengan kuah pindang berempah yang menghasilkan citarasa gurih, hangat, dan sedikit pedas . Biasanya hidangan pindang burung puyuh dapat dijumpai di Kecamatan Jejawi, lebih tepatnya di daerah Muara Batun.

**GAMBAR 1.2**

### **Pindang Burung Puyuh**



Sumber : Olahan penulis, 2020.

## C. Sambal Bekasam

Bekasam merupakan salah satu produk fermentasi ikan tradisional yang banyak dikenal oleh masyarakat Sumatera Selatan. Menurut Hidayati (2012) Ikan yang dapat diolah menjadi bekasam adalah ikan air tawar seperti lele, ikan gabus, ikan mas, ikan mujair, dan ikan nila. Pada zaman dahulu, bekasam dibuat sebagai upaya untuk mengawetkan ikan pada saat musim panen. Karena banyaknya jumlah ikan yang dipanen seiring dengan belum tersedianya penyimpanan makanan dalam suhu rendah membuat masyarakat mencoba berbagai cara pengolahan ikan agar ikan tidak mudah busuk. Fermentasi pada bekasam

memanfaatkan fermentasi alami. Proses fermentasi tidak hanya dilakukan dengan menambahkan garam pada bahan, melainkan dilakukan penambahan nasi sebagai sumber karbohidrat untuk pertumbuhan mikroorganisme. Karbohidrat akan diurai menjadi gula sederhana oleh mikroorganisme, kemudian akan diubah menjadi asam laktat, etanol, asam asetat, asam format, dan karbon dioksida. Hasil fermentasi tersebut yang akan memberikan rasa dan aroma yang tajam pada bekasam. Pada penyajiannya, penulis akan mengolah bekasam menjadi sambal bekasam yang memiliki citarasa tajam dari fermentasi bekasam dan pedas.

### GAMBAR 1.3

#### Sambal Bekasam



Sumber : Olahan penulis, 2020.

#### D. Burgo dan Celimpungan

Burgo merupakan olahan berbahan dasar tepung beras, sagu, atau tapioka dan air. Proses pemasakan burgo yaitu adonan dari campuran tersebut dikukus. Burgo memiliki tekstur padat dan kenyal, dengan rasa yang *plain*. Burgo akan disajikan bersama celimpungan, yaitu makanan yang memiliki kesamaan bahan dengan pempek namun dibentuk bulat pipih dan disajikan dengan kuah santan yang kaya dan berwarna kuning

## GAMBAR 1.4

### Burgo dan Celimpungan



Sumber : Olahan Penulis, 2020.

### E. Pempek Ikan Parau

Pempek ikan parau merupakan makanan berbahan dasar ikan kecil yang hidup di air tawar, yang digiling bersama tulang-tulangannya memberikan rasa khas. Pempek ikan parau memiliki warna yang lebih gelap dari pempek pada umumnya, makanan ini disajikan dengan potongan mentimun dan cuko berbahan bawang putih, gula batok, dan cabai.

## GAMBAR 1.5

### Pempek Ikan Parau



Sumber : Olahan penulis, 2020.

## F. Kemplang Ikan

Kemplang ikan merupakan hidangan sampingan yang menemani sayur, lauk, dan nasi yang terbuat dari ikan gabus atau ikan air tawar lainnya di campur dengan tepung sagu, bawang putih, dan penyedap rasa. Kemplang ikan memiliki rasa yang gurih dengan tekstur yang renyah. Keunikan dari kemplang adalah proses yang menghasilkan tekstur renyah bukan dari hasil penggorengan, melainkan dibakar di atas bara api hingga mengembang.

**GAMBAR 1.6**

### Kemplang Ikan



Sumber : Olahan penulis, 2020.

## G. Buah Hongas dan Gulo Puan

Buah hongas adalah makanan khas yang berasal dari Kayuagung. Makanan ini bukan sejenis buah-buahan yang disajikan segar, akan tetapi sejenis gorengan yang berbahan buah pisang yang dihaluskan, tepung terigu, gula, garam, telur, kelapa parut, dan mentega yang digoreng. Buah hongas akan disajikan dengan gulo puan, yang berarti gula susu. Yaitu olahan dari susu kerbau dan gula aren yang dikaramelisasi hingga kering menjadi bubuk.

**GAMBAR 1.7****Buah Hongas dan Gulo Puan**

Sumber : Olahan penulis, 2020.

**H. Aneka Buah Lokal**

*Fruit platter* yang disajikan dari buah-buahan hasil komoditi pangan utama khas Kabupaten Ogan Ilir yang terdiri dari duku, jambu air, rambutan, dan buah manggis yang disajikan dingin.

**GAMBAR 1.8****Aneka Buah Lokal**

Sumber : Olahan penulis, 2020.

### 1.5. Usulan Resep

Menurut John Birchfield (1975) “A standard recipe is a formula for producing a food or beverages item. It specifies ingredients required, quantity of each ingredients. Preparation procedure portion size, equipment needs, garnish, and any other information necessary to prepare the item. The recipe also be a communications tool. It tells the cook all kind of instructions about how to make it, so the cook must be able to follow”, yang mana diartikan sebagai sebuah resep adalah unsur pembangun dari suatu makanan atau minuman, yang mana sebagai alat komunikator yang menginstruksikan bagaimana cara membuat, bagaimana cara memasak, dan petunjuk juru masak yang harus diikuti. Berdasarkan hal tersebut, penulis membuat standar resep untuk Tugas Akhir *food presentation* sebagai berikut:

**TABEL 1.1**  
**USULAN RESEP**  
**NASI PUTIH**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Hidangan Utama	Besaran Porsi	: 100 gram
Alat Saji	: Piring Saji	Durasi Memasak	: 40 menit
Asal Daerah	: Indonesia	Suhu Penyajian	: Panas

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	250	g	Beras	Cuci bersih
		500	ml	Air	
2	Hasil persiapan				
3	Masak	250	g	Beras	Dalam <i>Rice Cooker</i>
		500	ml	Air	
4	Sajikan				

Sumber: Olahan penulis, 2020.

TABEL 1.2

## USULAN RESEP

## PINDANG BURUNG PUYUH

Halaman	: 1 dari 2	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Hidangan Utama	Besaran Porsi	: 110 gram
Alat Saji	: Piring Saji	Durasi Memasak	: 90 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Panas

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	1000	g	Burung puyuh muda	Potongan dada dan paha terbelah dua, cuci bersih  Memarkan Bakar, buang kulit Memarkan Memarkan Potong <i>section 4</i> bagian Petik, ambil pucuk  Robek sedikit
		40	g	Cabai merah	
		25	g	Cabai Rawit	
		30	g	Bawang merah	
		18	g	Bawang putih	
		9	g	Jahe	
		7	g	Kunyit	
		5	g	Laos	
		8	g	Sereh	
		80	g	Tomat	
		50	g	Kemangi	
		8	g	Kemiri	
		9	g	Daun salam	
		10	g	Garam	
6	g	Gula			
400	ml	Air			
4	g	Merica bubuk			
2	Hasil Persiapan				
3	Haluskan	40	g	Cabai merah	Bumbu halus
		25	g	Cabai Rawit	
		30	g	Bawang merah	
		18	g	Bawang putih	
		7	g	Kunyit	
		8	g	Kemiri	
4	Kukus	1000	g	Burung puyuh	Selama 45 menit atau hingga $\frac{3}{4}$ matang
		4	g	Jahe	
		4	g	Daun salam	

**LANJUTAN TABEL 1.2**

**USULAN RESEP**

**PINDANG BURUNG PUYUH**

Halaman	: 2 dari 2	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Hidangan Utama	Besaran Porsi	: 110 gram
Alat Saji	: Piring Saji	Durasi Memasak	: 90 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Panas

5	Tumis	5 5 8 5	g g g g	Bumbu halus Jahe Laos Sereh Daun salam	Hingga harum
6	Masukan	550 400	g ml	Burung puyuh Air	Kedalam tumisan bumbu
7	Rebus			Burung puyuh Tumisan bumbu	Hingga level air berkurang setengah atau matang
8	Tambahkan	80 35	g g	Tomat Kemangi	
9	Sajikan				Dengan 15 g kemangi

Sumber :Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.3**  
**USULAN RESEP**  
**BEKASAM**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: <i>Condiment</i>	Besaran Porsi	: 30 gram
Alat Saji	:	Durasi <i>Pre-cook</i>	: 7 hari
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	:

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	150	g	Ikan gabus	Cuci, ambil bagian daging dan potong kecil  Haluskan
		10	g	Garam	
		20	g	Nasi	
2	Hasil persiapan				
3	Campur	150	g	Ikan gabus	Masukan ke dalam kaleng kedap udara dan tertutup, diamkan selama 7 hari
		10	g	Garam	
		20	g	Nasi	
4					Bekasam siap digunakan untuk tambahan sambal

Sumber : <https://kanalpengetahuan.tp.ugm.ac.id/menara-ilmu/2018/1329-bekasam-fermentasi-ikan-yang-menggugah-selera.html>, 2018.

**TABEL 1.4**  
**USULAN RESEP**  
**SAMBAL BEKASAM**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: <i>Condiment</i>	Besaran Porsi	: 50 gram
Alat Saji	: <i>Sauce Dish</i>	Durasi Memasak	: 30 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: hangat

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	60	g	Bawang merah	Kupas kulit Kupas kulit Kupas kulit
		30	g	Bawang putih	
		40	g	Cabai rawit hijau	
		5	g	Jahe	
		35	ml	Minyak goreng	
2	Hasil Persiapan	150	g	Bekasam	
3	Haluskan	60	g	Bawang merah	Bumbu halus
		30	g	Bawang putih	
		40	g	Cabai rawit hijau	
		5	g	Jahe	
4	Panaskan dan tumis	35	g	Minyak goreng	Hingga harum
		150	g	Bekasam	
5	Koreksi rasa				
6	Sajikan				

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.5**  
**USULAN RESEP**  
**BURGO**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: <i>Side Dish</i>	Besaran Porsi	: 80 gram
Alat Saji	: Piring Saji	Durasi Memasak	: 15 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Hangat

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	150 30 150 5 8	g g ml g ml	Tepung beras Tepung tapioka Air Garam Minyak goreng	Hangatkan
2	Hasil persiapan				
3	Campurkan	150 30 150 5	g g ml g	Tepung beras Tepung tapioka Air Garam	Dalam <i>mixing bowl</i> , hingga adonan merata dan tekstur cair
4	Oleskan	8	ml	Minyak goreng	Pada loyang
5	Tuangkan dan kukus			Adonan cair	Ke loyang dan kukus dengan api sedang, tunggu sampai 15 menit hingga matang
6	Angkat			Burgo	Dan tunggu hingga menjadi suhu ruangan
7	Gulung dan potong				Ukuran menjadi 7 cm
8	Simpan				Di penghangat makanan untuk nanti disajikan bersama kuah

Sumber : Sukmi, 2020.

**TABEL 1.6**  
**USULAN RESEP**  
**CELIMPUNGAN**

Halaman	: 1 dari 2	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Hidangan Utama	Besaran Porsi	: 80 g
Alat Saji	: Mangkuk Saji	Durasi Memasak	: 70 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: dingin

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	300	g	Ikan tenggiri	Ambil daging, giling Suhu dingin  Haluskan, pisah 10g untuk celimpungan  Haluskan Haluskan Haluskan Bakar, buang kulit, dan haluskan Cincang kasar
		150	ml	Air	
		130	g	Telur	
		150	g	Tepung sagu	
		8	g	Garam	
		6	g	Gula	
		40	g	Bawang putih	
		1000	ml	Santan cair	
		60	g	Bawang merah	
		10	g	Kemiri	
		8	g	Ketumbar	
		7	g	Kunyit	
		8	g	Daun seledri	
2	Hasil persiapan	400	g	Burgo	
3	Masukan	300	g	Ikan tenggiri	
		150	ml	Air	
4	Tambahkan	130	g	Telur	Tambahkan tepung sagu sedikit demi sedikit, jangan terlalu lama menguli. Hingga menjadi adonan celimpungan
		150	g	Tepung sagu	
		8	g	Garam	
		6	g	Gula	
		10	g	Bawang putih	
5	Bentuk dan rebus			Adonan celimpungan	Menjadi bulat dengan sendok dengan berat 40g, lalu masukan ke air rebusan dan rebus hingga matang, dan angkat
6	Tumis	30	g	Bawang putih	Yang sudah dihaluskan terlebih dahulu, dan tumis hingga harum
		60	g	Bawang merah	
		10	g	Kemiri	
		8	g	Ketumbar	
		7	g	Kunyit	

**LANJUTAN TABEL 1.6****USULAN RESEP****CELIMPUNGAN**

Halaman	: 2 dari 2	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Hidangan Utama	Besaran Porsi	: 80 g
Alat Saji	: Mangkuk Saji	Durasi Memasak	: 70 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Panas

<b>NO</b>	<b>METODE</b>	<b>JUMLAH</b>	<b>UNIT</b>	<b>BAHAN</b>	<b>KETERANGAN</b>
6	Masukan	1000	ml	Santan cair Celimpungan yang masak	Tunggu hingga mendidih dan masukan celimpungan
7	Koreksi rasa			Garam Gula	
8	Sajikan				Celimpungan 2 buah dan kuah 200 ml dengan taburan daun seledri

Sumber : Sukmi, 2020.

**TABEL 1.7**  
**USULAN RESEP**  
**CUKO**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: <i>Condiment</i>	Besaran Porsi	: 150 ml
Alat Saji	: Mangkuk Saji	Durasi Memasak	: 30 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Dingin

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	80	g	Bawang putih	Potong sisir Larutkan
		50	g	Cabai merah	
		250	g	Gula merah	
		90	g	Asam Jawa	
		35	g	Ebi	
		800	ml	Air	
		6	g	Garam	
		3	g	Gula	
		4	ml	Cuka	
2	Haluskan	80	g	Bawang putih	
		50	g	Cabai merah	
		250	g	Gula merah	
		35	g	Ebi	
3	Tambahkan	550	ml	Air	Untuk melarutkan bumbu
4	Rebus			Bumbu	
5	Tambahkan	90	g	Asam jawa	
6	Koreksi dan tambahkan	6	g	Garam	Rasa agar asin, manis, dan asam seimbang
		3	g	Gula	
		4	ml	Cuka	
7	Siap disajikan				Dengan pempek

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.8**  
**USULAN RESEP**  
**PEMPEK IKAN PARAU**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Hidangan Pembuka	Besaran Porsi	: 80 gram
Alat Saji	: Mangkok Saji	Durasi Memasak	: 30 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Dingin

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	300	g	Ikan sepat	Bersihkan, giling Dingin Kocok lepas  Haluskan Potong dadu Matang Haluskan Untuk <i>deep fry</i>
		150	ml	Air	
		130	g	Telur	
		150	g	Tepung sagu	
		8	g	Garam	
		6	g	Gula	
		10	g	Bawang putih	
		50	g	Mentimun	
		100	g	Mie telur	
		35	g	Ebi	
2	Hasil persiapan	750	ml	Cuko	
3	Campurkan	300	g	Ikan sepat	
		150	ml	Air	
		10	g	Bawang putih	
4	Tambahkan	130	g	Telur	Masukan tepung sagu sedikit demi sedikit
		150	g	Tepung sagu	
		8	g	Garam	
		6	g	Gula	
		20	ml	Minyak goreng	
5	Bentuk				Menjadi lenjer berdiameter 7 cm
6	Rebus				Hingga mengambang
7	Angkat				Tiriskan hingga suhu ruangan
8	Goreng	600	ml	Pempek Minyak goreng	Hingga kuning keemasan
9	Potong				Pempek dengan tebal 4 cm
10	Sajikan				Bersama cuko, ebi, mentimun, dan mie telur

Sumber : Olahan penulis, 2020.

**TABEL 1.9**  
**USULAN RESEP**  
**KEMPLANG IKAN**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Condiment	Besaran Porsi	: 70 g
Alat Saji	: Mangkok kayu	Durasi <i>Pre-cook</i>	: 4 hari
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Panas

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	200	g	Ikan gabus	Bersihkan, giling
		300	g	Tepung sagu	
		60	g	Bawang putih	Haluskan
		15	g	Garam	
		200	ml	Air	Dingin
2	Hasil persiapan				
3	Campurkan	200	g	Ikan belida	Di dalam <i>mixing bowl</i> , lalu bentuk menjadi adonan lenjer
		300	g	Tepung sagu	
		60	g	Bawang putih	
		15	g	Garam	
		200	ml	Air	
4	Rebus			Adonan kemplang	Selama 1 jam, lalu angkat dan tiriskan
5	Iriskan			Adonan kemplang	Dengan tebal 7,5 mm
6	Taruh			Irisan adonan	Pada wadah lebar dan tidak ditumpuk
7	Jemur			Irisan adonan	3 sampai 4 hari bergantung pada cuaca
8					Kemplang siap di panggang

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.10****USULAN RESEP****KEMPLANG IKAN DAN SAMBAL**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Condiment	Besaran Porsi	: 70 g
Alat Saji	: Mangkok kayu	Durasi Memasak	: 35 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Hangat

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	80 40 30 15 20 30 7 40	g g g g g g g ml	Cabai merah Ebi Bawang merah Bawang putih Gula merah Asam jawa Garam Air	Basahkan Kupas kulit Kupas kulit Potong sisir Larutkan
2	Hasil persiapan	350	g	Kemplang kering	
3	Haluskan	80 40 30 15 20	g g g g g	Cabai merah Ebi Bawang merah Bawang putih Gula merah	Dengan blender
4	Tambahkan dan koreksi	30 40 7	g ml g	Asam Jawa Air Garam	
5	Panggang	350	g	Kemplang kering	Di atas bara api tungku masak
6	Sajikan				Kemplang bersama sambal

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.11**  
**USULAN RESEP**  
**GULO PUAN**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Condiment	Besaran Porsi	: 40 g
Alat Saji	: Piring saji	Durasi Memasak	: 3 jam
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Suhu ruangan

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	500 500	ml g	Susu kerbau rawa Gula merah	
2	Hasil persiapan				
3	Masak	500 500	ml g	Susu kerbau rawa Gula merah	Selama 3 jam atau hingga mengering coklat
4	Angkat				Tunggu sampai suhu ruangan

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.12****USULAN RESEP****BUAH HONGAS DAN GULO PUAN**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Condiment	Besaran Porsi	: 90 g
Alat Saji	: Piring saji	Durasi Memasak	: 30 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Hangat

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	180 100 4 4 3 40 15 50 35	g g g ml g g g g g	Pisang kepok Tepung terigu Garam Vanili Gula Kelapa muda Mentega Telur Minyak goreng Daun pandan	Haluskan    Parut Lelehkan Kocok lepas Untuk <i>deep fry</i> Potong membentuk V
2	Hasil persiapan	200	g	Gulo puan	
3	Campurkan	180 100 4 4 3 40 15 50	g g g ml g g g g	Pisang kepok Tepung terigu Garam Vanili Gula Kelapa muda Mentega Telur	
4	Goreng	500	ml	Adonan Minyak goreng	Hingga coklat keemasan
5	Angkat dan tiriskan				
6	Sajikan				Dengan gulo puan dan <i>garnish</i> dengan daun pandan

Sumber : Olahan Penulis, 2020

**TABEL 1.13**  
**USULAN RESEP**

***FRUIT PLATTER (ANEKA BUAH LOKAL)***

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Jenis Hidangan	: Penyegar	Besaran Porsi	: 150 g
Alat Saji	: Piring saji	Durasi Persiapan	: 10 menit
Asal Daerah	: Sumatera Selatan	Suhu Penyajian	: Dingin

NO	METODE	JUMLAH	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	300	g	Duku	Belah setengah kulit Cuci, potong <i>section</i> Belah setengah kulit Belah setengah kulit
		200	g	Jambu air	
		300	g	Rambutan	
		400	g	Manggis	
2	Hasil persiapan				
3	Sajikan				Tata buah dengan cantik

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

### ***1.6. Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price***

Pada poin 1.6., penulis mengolah *recipe costing*, *dish costing*, dan *selling price*. Dalam buku “Akuntansi Biaya Edisi 5”, *recipe costing* ialah biaya makanan pada harga per resep standar, *dish costing* adalah harga per porsi, dan *selling price* adalah harga jual yang dibebankan kepada konsumen yang diperoleh dari biaya produksi ditambah dengan biaya non produksi dan laba yang diharapkan. Dalam buku “*Principles of Food, Beverage, Labor Cost Control*” (2003:38), Paul R. Dittmer menyatakan bahwa menentukan *recipe costing* dan *dish costing* dapat digunakan untuk menentukan *selling price* yang akhirnya menjadi laba bagi bisnis makanan. Dalam penulisan penelitian ini, penulis menggunakan rumus dari buku “*Food and Beverage Cost Control 1*” adalah:  $Food\ Cost + Labor\ Cost + Overhead\ Cost + Net\ Profit = Price\ (100\%)$ . Dalam penentuan harga grosir, penulis menerapkan harga

sesuai *update* bulan september 2020 di daerah Pulau Jawa. Pada perhitungan biaya, bahan seperti minyak dengan metode *deep fry* akan dimasukkan ke dalam *Overhead Cost*, dan dalam penentuan harga jual setiap produk penulis akan menggunakan *margin* dari -0,2% sampai 0,3% dari estimasi sebenarnya. Berikut tabel perhitungan biaya tiap menu:

**TABEL 1.14**

**Perhitungan Biaya Nasi Putih**

NO	Bahan	Kuantitas	UNIT	Harga Grosir	Total
1	Beras	0,25	kg	Rp. 12.000 ,-	Rp. 3.000 ,-
2	air	5	dl	Rp. 200,-	Rp. 1.000 ,-
<i>Food Cost (35%)</i>				<i>Recipe Costing</i>	<b>Rp. 4.000 ,-</b>
				<i>Dish Costing</i>	<b>Rp. 800 ,-</b>
				<i>Selling Price</i>	<b>Rp. 2.300 ,-</b>

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.15**

**Perhitungan Biaya Pindang Burung Puyuh**

NO	Bahan	Kuantitas	UNIT	Harga Grosir	Total
1	Burung puyuh muda	0,55	kg	Rp. 65.000 ,-	Rp. 35.750,-
2	Cabai merah	0,04	kg	Rp. 25.000 ,-	Rp. 1.000,-
3	Cabai rawit	0,025	kg	Rp. 30.000 ,-	Rp. 750 ,-
4	Bawang merah	0,03	kg	Rp. 35.000 ,-	Rp. 1.050 ,-
5	Bawang putih	0,018	kg	Rp. 30.000 ,-	Rp. 540 ,-
6	Jahe	0,009	kg	Rp. 45.000 ,-	Rp. 405 ,-
7	Kunyit	0,007	kg	Rp. 16.000 ,-	Rp. 112 ,-
8	Laos	0,005	kg	Rp. 22.000 ,-	Rp. 110 ,-

**TABEL LANJUTAN 1.15****Perhitungan Biaya Pindang Burung Puyuh**

<b>NO</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>UNIT</b>	<b>Harga Grosir</b>	<b>Total</b>
9	Sereh	0,008	kg	Rp. 12.000 ,-	Rp. 96 ,-
10	Tomat	0,08	kg	Rp. 10.000 ,-	Rp. 800 ,-
11	Kemangi	0,05	kg	Rp. 45.000 ,-	Rp. 2.250 ,-
12	Kemiri	0,008	kg	Rp. 44.000 ,-	Rp. 352 ,-
13	Daun salam	0,009	kg	Rp. 200.000 ,-	Rp. 1.800 ,-
14	Garam	0,01	kg	Rp. 20.000 ,-	Rp. 200 ,-
15	Gula	0,006	kg	Rp. 11.000,-	Rp. 66 ,-
16	Air	4	dl	Rp. 200 ,-	Rp. 800 ,-
17	Merica bubuk	0,004	kg	Rp. 60.000 ,-	Rp. 240 ,-
<b>Food Cost (35%)</b>				<b>Recipe Costing</b>	<b>Rp. 46.321 ,-</b>
				<b>Dish Costing</b>	<b>Rp. 9.264 ,-</b>
				<b>Selling Price</b>	<b>Rp. 26.500 ,-</b>

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.16****Perhitungan Biaya Sambal Bekasam**

<b>NO</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>UNIT</b>	<b>Harga Grosir</b>	<b>Total</b>
1	Ikan gabus	0,15	kg	Rp. 30.000 ,-	Rp. 4.500 ,-
2	Garam	0,01	kg	Rp. 20.000 ,-	Rp. 200 ,-
3	Nasi	0,02	kg	Rp. 20.000 ,-	Rp. 400 ,-
4	Bawang merah	0,06	kg	Rp. 35.000 ,-	Rp. 2.100 ,-
5	Bawang putih	0,03	kg	Rp. 30.000 ,-	Rp. 900 ,-

**TABEL LANJUTAN 1.16****Perhitungan Biaya Sambal Bekasam**

<b>NO</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>UNIT</b>	<b>Harga Grosir</b>	<b>Total</b>
6	Cabai rawit hijau	0,04	kg	Rp. 25.000 ,-	Rp. 1.000 ,-
7	Minyak goreng	0,35	dl	Rp. 1.450 ,-	Rp. 508 ,-
<i>Food Cost (35%)</i>				<i>Recipe Costing</i>	<b>Rp. 9.608 ,-</b>
				<i>Dish Costing</i>	<b>Rp. 1.922 ,-</b>
				<i>Selling Price</i>	<b>Rp. 5.500 ,-</b>

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.17****Perhitungan Biaya Burgo dan Celimpungan**

<b>NO</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>UNIT</b>	<b>Harga Grosir</b>	<b>Total</b>
1	Tepung beras	0,15	kg	Rp. 16.000 ,-	Rp. 2.400 ,-
2	Tepung tapioka	0,03	kg	Rp. 9.600 ,-	Rp. 288 ,-
3	Air	1,5	dl	Rp. 200 ,-	Rp. 300 ,-
4	Garam	0,013	kg	Rp. 20.000 ,-	Rp. 260 ,-
5	Minyak goreng	0,008	kg	Rp. 1.450 ,-	Rp. 12 ,-
6	Ikan Tenggiri	0,3	kg	Rp. 80.000 ,-	Rp. 24.000 ,-
7	Telur	0,13	kg	Rp. 25.000 ,-	Rp. 3.250 ,-
8	Tepung sagu	0,15	kg	Rp. 22.000 ,-	Rp. 3.300 ,-
9	Gula	0,006	kg	Rp. 11.000 ,-	Rp. 66 ,-
10	Bawang putih	0,04	kg	Rp. 30.000 ,-	Rp. 1.200 ,-
11	Santan cair	10	dl	Rp. 3.100 ,-	Rp. 31.000 ,-
12	Kemiri	0,01	kg	Rp. 44.000 ,-	Rp. 440 ,-
13	Ketumbar	0,008	kg	Rp. 28.000 ,-	Rp. 224 ,-

**TABEL LANJUTAN 1.17****Perhitungan Biaya Burgo dan Celimpungan**

<b>NO</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>UNIT</b>	<b>Harga Grosir</b>	<b>Total</b>
14	Kunyit	0,007	kg	Rp. 16.000 ,-	Rp. 112 ,-
15	Daun seledri	0,008	kg	Rp. 25.000 ,-	Rp. 200 ,-
<i>Food Cost (35%)</i>				<i>Recipe Costing</i>	<b>Rp. 69.152 ,-</b>
				<i>Dish Costing</i>	<b>Rp. 13.830 ,-</b>
				<i>Selling Price</i>	<b>Rp. 39.500 ,-</b>

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.18****Perhitungan Biaya Pempek Ikan Parau**

<b>NO</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>UNIT</b>	<b>Harga Grosir</b>	<b>Total</b>
1	Bawang putih	0,09	kg	Rp. 30.000 ,-	Rp. 2.700 ,-
2	Cabai merah	0,05	kg	Rp. 25.000 ,-	Rp. 1.250 ,-
3	Gula merah	0,25	kg	Rp. 18.000 ,-	Rp. 4.500 ,-
4	Asam Jawa	0,09	kg	Rp. 32.000 ,-	Rp. 2.880 ,-
5	Ebi	0,07	kg	Rp. 88.500 ,-	Rp. 6.195 ,-
6	Air	9,5	dl	Rp. 200 ,-	Rp. 1.900 ,-
7	Garam	0,014	kg	Rp. 20.000 ,-	Rp. 280 ,-
8	Gula	0,009	kg	Rp. 11.000 ,-	Rp. 100 ,-
9	Cuka	0,04	dl	Rp. 2.000 ,-	Rp. 80 ,-
10	Ikan sepat	0,3	kg	Rp. 65.000 ,-	Rp. 19.500 ,-
11	Telur	0,13	kg	Rp. 25.000 ,-	Rp. 3.250 ,-
12	Tepung sagu	0,15	kg	Rp. 22.000 ,-	Rp. 3.300 ,-

**TABEL LANJUTAN 1.18****Perhitungan Biaya Pempek Ikan Parau**

<b>NO</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>UNIT</b>	<b>Harga Grosir</b>	<b>Total</b>
13	Mentimun	0,05	kg	Rp. 8.000 ,-	Rp. 400 ,-
14	Mi telur	0,1	kg	Rp. 16.000,-	Rp. 1.600 ,-
15	Minyak goreng				
<b>Food Cost (35%)</b>				<b>Recipe Costing</b>	<b>Rp. 47.935 ,-</b>
				<b>Dish Costing</b>	<b>Rp. 9.587 ,-</b>
				<b>Selling Price</b>	<b>Rp. 28.400 ,-</b>

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

**TABEL 1.19****Perhitungan Biaya Kemplang Ikan**

<b>NO</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>UNIT</b>	<b>Harga Grosir</b>	<b>Total</b>
1	Ikan gabus	0,2	kg	Rp. 30.000 ,-	Rp. 6.000 ,-
2	Tepung sagu	0,3	kg	Rp. 22.000 ,-	Rp. 6.600 ,-
3	Bawang putih	0,075	kg	Rp. 30.000 ,-	Rp. 2.250 ,-
4	Garam	0,022	kg	Rp. 20.000 ,-	Rp. 440 ,-
5	Air	2,4	dl	Rp. 200 ,-	Rp. 480 ,-
6	Cabai merah	0,08	kg	Rp. 25.000 ,-	Rp. 2.000 ,-
7	Ebi	0,04	kg	Rp. 88.500 ,-	Rp. 3.540 ,-
8	Bawang merah	0,03	kg	Rp. 35.000 ,-	Rp. 1.050 ,-
9	Gula merah	0,02	kg	Rp. 18.000 ,-	Rp. 360 ,-
10	Asam Jawa	0,03	kg	Rp. 32.000 ,-	Rp. 960 ,-
<b>Food Cost (35%)</b>				<b>Recipe Costing</b>	<b>Rp. 23,580 ,-</b>
				<b>Dish Costing</b>	<b>Rp. 4.716 ,-</b>
				<b>Selling Price</b>	<b>Rp. 13.500 ,-</b>

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

TABEL 1.20

## Perhitungan Biaya Buah Hongas dan Gulo Puan

NO	Bahan	Kuantitas	UNIT	Harga Grosir	Total
1	Susu kerbau rawa	5	dl	Rp. 2.000 ,-	Rp. 10.000 ,-
2	Gula merah	0,5	kg	Rp. 18.000 ,-	Rp. 9.000 ,-
3	Pisang Kepok	0,18	kg	Rp. 14.000 ,-	Rp. 2.520 ,-
4	Tepung terigu	0,1	kg	Rp. 11.400 ,-	Rp. 1.140 ,-
5	Garam	0,004	kg	Rp. 20.000 ,-	Rp. 80 ,-
6	Vanili	0,04	dl	Rp. 60.000 ,-	Rp. 2.400 ,-
7	Gula	0,003	kg	Rp. 11.000 ,-	Rp. 33 ,-
8	Kelapa muda	0,04	kg	Rp. 57.000 ,-	Rp. 2.280 ,-
9	Mentega	0,015	kg	Rp. 120.000 ,-	Rp. 1.800 ,-
10	Telur	0,05	kg	Rp. 25.000 ,-	Rp. 1.250 ,-
11	Daun pandan	0,035	kg	Rp. 20.000 ,-	Rp. 700 ,-
12	Minyak Goreng				
<b>Food Cost (35%)</b>				<b>Recipe Costing</b>	<b>Rp. 31.203 ,-</b>
				<b>Dish Costing</b>	<b>Rp. 6.240 ,-</b>
				<b>Selling Price</b>	<b>Rp. 17.800 ,-</b>

Sumber : Olahan Penulis, 2020.

TABEL 1.21

## Perhitungan Biaya Aneka Buah Lokal

NO	Bahan	Kuantitas	UNIT	Harga Grosir	Total
1	Duku	0,3	kg	Rp. 15.000 ,-	Rp. 4.500 ,-
2	Jambu air	0,2	kg	Rp. 28.000 ,-	Rp. 5.600 ,-
3	Rambutan	0,3	kg	Rp. 22.000 ,-	Rp. 6.600 ,-
4	Manggis	0,4	kg	Rp. 50.000 ,-	Rp. 20.000 ,-
<i>Food Cost (35%)</i>				<i>Recipe Costing</i>	<b>Rp. 36.700 ,-</b>
				<i>Dish Costing</i>	<b>Rp. 7.340 ,-</b>
				<i>Selling Price</i>	<b>Rp. 21.000 ,-</b>

Sumber : Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.22

Perhitungan Harga Jual Menu *Ritjstaffel* Hidangan Kabupaten OKI

NO	Menu	Food Cost (35%)	Labor Cost (15%)	Overhead Cost (25%)	Net Profit (25%)	Harga Jual (100%)
1	Nasi Putih	Rp. 800 ,-	Rp. 343 ,-	Rp. 572 ,-	Rp. 572 ,-	Rp. 2.300 ,-
2	Pindang Burung Puyuh	Rp. 9.264 ,-	Rp. 3.970 ,-	Rp. 6.617 ,-	Rp. 6.617 ,-	Rp. 26.500 ,-
3	Sambal Bekasam	Rp. 1.922 ,-	Rp. 824 ,-	Rp. 1.373 ,-	Rp. 1.373 ,-	Rp. 5.500 ,-
4	Burgo dan Celimpungan	Rp. 13.830 ,-	Rp. 5.927 ,-	Rp. 9.879 ,-	Rp. 9.879 ,-	Rp. 39.500 ,-
5	Pempek Ikan Parau	Rp. 9.587 ,-	Rp.4.109 ,-	Rp.6.848 ,-	Rp. 6.847 ,-	Rp. 28.400 ,-
6	Kemplang Ikan	Rp. 4.716 ,-	Rp. 2.021 ,-	Rp. 3.369 ,-	Rp. 3.369 ,-	Rp. 13.500 ,-
7	Buah Hongas dan Gulo Puan	Rp. 6.240 ,-	Rp.2.674 ,-	Rp. 4.457 ,-	Rp.4.457 ,-	Rp. 17.800 ,-
8	Aneka Buah Lokal	Rp. 7.340 ,-	Rp. 3.146 ,-	Rp. 5.243 ,-	Rp. 5.243 ,-	Rp. 21.000 ,-
Total /Pack						Rp. 154.500 ,-
Total /5 Packs						Rp. 772.500 ,-

Sumber : Olahan Penulis, 2020

## 1.7. Daftar Nilai Nutrisi

Makanan merupakan kebutuhan pokok bagi manusia, dimana terkandung kebutuhan gizi sebagai keberlangsungan hidup dan pemenuhan energi untuk beraktivitas sehari-hari. Gizi merupakan senyawa organik yang dibutuhkan bagi organisme untuk fungsi normal dari sistem tubuh, pertumbuhan, dan pemeliharaan kesehatan. Menurut I Dewa Nyoman Suparisa dkk (2002) menjelaskan bahwa gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energi.

Maka dari itu penulis membuat perhitungan tentang nilai nutrisi dari menu yang penulis ambil untuk Tugas Akhir, dan sebagai seorang yang berkecimpung di bidang kuliner adalah penting untuk mengetahui nilai gizi dari setiap makanan yang kita olah dan kita konsumsi. Pada kali ini penulis memaparkan informasi nilai zat gizi makro, yang terdiri atas karbohidrat, lemak, dan protein yang memiliki fungsi yaitu memberi energi. Penulis juga mendapatkan informasi sejumlah daftar nilai gizi setiap bahan makanan melalui *happyforks.com*.

Berikut ini adalah tabel-tabel kandungan nutrisi yang terdapat dalam makanan yang akan penulis bawakan dalam Tugas Akhir *food presentation*.

**TABEL 1.23**

### Perhitungan Nilai Nutrisi Nasi Putih

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
250 g	Beras	380	65,13	0,93	7,28

**TABEL LANJUTAN 1.23****Perhitungan Nilai Nutrisi Nasi Putih**

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
250 ml	air	0	0	0	0
Total		380	65,13	0,93	7,28
Total / porsi		76	13,03	0,19	1,46

Sumber : *happyforks.com*, 2020.

**TABEL 1.24****Perhitungan Nilai Nutrisi Pindang Burung Puyuh**

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
550 g	Burung puyuh muda	1056	0	66,28	107,97
40 g	Cabai merah	16	3,52	0,18	0,75
25 g	Cabai rawit	80	14,16	4,32	3,0
30 g	Bawang merah	22	5,04	0,03	0,75
18 g	Bawang putih	27	5,95	0,09	1,14
9 g	Jahe	7	1,6	0,07	0,16
7 g	Kunyit	22	4,7	0,23	0,68
5 g	Laos	3,55	0,75	0,05	0,05

**TABEL LANJUTAN 1.24****Perhitungan Nilai Nutrisi Pindang Burung Puyuh**

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
8 g	Sereh	4,95	1,27	0,03	0,1
80 g	Tomat	13	2,54	0,15	0,93
50 g	Kemangi	12	1,33	0,32	1,58
8 g	Kemiri	55,28	1,1	5,8	0,74
9 g	Daun salam	28	6,75	0,75	0,68
10 g	Garam	0	0	0	0
6 g	Gula	23	6	0	0
400 ml	Air	0	0	0	0
4 g	Merica bubuk	12	2,74	0,08	0,42
Total		1381,78	57,45	78,38	118,95
Total / porsi		276,36	11,49	15,68	23,79

Sumber : *happyforks.com*, 2020.

**TABEL 1.25****Perhitungan Nilai Nutrisi Sambal Bekasam**

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
150 g	Ikan gabus	133	0	1,87	27,47
10 g	Garam	0	0	0	0
20 g	Nasi	30,4	5,2	0,07	0,58
60 g	Bawang merah	43	10,08	0,06	1,5
30 g	Bawang putih	45	9,92	0,15	1,91
40 g	Cabai rawit hijau	127	22,65	6,91	4,8
35 ml	Minyak goreng	309	0	35	0
Total		687,4	47,85	44,1	36,26
Total / porsi		157,5	9,57	8,82	7,3

Sumber : *happyforks.com*, 2020.

TABEL 1.26

## Perhitungan Nilai Nutrisi Burgo dan Celimpungan

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
150 g	Tepung beras	549	120,2	2,13	8,93
30 g	Tepung tapioka	107	26,45	0,03	0,09
150 ml	Air	0	0	0	0
13 g	Garam	0	0	0	0
8 ml	Minyak goreng	73	0	8	0
300 g	Ikan Tenggiri	603	0	30,36	77,19
130 g	Telur	200	0,83	15,16	13,74
150 g	Tepung sagu	542	115,28	5,79	10,4
6 g	Gula	23	6	0	0
40 g	Bawang putih	60	13,22	0,2	2,54
1000 ml	Santan cair	2300	55,4	238,4	22,9
60 g	Bawang merah	43	10,08	0,06	1,5
10 g	Kemiri	69,1	1,39	7,2	0,9
8 g	Ketumbar	24	4,4	1,42	0,99
7 g	Kunyit	22	4,7	0,23	0,68
8 g	Daun seledri	1	0,24	0,01	0,06
Total		4616	358,19	308,99	139,92
Total / porsi		923,22	71,638	61,80	27,98

Sumber : *happyforks.com*, 2020.

TABEL 1.27

## Perhitungan Nilai Nutrisi Pempek Ikan Parau

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
90 g	Bawang putih	134	29,75	0,45	5,72
50 g	Cabai merah	20	4,41	0,22	0,94
250 g	Gula merah	950	245,23	0	0,3

**TABEL LANJUTAN 1.27****Perhitungan Nilai Nutrisi Pempek Ikan Parau**

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
90 g	Asam Jawa	215	56,25	0,54	2,52
70 g	Ebi	60	0	0,36	14,07
950 ml	Air	0	0	0	0
14 g	Garam	0	0	0	0
9 g	Gula	35	9	0	0
4 g	Cuka	0	0	0	0
300 g	Ikan sepat	867	0	42	114
130 g	Telur	200	0,83	15,16	13,74
150 g	Tepung sagu	542	115,28	5,79	10,4
50 g	Mentimun	6	1,08	0,08	0,3
100 g	Mi telur	521	51,9	31,72	10,33
15 ml	Minyak goreng	133	0	15	0
Total		3683	513,7	111,3	172,3
Total / porsi		736,6	102,7	22,26	34,46

Sumber : *happyforks.com*, 2020.

**TABEL 1.28****Perhitungan Nilai Nutrisi Kemplang Ikan**

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
200 g	Ikan gabus	178	0	2,5	36,6
300 g	Tepung sagu	1083	230,55	11,58	20,79
75 g	Bawang putih	112	24,8	0,38	4,77
22 g	Garam	0	0	0	0
240 ml	Air	0	0	0	0
80 g	Cabai merah	32	7,57	0,16	1,6

**TABEL LANJUTAN 1.28****Perhitungan Nilai Nutrisi Kemplang Ikan**

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
40 g	Ebi	34	0	0,2	8,04
30 g	Bawang merah	22	5,04	0,03	0,75
20 g	Gula merah	76	19,62	0	0,02
30 g	Asam Jawa	72	18,75	0,18	0,84
Total		1609	306,33	15,03	73,41
Total / porsi		321,8	61,27	3,07	14,7

Sumber : *happyforks.com*, 2020.

**TABEL 1.29****Perhitungan Nilai Nutrisi Buah Hongas dan Gulo Puan**

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
500 ml	Susu kerbau rawa	800	35,5	60	31,5
500 g	Gula merah	1900	490,45	0	0,6
180 g	Pisang Kepok	196,2	47,34	0,9	1,44
100 g	Tepung terigu	364	76,31	0,98	10,33
4 g	Garam	0	0	0	0
4 ml	Vanili	12	0,51	0	0
3 g	Gula	12	3	0	0
40 g	Kelapa muda	274	8,61	27,63	2,12
15 g	Mentega	131	0	14,92	0,04
50 g	Telur	77	0,32	5,83	5,29
35 g	Daun pandan	21,4	3,8	0,2	1,1
12,5 ml	Minyak Goreng	111	0	12,5	0
Total		3898,6	665,84	122,96	52,42
Total / porsi		779,7	133,17	24,59	10,48

Sumber : *happyforks.com*, 2020.

**TABEL 1.30****Perhitungan Nilai Nutrisi Aneka Buah Lokal**

<b>Jumlah</b>	<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
300 g	Duku	189	48,3	0,6	3,0
200 g	Jambu air	92	23,6	0,4	1,2
300 g	Rambutan	252	59	0,3	2,8
400 g	Manggis	292	71,64	2,32	1,64
Total		825	202,54	3,62	8,64
Total / porsi		165	40,51	0,7	1,7

Sumber : andrafarm.com, 2020.

**TABEL 1.22****Perhitungan Harga Jual Menu *Ritjstaffel* Hidangan Kabupaten OKI**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>
Nasi Putih	380	65,13	0,93	7,28
Pindang Burung Puyuh	1381,78	57,45	78,38	118,95
Sambal Bekasam	687,4	47,85	44,1	36,26
Burgo dan Celimpungan	4616	358,19	308,99	139,92
Pempek Ikan Parau	3683	513,7	111,3	172,3
Kemplang Ikan	1609	306,33	15,03	73,41
Buah Hongas dan Gulo Puan	3898,6	665,84	122,96	52,42
Aneka Buah Lokal	825	202,54	3,62	8,64
Total	17985,8	2217	750	682,5
Total / porsi	3597	443	150	136,5

Sumber : andrafarm.com, 2020.

## **1.8. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Lokasi penelitian dan uji coba penelitian masakan Kabupaten Ogan Komering Ilir, Provinsi Sumatera Selatan dilakukan penulis di dapur rumah penulis yang berada di jalan K.M. Idris 03 RT 003 / RW 012 Kubang. Dikarenakan kondisi di tengah pandemi, presentasi makanan berkemungkinan besar ditampilkan melalui dalam jaringan.

Terhitung waktu penelitian presentasi makanan dimulai dari bulan Agustus, 2020 dan permulaan penulisan karya ilmiah untuk Tugas Akhir ini terhitung dimulai pada 19 September, 2020.