

Penerbit
TOHAR MEDIA

Editor :
A. Ratna Sari Dewi
Nurdjanah Hamid



PENGANTAR BISNIS KULINER

Novia Anggraeni, I Gusty Ayu Monika Prastyandhari, Dahlia
Elianarni , Anang Martoyo, Ni Ketut Wiradnyani, I Ketut Sirna,
I Nyoman Tri Sutaguna, Leni Susanti, Ni Putu Eny Sulistiyadewi, Yati,
Rr. Aline Gratika Nugrahani

PENGANTAR BISNIS KULINER

Penulis

Novia Anggraeni, I Gusty Ayu Monika Prastyandhari, Dahlia
Elianarni, Anang Martoyo, Ni Ketut Wiradnyani, I Ketut Sirna, I
Nyoman Tri Sutaguna, Leni Susanti, Ni Putu Eny Sulistyadewi,
Yati, Rr. Aline Gratika Nugrahani

Editor

A. Ratna Sari Dewi
Nurdjanah Hamid

Penerbit

TOHAR MEDIA

PENGANTAR BISNIS KULINER

Penulis :

Novia Anggraeni, I Gusty Ayu Monika Prastyandhari, Dahlia Elianarni , Anang Martoyo, Ni Ketut Wiradnyani, I Ketut Sirna, I Nyoman Tri Sutaguna, Leni Susanti, Ni Putu Eny Sulistyadewi, Yati, Rr. Aline Gratika Nugrahani

Editor : A. Ratna Sari Dewi, Nurdjanah Hamid

ISBN : 978-623-8148-24-0

Desain Sampul dan Tata Letak

Ai Siti Khairunisa

Penerbit

CV. Tohar Media

Anggota IKAPI No. 022/SSL/2019

Redaksi :

JL. Rappocini Raya Lr 11 No 13 Makassar

JL. Hamzah dg. Tompo. Perumahan Nayla Regency Blok D No.25
Gowa

Telp. 0852-9999-3635/0852-4352-7215

Email : toharmedia@yahoo.com

Website : <https://toharmedia.co.id>

Cetakan Pertama Januari 2023

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektronik maupun mekanik termasuk memfotocopy, merekam atau dengan menggunakan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari penerb

Undang-undang Nomor 19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak mengumumkan atau memperbanyak suatu ciptaan atau memberi izin untuk itu, dipidana dengan pidana penjara paling lama 7 (Tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak **Rp. 5.000.000.000,00 (Lima Miliar Rupiah)**
2. Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta atau hak terkait sebagaimana dimaksud pada ayat 1, dipidana paling lama **5 (lima tahun)** dan/atau denda paling banyak **Rp. 500.000.000,00 (Lima Ratus Juta Rupiah)**

Kata Pengantar

Alhamdulillah kami panjatkan kepada Allah S.W.T akhirnya buku yang berjudul *"Pengantar Bisnis Kuliner"* telah selesai ditulis. Buku ini ditulis dalam 10 BAB dengan harapan dapat menjadi buku acuan standar untuk siapapun yang mencari sumber bacaan ataupun referensi mengenai aturan hukum teknologi di masyarakat.

Harapan kami dengan terbitnya buku ini dapat berguna untuk pembaca yang mempelajarinya. Tentunya untuk perbaikan kedepan, kami sangat berharap koreksi, saran dan masukannya untuk edisi selanjutnya.

Terimakasih kami ucapkan kepada seluruh pihak yang telah banyak memberikan kontribusi dalam penyusunan buku ini, semoga Alloh SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

Bandung, Januari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Depan _i

Halaman Penerbit _ii

Kata Pengantar _iii

Daftar Isi _iv

Bab 1. Konsep Memasak Sehat dan Teknik Dasar

Memasak _1

1.1. Pengantar _1

1.2. Konsep Memasak Sehat dan Meyehatkan _2

1.3. Teknik Dasar Memasak _5

1.4. Penutup _14

Bab 2. Peralatan dan Bahan Bakar Yang di Gunakan _17

2.1. Pengantar _17

2.2. Pengelompokan Peralatan _18

2.3. Alat Hidang, Alat Makan dan Alat Minum _40

2.4. Saran Pemilihan Peralatan Kuliner _50

2.5. Material Peralatan _51

2.6. Bahan Bakar yang digunakan _53

Bab 3. Ekosistem Bisnis Kuliner _55

3.1. Pengantar Ekosistem Binis Kuliner _55

3.2. Komponen internal _56

3.3. Komponen _68

Bab 4. Kuliner dan Klasifikasinya _77

4.1. Pengantar _77

4.2. Klasifikasi Makanan _79

4.3. Klasifikasi makanan Menurut NOVA _83

4.4. Klasifikasi Makanan Indonesia _85

4.5. Ragam Kuliner _88

4.6. Menu Makanan _88

4.7. Kuliner Tradisional dan Internasional _89

4.8. Usaha Bidang Kuliner _92

Bab 5. Standar Undang-Undang dan Higienitas Kuliner di Indonesia dan Dunia _99

- 5.1. Pengantar _99
- 5.2. Higienitas _101
- 5.3. Undang-Undang Higienitas Kulineri _103
- 5.4. Standar Higienitas Kulineri di Indonesia _107
- 5.5. Standar Higienitas Kulineri di Dunia _111
- 5.6. Penutup _113

Bab 6. Standar Resep _115

- 6.1. Latar Belakang _115
- 6.2. Konsep Bisnis Kuliner Dan Standar Resep _116
- 6.3. Tujuan Standar Resep _120
- 6.4. Manfaat Standar Resep _121
- 6.5. Pengertian Bisnis Kuliner _121
- 6.6. Bebek Betutu Tradisional Bali _124
- 6.7. Sate Babi _130
- 6.8. Penutup _140

Bab 7. Pembelian, Produksi dan Sanitasi _143

- 7.1. Pengantar _143
- 7.2. Pembelian _144
- 7.3. Produksi _150
- 7.4. Dapur _154
- 7.5. Sanitasi _155

Bab 8. Standar Gizi _163

- 8.1. Pendahuluan _163
- 8.2. Pedoman Gizi Seimbang _165

Bab 9. Manajemen SDM Dalam Bisnis Kuliner _197

- 9.1. Pengantar _197
- 9.2. Manajemen SDM (Sumber Daya Manusia) _198
- 9.3. Implementasi Manajemen SDM dalam Bisnis Kuliner _204
- 9.4. Penutup _207

Bab 10. Perlindungan Rahasia Dagang Pada Bisnis

Kuliner _209

10.1. Pengantar _209

10.2. Pembahasan _211

Daftar Pustaka _218

PENGANTAR BISNIS KULINER

Penulis

Novia Anggraeni, I Gusty Ayu Monika Prastyandhari, Dahlia
Elianarni , Anang Martoyo, Ni Ketut Wiradnyani, I Ketut Sirna, I
Nyoman Tri Sutaguna, Leni Susanti, Ni Putu Eny Sulistyadewi,
Yati, Rr. Aline Gratika Nugrahani

Editor

A. Ratna Sari Dewi

Bab 1

Konsep Memasak Sehat Dan Teknik Dasar Memasak

1.1 Pengantar

Memasak adalah sebuah kegiatan yang tidak terlepas dari bab perkulineran, sebab memasak adalah proses pengolahan sebuah bahan makanan agar siap saji dan dapat dinikmati. Kuliner sendiri dapat diartikan sebagai seni menyiapkan makanan, jadi seni memasak dimulai dengan kemampuan untuk memilih makanan, menyiapkan, memasak, dan menyajikan makanan menjadi hidangan yang menarik. Orang yang bekerja di bidang memasak disebut chef.

Keterampilan mengolah masakan tidak hanya sebatas penyajian dan rasa sebuah makanan atau hasil masakan saja, gizi atau kandungan yang melekat pada sebuah makanan perlu diperhatikan agar makanan yang terserap oleh tubuh tidak hanya mengeyangkan tetapi juga dapat menyehatkan.

Secara umum, kuliner pada sudut pandang gizi mengajarkan beberapa konsep dan fungsi dalam persiapan makanan, yang meliputi: a) Pemilihan bahan baku yang akan digunakan, b) Persiapan bahan baku sebelum dilakukan pengolahan, c) Penyimpanan bahan baku sebelum dan sesudah dilakukan pengolahan d) Pengolahan dan pemasakan bahan baku. e) Penggunaan alat penunjang pengolahan seperti kompor, oven, dan server yang sesuai f) Penyajian/pengendalian makanan yang bermanfaat bagi kesehatan dan kebersihan makanan.

1.2 Konsep Memasak Sehat dan Menyehatkan

Ilmu kuliner dalam sudut pandang gizi tidak hanya memperhatikan kemampuan menyiapkan hidangan, tetapi juga harus memperhatikan masalah gizi yang terkandung dalam sebuah hidangan. Makanan yang mengandung gizi yang baik membuat tubuh menjadi sehat, maka sekali lagi kami tekankan bahwa aspek zat gizi sangat penting dalam kaitannya dengan edukasi kuliner, konsep memasaknya adalah memasak yang sehat (*Healthy Cooking*), bagaimana cara membuat masakan yang sehat?, Berikut ini adalah hal yang harus diperhatikan:

1. Pertama, memahami sifat masing-masing bahan makanan, misalnya nilai gizi yang terkandung dalam bahan pangan, fungsi bahan pangan, bahan bioaktif yang terkandung dalam pangan dan dapat bermanfaat bagi kesehatan tubuh.
2. Pahami teknik memasak yang berbeda karena setiap teknik memasak memiliki hasil yang berbeda baik dari segi penampilan maupun pengaruhnya terhadap nutrisi dalam makanan yang disiapkan.
3. Saat ini, dunia kuliner tidak hanya berfokus pada nilai gizi saja. Keamanan pangan, kesehatan, dan estetika juga menjadi poin yang sangat penting. Sehingga diperlukan pemahaman dan pengetahuan yang baik tentang memilih bahan, menangani persiapan memasak yang baik, dan memasak hingga disajikan.

A. Keterampilan dalam Memasak

Memasak bukan hanya tentang pemahaman teknis, ini tentang memanfaatkan bakat, dan mengasah bakat itu membutuhkan latihan dan pengembangan resep baru yang konsisten. Kadang-kadang saat menyiapkan makanan, tidak hanya satu teknik memasak yang digunakan, tetapi bisa merupakan kombinasi dari 2-3 teknik yang digunakan dalam proses pengolahan atau memasak, tergantung pada tujuan akhir

dari makanan yang disajikan. Misalnya jika ingin menghasilkan produk bakso kentang, terlebih dahulu harus mengukus atau menggoreng kentang kemudian menggoreng hasil akhir bakso tersebut.

Jika ingin berhasil dan memuaskan hasil memasak, memerlukan keterampilan lain yang tidak hanya penguasaan teknik memasak, tetapi juga pemahaman tentang sifat makanan yang disiapkan, proses penggunaan panas yang tepat, keterampilan menganalisis dan membaca resep dengan baik, tahu cara menggunakan kompor yang tepat. Agar lebih mudah dalam mengetahui bagaimana melakukan teknik memasak yang dijelaskan di bawah ini, dapat diperjelas dengan menonton video teknik memasak di internet, dalam media massa tersebut dapat melihat proses demo memasak secara runtut.

B. Tujuan dan Manfaat Memasak

Memasak pada dasarnya adalah proses pengolahan yang dilakukan dengan cara memanaskan mematangkan dan mengubahnya menjadi produk makanan yang dapat dimakan tanpa mengesampingkan rasanya. Sehingga memasak adalah kegiatan yang memiliki efek dan tujuan, diantaranya adalah :

- a. Untuk mengubah sifat sensorik makanan; aroma, rasa, suhu, dan tekstur, karena panas dan bahan masakan mengubah tekstur, aroma, dan rasa makanan.
- b. Mengubah nilai cerna makanan, saat menyiapkan makanan yang tidak dapat dicerna agar mudah dicerna.
- c. Mengubah nilai gizi, baik memer kaya ataupun malah menurunkan nilai gizi akibat proses pengolahan makanan,
- d. Pemusnahan mikroorganisme dalam makanan dengan pemanasan.

Pengolahan makanan. .

C. Efek Pemanasan dalam Memasak Terhadap Bahan Makanan

Hal paling penting untuk diingat tentang hasil memasak yaitu jumlah panas yang digunakan dan lamanya waktu. Keterampilan ini biasanya didapatkan dari pengalaman praktek dilapangan sehingga akan memiliki ketentuan takaran tersendiri. Salah satu tujuan dari memasak adalah mengubah nilai gizi, baik menambah ataupun menurunkan nilai gizi saat proses. Inilah perbedaan antara ahli gizi dan koki. Penyelamatan nilai gizi juga menjadi perhatian. Ini harus dipertimbangkan ketika menawarkan makanan dan perawatan nutrisi kepada klien di kemudian hari.

Contoh beberapa nutrisi yang hilang selama persiapan makanan.

Penerapan berbagai metode memasak dapat membantu mengurangi kekurangan. Misalnya, memilih mengukus sayuran daripada merebusnya. Hal ini dikarenakan banyak vitamin yang dapat rusak oleh paparan panas, udara, air, atau minyak goreng. Pengecualiannya adalah vitamin K dan vitamin B niasin, yang sangat persisten dalam makanan.

Memasak dengan sedikit minyak sama efektifnya dengan memanggang dalam mengurangi kehilangan vitamin A dan E yang larut dalam lemak. Buah dan sayuran harus dimasak dalam sedikit air dan waktu memasak untuk mengurangi hilangnya vitamin C yang larut dalam air yang teroksidasi.

Panas yang berlebihan dapat mengeringkan, menghanguskan, mengecilkan, dan bahkan menghancurkan makanan. Sebaliknya, jika panasnya tidak mencukupi, waktu memasak akan dipersingkat, nutrisi akan berkurang, makanan tidak akan memiliki rasa yang diinginkan dan akan menyerap minyak. Kemampuan inilah yang membedakan hasil memasak yang berbeda

Penjelasan sub pokok bahasan ini adalah membuat makanan yang sehat dan menyehatkan, harus terus menerus dilatih dan dipelajari dalam pelaksanaan pengembangan kuliner, selain masalah makanan enak, aspek gizi dan kesehatan juga diperhatikan.

1.3 Teknik Dasar Memasak

Ada banyak teknik memasak yang dapat dipelajari. Ingatlah bahwa setiap teknik memasak memberikan karakteristik dan produk akhir yang berbeda. Pada penjelasan sebelumnya tertulis bahwa ada 2 kata kunci dalam memasak yang baik, yaitu jumlah panas yang dihasilkan (kualitas) dan waktu pemberian panas (time). Energi panas mempengaruhi kualitas panas. Misalnya, gas adalah bahan bakar memiliki suhu panas tinggi jika dibandingkan dengan minyak tanah, kayu bakar dan arang.

Keterampilan memasak bukan hanya tentang membaca resep, tetapi juga tentang kemampuan untuk mengontrol kualitas, jumlah, dan intensitas panas yang Anda gunakan dalam memasak. Faktor yang mempengaruhi antara lain:

1. Tekstur produk yang akan dihasilkan dan tekstur produk yang disiapkan.
2. Sumber bahan yang digunakan misalnya dari hewan atau tumbuhan
3. Ukuran potongan yang dimasak
4. Kombinasi bahan masakan; kering, beku, segar, hewani, makanan nabati.
5. Perlakuan panas yang digunakan dalam proses misalnya udara panas, api membara, atau air mendidih.
6. Sumber panas yang digunakan sebagai media proses pengolahan
7. Jenis alat yang digunakan, bahan baku alat yang berkualitas.

8. Jumlah makanan yang dimasak.

Misalnya, jika Anda menerapkan terlalu banyak panas, makanan Anda akan terlalu matang, mengering, menyusut, terbakar, dan hancur. Panas/api yang terlalu kecil akan menghasilkan aroma yang tidak sedap, warna yang hambar, lembek, berair, tidak sedap dipandang dan banyak nutrisi yang akan hilang.

A. Transfer (pemindahan) Panas Memasak

Berdasarkan transfer atau perpindahan panas yang diberikan, ada 3 kategori memasak, yaitu proses mematangkan makanan.

a. Konduksi

Panas yang berpindah melalui kontak langsung dengan benda panas (peralatan memasak) dan panas berpindah dari bagian makanan yang dipanaskan. Misalnya, panci mentransfer panas ke minyak, panci mentransfer panas ke cairan memasak, dan cairan mentransfer panas ke makanan yang sedang dimasak. Tingkat perpindahan panas tergantung pada jenis peralatan masak yang mendasarinya. Aluminium dan baja memiliki kecepatan transmisi yang berbeda.

b. Konveksi

Panas yang diterapkan disebarkan oleh udara panas, uap, atau gerakan cairan. Jika oven Anda memiliki kipas, Anda dapat mempercepatnya. Dalam oven konveksi, udara kering yang panas mengurangi cairan dalam makanan, membuat makanan kering di oven konveksi. Suhu udara panas bisa melebihi 100 derajat Celcius.

c. Radiasi

Energi panas dilakukan oleh gelombang dari sumber energi ke makanan. Contoh perpindahan panas adalah memasak

dengan radiasi. Inframerah adalah elemen pemanas panggangan listrik atau keramik yang menghasilkan radiasi inframerah. Radiasi gelombang mikro menembus bagian makanan dan menggerakkan molekul air. Gesekan yang disebabkan oleh gerakan air mematangkan makanan.

B. Katagori Memasak berdasarkan Sumber Panas

Secara umum ada tiga kategori utama teknik memasak berdasarkan sumber panasnya, yaitu:

a. *Dry Heat Cooking* (memasak dengan panas kering)

Memasak panas kering mengacu pada pemanasan bahan dengan meniup pemanas dari atas dan bawah atau menerapkan udara panas ke bahan, bukan air atau uap. Panas yang dihasilkan saat memasak makanan dapat dicampur tanpa bercampur dengan cairan panas. Contoh yang dapat diklasifikasikan sebagai proses panas kering adalah memanggang, memanggang, dan memanggang.

b. *Moist Heat Cooking* (memasak dengan panas basah)

Air, kaldu, santan dan uap dapat digunakan untuk memasak dalam metode ini menggunakan cairan sebagai media perpindahan panas ke makanan cair.

c. *Fat cooking* (memasak dengan minyak atau lemak)

Metode memasak ini menggunakan media cair-minyak panas dalam jumlah tinggi atau rendah.

C. Teknik Masak Dengan Panas Kering

Pada dasarnya memasak kering, panas yang dihasilkan adalah memasak langsung atau difusi udara panas. Namun, terkadang cairan ditambahkan ke wadah makanan yang dimasak, sehingga jenis metode ini dijelaskan sebagai berikut.

a. *Baking dan Roasting (Oven)*

Kedua teknik memasak tersebut pada dasarnya sama dengan meniupkan udara panas ke segala arah di sekitar makanan di dalam oven hingga mengkilat, kering, dan berwarna cokelat. Persamaan baking dan roasting adalah oven Sama seperti memasak di Hasil akhirnya adalah pemasakan berwarna keemasan atau kecoklatan akibat proses karamelisasi karbohidrat yang diolah pada daging dan daging unggas reaksi Maillard. Sedangkan perbedaan antara baking dan roasting. Baking digunakan untuk menyiapkan kue, roti, atau makanan yang dimasak lebih lama dan pada suhu yang lebih rendah daripada Roasting.

b. *Grilling dan Broilling serta Barbecue*

Metode memasak panas kering menggunakan api terbuka atau udara panas dari api terbuka. Udara menghantarkan panas lebih lambat, membawa makanan lebih dekat ke api untuk memasak lebih cepat. Sumber protein hewani, daging dan unggas yang baik. Panci besar bisa berupa oven suhu rendah atau oven tabung besar dengan 2-3 pengaturan panas.

Perbedaan Grilling dan Broiling serta Barbecue.

- 1) Grilling: pemanasan dilakukan dari permukaan atas makanan, atau berputar dengan sumberpanas api atau dengan kata lain memasak dengan dibolak balik
- 2) Broilling: panas dari permukaan bawah, masak dibalik-balik dengan diletakkandalam wadah.
- 3) Barbecue serupa dengan grilling atau broiling, tetapi sumber panas dari kayu bakar, batu bara atau arang.

c. *Menyanggrai*

Menggoreng, atau deep-frying atau menggoreng, begitu sebagian orang menyebutnya, adalah memasak makanan atau bahan makanan di dalam wajan tanpa menggunakan

minyak atau bahan cair lainnya. Kacang, kerupuk, dan kelapa parut sering dimasak dengan cara ini.

d. *Microwave Cooking*

Teknik memasak yang menggunakan radiasi gelombang mikro yang dihasilkan oleh energi listrik dari oven. Energi gelombang mikro ini memasuki makanan yang dimasak secara langsung tanpa merambat melalui wadah memasak. Untuk alasan ini, substrat plastik khusus digunakan untuk bahan dan peralatan makan. Gelombang mikro atau peralatan lain yang diberi label untuk gelombang mikro. Jangan gunakan peralatan logam. Ada refleksi oleh gelombang, dan cahaya berkedip.

D. Teknik Masak Dengan Panas Basah

Metode memasak kelompok ini, adalah cara dalam proses memasak menggunakan media cairan/air, dimana bahan makanan bercampur dengan cairan/air, atau uap air.

a. *Bolilling* (Merebus)

Perebusan adalah merebus bahan-bahan dalam air panas. Bahan-bahan yang akan dimasak dimasukkan ke dalam air mendidih atau dicampur saat airnya masih dingin. Kedua metode ini memberikan hasil yang berbeda. Makanan yang perlu dimasak dalam air mendidih, seperti spageti. Jika Anda menambahkan spageti saat airnya dingin, akan lebih lama mendidih dan spageti akan menjadi lembek. Bahan yang dimasak dengan air dingin, seperti daging. Biasanya ini dilakukan untuk mendapatkan kuah yang bening

b. *Simmering* (Memasak di atas api kecil)

Ini adalah metode memasak di mana bahan-bahan dimasak dengan api kecil sekitar 960 ° C. Teknik ini berguna untuk membuat sup dan melunakkan daging. Untuk menyempurnakan proses memasak, didihkan dulu

makanannya, lalu kecilkan apinya. Karena itu, merebus adalah cara memasak sup yang benar, bumbu, dan ekstrak yang paling cocok.

c. *Blancing* (Blansir)

Resep sederhana yang biasa digunakan untuk memasak sayur. Caranya adalah dengan merebus air dalam jumlah banyak, masukkan sayuran, rebus sebentar, angkat, tiriskan, dan bilas atau rendam sayuran dalam air dingin untuk menghentikan proses pematangan, digunakan saat menyiapkan sayuran rebus atau kalengan.

d. *Stewing* (Mengunkep)

Metode memasak di mana bahan-bahan (daging, ikan, sayuran) dibumbui atau direbus dalam panci tertutup sampai airnya keluar, dan bahan-bahannya sedikit terendam cairan. Proses memasaknya memakan waktu lama dengan api kecil sampai bumbunya habis. Sedikit cairan dan air dari ayam atau daging dapat digunakan untuk membuat saus yang lezat, sehingga banyak nutrisi dari makanan tidak terbuang, Anda juga bisa mendapatkannya. sebelum menambahkan air atau sup.

e. *Poaching* (Memasak dengan air hampir mendidih)

Cara memasaknya sama dengan merebus, hanya titik didih airnya yang rendah. Makanan yang dihasilkan akan lebih lembut. Dapat digunakan untuk memasak ikan, telur, buah-buahan segar dan kering. Juga Aining untuk membuat telur Ushime. Caranya adalah menghilangkan bau amis pada telur dengan menaburkan garam dan cuka pada airnya. Bawa air untuk direbus. Masukkan telur ke dalam air. Masak hingga matang, sekitar 5 menit. Tiriskan dengan sodette berlubang

f. *Steaming* (Mengukus)

Metode memasak dengan mengukus air panas dari lubang filter panci tertutup.

Teknik ini dapat digunakan untuk memasak nasi, sayuran, kentang, ikan, daging tanpa lemak dan unggas. Makanan kukus tidak berubah bentuk dan memiliki rasa yang lebih alami. Sangat sedikit makanan yang terbuang. Makanan yang disiapkan menggunakan teknologi ini cocok untuk orang yang sedang menurunkan berat badan.

g. *Bain Marie* (Mengetim)

Teknik atau metode mengukus melibatkan memasak makanan atau bahan dalam dua panci. Panci besar pertama berisi air dan dididihkan di atas kompor. Di sisi lain, masukkan nasi dan bahan lainnya (seperti nasi jím) ke dalam panci atau mangkuk tahan panas kecil, dan tambahkan sedikit air ke panci besar berisi air mendidih. Masak dengan api kecil.

h. *Pressure Cooking* (Memasak dengan Panci Tekan)

Masak di pressure cooker atau pressure cooker khusus. Panci ini tertutup rapat dan menghasilkan tekanan tinggi yang dapat dengan cepat menghancurkan makanan. Gunakan teknik dan alat di atas. Memasak sayuran dapat menghemat waktu 30-35% lebih cepat saat memasak daging hingga 70-75%. Waktu memasak yang singkat memastikan bahwa nilai gizi yang diharapkan dari makanan tidak terbuang sia-sia.

Perhitungan waktu memasak umumnya memperhitungkan waktu mendesis dan mendidih dari pressure cooker. Matikan api ketika saatnya tiba. Jangan langsung membuka tutup panci karena berbahaya. Tunggu hingga ketel berkurang tekanannya. Ini menunjukkan bahwa uapnya panas dan kebisingannya hilang. Baca instruksi manual dengan seksama

E. Teknik Memasak Dengan Media Lemak

Pada teknik ini terjadi penyebaran panas akibat lemak yang digunakan untuk memasak. Banyak jenis lemak yang digunakan dalam memasak, termasuk lemak rantai pendek (seperti minyak sawit) dan lemak rantai panjang (seperti minyak zaitun dan biji bunga matahari). Lemak padat yang berasal dari hewan, seperti mentega, dan lemak padat yang berasal dari nabati, seperti margarin. Secara umum, titik didih minyak berbeda dengan air, sehingga kecepatan memasak makanan akan berbeda.

Berikut beberapa jenis teknik masak media minyak:

a. *Frying (Menggoreng)*

Teknik frying adalah teknik memasak dalam keadaan di mana bahan benar-benar direndam dalam banyak minyak. Saat minyak sudah panas, tambahkan makanan Anda ke dalamnya.

Special Frying Tool dapat digunakan untuk menggoreng baik di wajan elektrik maupun deep frying atau wajan bulat.

Bahan harus kering atau tidak terlalu lembab untuk hasil yang baik. Saya mencoba membuat bahan-bahannya berukuran merata agar matangnya merata. Hasil memasak dengan teknik ini. Berkulit, kering, harum, kuning kecoklatan.

b. *Sauteeing (Menuhis)*

Teknik sauteeing biasanya digunakan untuk memasak makanan yang cenderung empuk, seperti sayuran, potongan kecil daging, dll. Saat menuhis, wajan harus dipanaskan terlebih dahulu sampai minyaknya kecoklatan. Kemudian bahan baru ditambahkan. Oleh karena itu, bahan-bahan yang akan dimasak harus disiapkan terlebih dahulu. Jumlah panas

dan kecepatan memasak yang tepat adalah hal terpenting dalam teknik menggoreng ini. Teknik sauteening oriental ini lemak yang digunakan biasanya lemak nabati seperti minyak sawit. Rempah-rempah kemudian ditambahkan ke minyak panas untuk pengembangan rasa dan aroma rempah yang optimal. Alat yang digunakan biasanya disebut wajan bulat atau biasa disebut wajan "wajan". Sedangkan pada Teknik Sauteening Continental ini, mentega yang digunakan umumnya terbuat dari lemak susu yang mudah terbakar, jadi Anda menunggu mentega memanaskan atau menggorengnya sampai meleleh. Saat bawang goreng menjadi empuk, tumisan selesai. Selain mentega, Anda juga bisa menambahkan minyak rantai panjang seperti "minyak zaitun". Alat yang digunakan biasanya penggorengan, penggorengan atau tumisan dan panik dengan wajan.

c. *Shallow Frying (menggoreng dengan banyak minyak)*

Teknik shallow frying adalah teknik pengolahan dengan prinsip menggunakan minyak sedang dan wajan di atas api sedang untuk memasak bahan. Minyak goreng yang digunakan untuk memasak tidak boleh melebihi setengah dari tinggi makanan olahan. Teknik ini digunakan untuk menggoreng potongan besar dan tidak memerlukan rotasi seperti teknik menggoreng. Shallow frying dapat dilakukan dengan api kecil relatif terhadap jumlah saus, memungkinkan makanan matang sepenuhnya. Jumlah lemak yang digunakan tergantung pada jumlah atau kondisi makanan. Misalnya, untuk menggoreng telur gunakan minyak sedikit, untuk menggoreng ayam gunakan minyak yang lebih banyak.

d. *Braising (memasak dengan api kecil)*

Teknik memasak dengan cara braising adalah teknik pengolahan makanan yang memasak bahan dalam wadah kedap udara dengan api kecil. Umumnya, braising adalah

proses memasak makanan dalam wadah tertutup dengan api kecil. Resep ini cocok untuk memasak daging merah. Dagingnya akan menjadi lebih empuk dan empuk, dan bumbunya akan terserap sepenuhnya. Banyak masakan Indonesia yang bisa diolah dengan teknik semur ini. Contohnya adalah Gulai daging sapi dan rendang.

e. *Flambeying (memasak dengan api besar)*

Teknik memasak di mana setelah memasak bahan atau minuman beralkohol (anggur, brendi, rum, calvadas) biasanya ditambahkan ke panggang datar dan dibakar untuk menambah rasa pada makanan tertentu seperti makanan penutup contohnya es krim, dan krepes

1.4 Penutup

Memasak tidak hanya melibatkan tujuan penuaan bahan, tetapi juga tujuan mensterilkan, meningkatkan nilai gizi, dan meningkatkan pencernaan. Jadi mulailah dengan konsep itu dan pikirkan tentang teknik memasak apa yang Anda pilih dan bagaimana Anda menggunakan teknik itu. Prinsip dasar praktik memasak adalah menyediakan panas, kualitas dan kuantitas bahan, yang dipengaruhi oleh banyak faktor

Ada tiga kelompok utama metode memasak dasar: memasak panas kering. Metode memasak panas lembab dan minyak terdiri dari tiga teknik memasak: media perpindahan panas untuk memasak makanan, panas kering dengan udara panas menggunakan oven, panas lembab dengan air dan perpindahan panas uap, dan minyak dengan perpindahan panas melalui makanan. Dari lemak, mentega, margarin. Di sisi lain, perpindahan panas diklasifikasikan menjadi konduksi, kontak langsung dengan api, konveksi, perpindahan panas oleh pergerakan udara panas, baik kering dan basah, dan perpindahan panas dengan radiasi, energi radiasi elektromagnetik.

Panas kering termasuk metode memasak seperti memanggang, memanggang, memanggang, memanggang, dan memanggang. Selain udara panas, cairan atau lemak dapat ditambahkan sebagai media perpindahan panas ke makanan, tetapi panas lembab yang melibatkan cairan dan uap air secara langsung atau tidak langsung meliputi perebusan, pengukusan, blansing, penangas air, perebusan, termasuk perebusan suhu rendah. Untuk menggoreng, menggoreng, menumis, memanggang, merebus, dan flambéing.

Bab 2

Peralatan Dan Bahan Bakar Yang Digunakan

2.1 Pengantar

Peralatan kuliner merupakan peralatan yang digunakan dalam mempersiapkan, mengolah serta menyajikan beraneka jenis hidangan kuliner. Menjadi hal yang sangat penting bagi kita dalam mempelajari tentang peralatan dalam kuliner. Berkembangnya dunia industri dalam menciptakan peralatan memasak, teknologi serta bahan-bahan lain sangat memudahkan kita untuk dapat mengolah beraneka macam hidangan kuliner dari segi penyajian, tampilan, dan bentuk hidangan yang mempermudah kita dalam melakukan proses persiapan memasak, pengolahan hingga penyajian dengan tetap mempertahankan hygiene sanitasi serta nilai gizi pada makanan.

Peralatan yang digunakan dalam mengolah hidangan kuliner beragam jenis serta kegunaannya. Dalam buku ini Batasan peralatan yang akan dibahas terbagi dalam dua kelompok yaitu peralatan dapur besar atau *kitchen equipment* dan peralatan dapur kecil atau *kitchen utensils*. Peralatan dapur besar atau *kitchen equipment* merupakan peralatan yang menjadikan ruangan sebagai dapur untuk melakukan proses mengolah makanan meliputi; pastry oven, stove, table, sink dan lainnya. Peralatan dapur kecil atau *kitchen utensil* merupakan peralatan dapur yang berukuran kecil untuk membantu proses pengolahan makanan meliputi baskom, panci, pisau dan peralatan lainnya.

2.2 Pengelompokan Peralatan

Pengelompokan peralatan dalam pengolahan sajian kuliner dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu:

1. Peralatan dapur besar atau kitchen equipment
2. Peralatan dapur kecil atau kitchen utensils.

A. PERALATAN DAPUR BESAR (KITCHEN EQUIPMENT)

Peralatan dapur besar atau kitchen equipment dapat dikelompokkan menjadi tiga kelompok yaitu:

- a) Peralatan menggunakan listrik dan gas
- b) Peralatan mekanik
- c) Peralatan non listrik
- d) Peralatan listrik dan gas

Tabel 2.1 Peralatan listrik & gas

Nama Peralatan & Gambar	Keterangan
 Deep freyer	Berfungsi untuk menggoreng makanan dengan menggunakan minyak yang banyak.



Toaster

Berfungsi sebagai alat untuk membakar roti.



Bain Marie

Berfungsi sebagai pemanas makanan agar tetap dalam keadaan hangat



Bakery Oven

Berfungsi untuk memanggang adonan roti



Grill

Berfungsi untuk memanggang daging

 Stove dan Oven	Berfungsi sebagai tungku untuk mematangkan bahan makanan melalui proses pengolahan
 Dough Mixer	Berfungsi untuk mengaduk adonan kue dan roti
 Salamander	Berfungsi untuk memanaskan dan memberikan warna menarik pada bagian atas makanan sebelum disajikan
 Bread Slicer	Berfungsi untuk memotong toast bread atau roti tawar

 Vegetable cutter	Berfungsi untuk memotong sayuran
 Meat grinder	Berfungsi untuk mencincang dan menghaluskan daging
 Refrigerator	Berfungsi untuk menyimpan bahan makanan dengan suhu (5°C - 10°C) agar tetap dalam keadaan segar

 Freezer	Berfungsi untuk menyimpan bahan makanan pada kondisi beku dengan suhu 20°C.
 Ice Cream Machine	Berfungsi untuk mengolah dan menyimpan ice cream

e) Peralatan Mekanik

Merupakan peralatan dapur yang digunakan secara manual. Adapun contoh dari peralatan jenis ini adalah:

Tabel 2.2 Peralatan Mekanik

Nama Peralatan & Gambar	Keterangan
 Hard Grinder	Berfungsi untuk mencincang daging.
 Noodle Dough machine	Berfungsi sebagai alat untuk mencetak mie dengan berbagai ukuran.
 Kitchen Scale/ Timbangan	Berfungsi untuk menimbang bahan padat/kering

f) Peralatan Non Listrik

Dalam pengoperasiannya peralatan ini tanpa menggunakan aliran listrik dan maupun mekanik. Peralatan ini sebagian besar berupa tempat bekerja atau meja misalnya:

Tabel 2.3 Peralatan non-listrik

Nama Peralatan & Gambar	Keterangan
 Meja Kerja	Berbahan stainless, berfungsi sebagai alas untuk melakukan proses pengolahan
 Pastry Table	Berfungsi sebagai meja kerja untuk proses pengolahan pastry dan bakery

 Sink	Berfungsi sebagai tempat untuk mencuci bahan makanan.
--	--

B. Peralatan Dapur Kecil (Utensil)

Peralatan dapur kecil (utensil) berdasarkan bahan yang digunakan, peralatan ini dapat digolongkan menjadi:

- a) Peralatan memasak (pot atau pan), peralatan ini berbahan stainless, atau alumunium atau tembaga.

Tabel 2.4 Peralatan memasak

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1  Stock pot	2 Berfungsi untuk memasak makanan yang berkuah, atau membuat sup maupun kaldu.

 Sauce pot	Berfungsi untuk merebus daging sayuran, saus, dan pembuatan sup.
 Saute pan	Berfungsi untuk menggoreng dengan sedikit minyak/ menumis.
 Sauce pan	Berfungsi untuk merebus makanan atau saus dalam jumlah yang sedikit.
 Braising Pan	Peralatan yang dipergunakan untuk mengolah makanan dengan menggunakan Teknik braising

 Roasting Pan	Berfungsi untuk mengolah makanan dengan metode roasting yaitu memanggang dalam oven
 Frying pan	Berfungsi untuk menggoreng sayur, daging, unggas, dan olahan telur dengan sedikit minyak.

b) Peralatan menyimpan atau mencampur

Tabel 2.5 Peralatan menyimpan atau mencampur

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 Mixing Bowl	Peralatan berbahan stainless yang dipergunakan untuk mencampur bahan makanan

 Whisking bowl	Peralatan yang digunakan untuk mengocok cream, mayonnaise dan menocok adonan telur dan saus lainnya.
 Colander	Peralatan yang dipergunakan untuk meniriskan bahan makanan setelah dicuci maupun direbus dan sebagai tempat nasi.
 Container	Peralatan yang dipergunakan sebagai tempat untuk menyimpan makanan, aus dan lainnya.
 Trays	Peralatan yang dipergunakan untuk tempat enyiapkan bahan makanan, makanan yang sudah dimasak.

c) Peralatan Kecil

Tabel 2.6 Peralatan kecil

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 Ladle	Sendok bertangkai Panjang yang berfungsi untuk mengambil cairan seperti kaldu atau sup
 Friying Saptula/Sutil	Peralatan yang berfungsi untuk membalik makanan saat digoreng atu direbus
 Skimmer/Spider/serok	Berfungsi untuk mengambil makanan yang direbus maupun digoreng, mengambil buih atau busa pada saat menggoreng atau pembuatan kaldu

 Conical Stainer/saringan	Berfungsi untuk menyaring sup, saus, kaldu, sup, dan minyak goreng
 Strainer	Berfungsi untuk menyaring teh, sirup, tepung dan bahan kering lainnya.
 Balloon Whisk	Berfungsi untuk mengocok telur, mencampur adonan yang terbuat dari tepung, air dan susu, membuat mayonnaise dan saus

 Ice Cream Scoop	Berfungsi untuk mencetak ice cream
---	---

g) Peralatan Memotong

Tabel 2.7 Peralatan Memotong

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 Vegetable Knife	Digunakan sebagai alat untuk memotong sayuran.
 Chopping Knife	Digunakan untuk mencincang sayuran dan bumbu.

 Cleaver	Berfungsi untuk memotong tulang dan mencincang daging.
 Meat Knife	Pisau yang dipergunakan khusus untuk memotong ataupun mengiris daging
 Boning Knife	Pisau yang dipergunakan untuk melepaskan tulang dari daging

 Filletting Knife	Pisau yang dipergunakan untuk mengiris daging dengan ukuran yang tipis.
 Carving Knife	Pisau yang dipergunakan untuk memotong daging yang sudah dimasak
 Bread Knife	Pisau bergerigi yang dipergunakan untuk memotong roti
	Peralatan yang dipergunakan untuk mengupas kulit sayuran

Peeler	
 Paring Knife	Pisau khusus yang dipergunakan untuk membuat garnish
 Parisienne cutter	Peralatan khusus yang dipergunakan untuk memotong buah dengan bentuk bulat
 Meat fork	Garpu yang dipergunakan untuk mengambil daging dari proses pengolahan

 Tong	Penjepit yang dipergunakan untuk membalik makanan yang diproses dengan teknik grilling
 Egg slicer	Peralatan khusus yang dipergunakan untuk memotong telur yang sudah direbus
 Grater	Peralatan yang dipergunakan untuk memarut kelapa, sayuran ataupun keju

 Potato cutter	Pisau khusus yang dipergunakan untuk memotong kentang
---	--

h) Peralatan Mengukur

Tabel 2.8 Peralatan Mengukur

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 <i>Measuring Jug /Gelas Ukur</i>	Berfungsi untuk mengukur bahan cair (air/minyak).

 Measuring Spoon/ Sendok Takar	Berfungsi untuk mengukur bahan berbentuk bubuk.
---	--

f) Peralatan dari kayu

Tabel 2.9 Peralatan dari kayu

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 Chooping Board	Berfungsi sebagai alat untuk memotong tulang hewan atau daging
	Berfungsi untuk proses pemotongan buah, sayuran, maupun bumbu.

Cutting Board	
 Wooden Spatula	Berfungsi mengaduk makanan yang sedang digoreng atau ditumis.
 Rolling Pin	Berfungsi untuk menipiskan adonan roti maupun bahan lainnya
 Tray	Berfungsi untuk membawa hidangan yang akan disajikan

i) Peralatan dari Karet

Tabel 2.10 Peralatan dari karet

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1  Rubber spatula	2 Berfungsi untuk mengaduk makanan, membersihkan sisa makanan atau adonan yang menempel pada mixing bowl.
 Plastic bowl	Berfungsi untuk menyimpan atau menempatkan makanan.
 Cutting Board	Berfungsi sebagai alas untuk memotong bahan. Berdasarkan warna talenan dapat dibedakan menjadi: Biru : digunakan untuk memotong ikan/seafood

	Merah :dipergunakan untuk memotong bahan berjenis daging mentah Putih: digunakan untuk memotong bahan makanan yang sudah matang atau siap disantap Kuning: digunakan khusus untuk memotong ungags Hijau: untuk memotong jenis sayuran dan buah
--	--

2.3 Alat Hidang, Alat Makan dan Alat Minum

Alat hidang yang akan dibahas merupakan peralatan berupa peralatan makan dan minum diantaranya barang pecah belah berupa chinaware dan glassware.

Chinaware merupakan peralatan pecah belah, berbahan porcelain dan keramik yang mempercantik penampilan penyajian makanan yang dihidangkan. Chinaware dapat dikeompokkan menjadi:

- Alat hidang berupa sejenis piring atau plate
- Alat hidang berupa pot
- Alat hidang berupa cup
- Alat hidang berupa bowl

a) Alat hidang berupa piring atau plate

Tabel 2.11 Alat hidang berupa piring

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 Dinner Plate	Berfungsi untuk menyajikan hidangan utama, dengan diameter 26 cm
 Dessert Plate	Berfungsi untuk menyajikan hidangan pembuka maupun penutup dengan diameter 18 cm

 Soup plate	Berfungsi Untuk menyajikan soup ataupun bubur ayam dengan diameter 22 cm.
 B and B Plate	Berfungsi sebagai tempat menyajikan bread and butter, dengan diameter 15 cm

b) Alat hidang berupa pot:

Tabel 2.12 Alat hidap berupa pot

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 Coffee Pot	Berfungsi sebagai tempat untuk menyajikan kopi dalam keadaan panas

 Tea Pot	Berfungsi sebagai tempat untuk menyajikan teh dalam keadaan panas.
 Milk Jug	Berfungsi untuk menyajikan susu

c) Alat hidang berupa cup:

Tabel 12.13 Alat hidang berupa cup

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 Sup Cup	Berfungsi sebagai tempat untuk menyajikan sup, dengan diameter 10 cm.
 Tea Cup	Berfungsi sebagai tempat untuk menyajikan teh, dengan diameter 7 cm.
 Coffee Cup	Cangkir yang difungsikan untuk menyajikan kopi, dengan diameter 6 cm.

 Demitase Cup	Cangkir yang difungsikan untuk menyajikan kopi dengantekstur kental.
--	---

d) Alat hidang berupa bowl/mangkuk

Tabel 12.14 Alat hidang mangkuk

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 Cereal Bowl	Mangkuk yang digunakan untuk menyajikan bubur ataupun sereal.
 Soup Bowl	Mangkuk yang digunakan untuk menyajikan hidangan sup.

 Sugar Bowl	Berfungsi sebagai tempat untuk menyajikan gula pasir.
 Butter Bowl	Mangkuk yang digun akan untuk menyajikan butter.

Silverware

Merupakan jenis alat makan yang berbahan logam dengan lapisan perak atau stainlles stell, seperti:

Tabel 12.15 Alat hiding berupa sendok

Nama Peralatan dan Gambar	Keterangan
1	2
 Dinner spoon	Sebagai alat makan hidangan utama

 Dessert spoon	Sebagai alat makan hidangan penutup
 Soup spoon	Sebagai alat makan hidangan berupa sup
 Tea spoon	Sebagai alat pengaduk sajian teh ataupun kopi.

 Dinner fork	Sebagai alat makan hidangan utama
 Dessert fork	Sebagai alat makan hidangan penutup
 Steak fork	Sebagai alat makan hidangan berupa steak.
	Sebagai alat makan untuk hidangan dari ikan.

Fish fork	
 Oyster fork	Sebagai alat makan untuk hidangan seafood.
 Dinner knife	Sebagai alat makan hidangan utama
 Dessert knife	Sebagai alat makan hidangan penutup

[illegible]

2.4 Saran Pemilihan Peralatan Kuliner

1. Memilih peralatan serbaguna untuk persiapan memasak, sehingga tidak memerlukan banyak peralatan untuk persiapan.
2. Peralatan yang mudah untuk dibersihkan.
3. Tidak menyerap bahan kimiawi.

4. Permukaan peralatan halus, tidak terlalu banyak cekungan.
5. Tidak mudah berkarat.
6. Tidak mudah pecah dan tidak terbuat dari bahan yang beracun.

Dalam mempertimbangkan hal tersebut diatas, dipandang perlu untuk mempelajari berupa bahan dasar atau material terkait dengan alat memasak dan menghidangkan.

2.5 Material Peralatan

Pemahaman tentang bahan dasar peralatan, akan membuat kita lebih bijaksana dalam menggunakan peralatan.

1. Baja Tahan Karat

Digunakan dalam peralatan memasak dan persiapan kuliner yang terbuat dari bahan chromium, karbon dan nikel, dengan penampilan yang mengkilap, mudah untuk dibersihkan, tidak mudah beraksi dengan soda dan asam dan tidak berkarat.

2. Besi tuang

Peralatan dengan menggunakan bahan ini masih banyak dipergunakan, misalnya pada peralatan; pembuatan wajan, panci, kompor, cetakan kue dan lainnya. Kebaikan dari peralatan ini adalah sebagai penghantar serta penyimpan panas, akan tetapi peralatan dengan bahan besi tuang memiliki kekurangan yaitu, mudah berkarat, bahan mudah beraksi dengan makanan yang diolah, sehingga menyebabkan warna masakan menjadi kebiruan serta aroma yang kurang sedap.

3. Alumunium

Peralatan dengan bahan alumunium banyak digunakan karena ringan dan tidak mudah berkarat, cepat menghantarkan panas akan tetapi keburukannya yaitu peralatan berbahan alumunium memiliki sifat reaktif terhadap cairan dan makanan dengan kandungan garam dan asam yang tinggi, dalam pengolahan

makanan peralatan berbahan alumunium tidak disarankan untuk dipergunakan.

4. Teflon

Kebaikan dari peralatan ini adalah memiliki sifat anti lengket, walaupun dalam proses pengolahan kita tidak menggunakan minyak, akan tetapi kekurangan dari peralatan ini adalah apabila terkan goresan, maka lapisan Teflon akan lebih mudah terkelupas, dan sangat berbahaya apabila lapisan tersebut tercampur ke dalam makanan yang diolah.

5. Silicon

Silicon merupakan bahan senyawa buatan manusia. Kebaikan dari peralatan ini adalah tahan terhadap panas, mudah untuk dibersihkan dan lentur, nyaman untuk dipakai dan tidak menyebabkan goresan pada peralatan berbahan teflon dan tidak lengket. Kekurangan dari bahan ini adalah tidak dapat bersentuhan langsung dengan api, karena mudah terbakar dan meleleh, apabila tergores benda tajam akan udah robek dan tidak dapat diperbaiki.

6. Kaca Tahan Panas

Kebaikan dari peralatan ini adalah memiliki kekuatan terhadap panas, sehingga peralatan ini dapat digunakan untuk memasak dan sekaligus berfungsi sebagai alat hidang tidak mudah bereaksi dengan asam basa yang terdapat dalam makanan, kekurangan dari peralatan dengan bahan kaca tahan panas adalah memiliki penghantar panas yang lambat dibandingkan dengan logam.

7. Tembaga

Jenis peralatan masak yang lama dipakai. Peralatan berbahan tembaga tidak aman untuk digunakan, bersifat asam dan basa yang akan mempengaruhi rasa dan warna makanan, sehingga

penggunaan peralatan dengan bahan tembaga dilapisi dengan stainless steel.

8. Stainless Steel

Kebaikan dari peralatan ini adalah lapisan serta bahan baku peralatan aman digunakan dalam proses pengolahan makanan, mudah dalam pembersihan, permukaan yang licin dan rata dan memiliki penghantar panas yang baik, kekurangan dari peralatan ini adalah, harga yang mahal, dan peralatan yang berat.

2.6 Bahan Bakar yang Digunakan

Dalam pengolahan aneka hidangan sajian kuliner, beraneka jenis bahan bakar disediakan untuk dapat digunakan dalam proses pengolahan sajian hidangan kuliner, diantaranya:

1. Elpiji



bahan bakar elpiji lebih banyak digunakan sebagai bahan bakar untuk memasak, dari kalangan rumah tangga, restaurant hingga lingkup

industry

2. Kayu Bakar



Bahan bakar kayu merupakan bahan yang sudah disiapkan oleh alam, jenis kayu bakar yang digunakan adalah yang sudah dalam keadaan kering.

3. Arang Kayu



Arang kayu terbuat dari potongan kayu yang sudah di porong - potong dengan ukuran kecil. Kayu tersebut sebelum menjadi arang dipanaskan agar berubah menjadi arang. Pemakaian arang umumnya

digunakan beberapa jenis makanan.

4. Paraffin



Merupakan salah satu jenis bahan bakar dengan tekstur padat dan berwarna putih, biasanya berbentuk kotak. Kegunaan paraffin ini sangat praktis.

5. Minyak tanah



Bahan bakar minyak tanah, sangatlah populer di Indonesia.

Dalam penggunaannya minyak tanah menggunakan kompor

khusus minyak tanah atau tungku. Minyak tanah tersimpan pada bagian bawah kompor dan nyala kompor juga dapat diatur besar kecilnya api dengan menaikkan atau menurunkan sumbu kompor secara bersamaan.

3

Bab

Ekosistem Bisnis Kuliner

3.1 Pengantar Ekosistem Bisnis Kuliner

Ekosistem bisnis secara umum adalah hubungan antar berbagai komponen lingkungan bisnis dalam menjalankan kegiatannya (Benghozi et al., 2013). Ekosistem bisnis kuliner adalah suatu sistem bisnis yang bergerak di bidang kuliner dan memiliki hubungan timbal balik antar komponen yang ada di dalamnya. Komponen yang berada dalam sistem bisnis kuliner dibagi menjadi dua macam yaitu komponen internal dan eksternal. Komponen internal yang ada dalam sistem bisnis kuliner antara lain owner, manager, karyawan, sistem produksi dan lain lain. Sedangkan komponen eksternal adalah komponen yang berada diluar dari perusahaan kuliner tersebut seperti supplier, customer, pemerintah, regulasi, dan masih banyak lagi. Dalam bab ini akan dibahas tentang masing - masing komponen yang ada dalam ekosistem bisnis beserta perannya.

Ekosistem bisnis kuliner semakin meluas saat ini karena perkembangannya cukup pesat. Bisnis kuliner selalu mengalami inovasi baik dalam bidang makanan ataupun minuman. Produsen berlomba - lomba agar produknya banyak dikenal oleh masyarakat (konsumen) dan tetap bertahan di pasaran. Produk yang memiliki kualitas sensoris baik (rasa, aroma, warna) yang baik biasanya akan lebih di gemari oleh konsumen. Namun

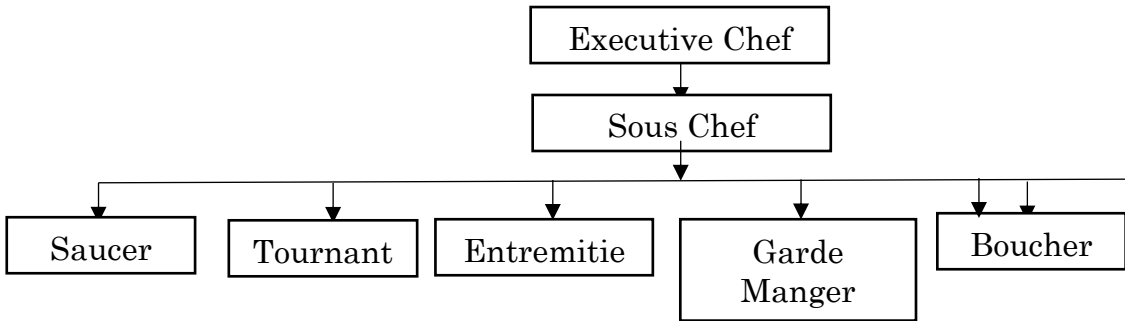
kesadaran konsumen akan kesehatan semakin tinggi. Sehingga dewasa ini konsumen bukan hanya membeli makanan untuk memperoleh rasa puas atau kenyang, namun juga memiliki manfaat bagi kesehatan.

3.2 Komponen internal

Komponen internal yang ada dalam ekosistem bisnis adalah komponen yang berada dalam perusahaan yang memproduksi makanan atau minuman. Hal - hal yang berada dalam ruang lingkup perusahaan tersebut sangat berpengaruh terhadap proses produksi dan operasi. Komponen yang ada dalam lingkup bisnis kuliner beragam sesuai dengan bentuk bisnis yang dijalankan. Macam - macam bentuk bisnis kuliner antara lain restaurant, catering, kantin sekolah, penyedia makanan di rumah sakit, food truck, franchise, warung, dll. Tiap bentuk bisnis kuliner tersebut memiliki komponen internal yang berbeda sesuai dengan kebutuhan operasional mereka masing - masing. Komponen internal bisnis kuliner akan digambarkan secara umum dibawah ini.

3.2.1 Sumber daya manusia

Sumber daya manusia yang terlibat dalam bisnis kuliner menempati peran dan fungsinya masing - masing. Susunan sumber daya tersebut disusun pada struktur organisasi sesuai dengan tingkatan kedudukan mereka dalam operasional produksi. Penamaan struktur organisasi dalam bisnis kuliner bervariasi antara lain *kitchen brigade*, *kitchen hierarchy*, dan *classical brigade*. Gambaran struktur organisasi dalam dapur dapat dilihat pada **Gambar 3.1**.



Gambar 3.1. Kitchen Brigade

Executive chef adalah posisi tertinggi yang ada dalam struktur organisasi dalam bisnis kuliner. Posisi ini dapat dikatakan sebagai pemimpin atau pemilik dari restaurant atau bentuk bisnis lainnya. Selain memimpin, tugasnya menjaga stabilitas karyawan juga tidak kalah penting. Pengawasan terhadap karyawan juga harus dilakukan agar dapat memastikan semua sistem operasional berjalan sesuai *Standar Operasional Procedure (SOP)*.

Peran utama executive chef tersebut mengharuskannya memiliki karakter yang jujur, bertanggung jawab, tegas, sabar, bijaksana, dan memiliki sikap disiplin tinggi. Tugas yang dijalankan oleh executive chef adalah membuat rencana kerja dalam satu tahun beserta anggarannya, melakukan koordinasi baik dengan manager dan kepala divisi, menentukan menu yang disajikan, mengontrol proses produksi dalam dapur, pengawasan terhadap peralatan dan fasilitas pendukung, dan mengambil keputusan ketika ada permasalahan selama produksi.

Sous Chef adalah wakil pemimpin dari sebuah bisnis kuliner dan biasa disebut juga dengan komando kedua. Tugas dari sous chef ini adalah menggantikan dan membantu executive chef selama proses operasional perusahaan. Tugas yang paling utama dijalankan adalah membuat penjadwalan dalam proses produksi. Terkadang apabila terdapat suatu station yang sibuk

atau posisi koki saat itu sedang tidak hadir maka sous chef ini akan membantu dan mengambil peran agar proses memasak tetap berjalan lancar.

Dalam struktur organisasi dapur masing - masing divisi atau station bekerja sesuai dengan perannya ("Culinary Kitchen Brigade , 2015). Terdapat beberapa macam divisi yang sering kita temui dalam *kitchen brigade* antara lain sebagai berikut :

- Saucer : divisi yang bertanggung jawab terhadap menu tumisan dan saus. Anggotanya biasa bekerja pada *saute station*.
- Entremetier : divisi yang bertanggung jawab atas makanan pembuka dalam bentuk panas seperti sup, sayuran, pasta dan hidangan berbahan dasar telur. Anggota divisi ini bekerja pada station sup.
- Tournant : posisi ini dipegang oleh seseorang yang mampu bekerja di seluruh station yang ada di dapur. Biasanya mereka dikenal dengan julukan "rounds man" dan "swing cook".
- Garde Manger : divisi ini bertanggung jawab dalam semua persiapan makanan dingin seperti salad dan makanan pembuka dingin. Biasanya divisi dijuluki sebagai pantry chef dan bekerja dibagian cold station.
- Boucher : divisi yang bertanggung jawab dalam pengolahan daging unggas, red meat (sapi, domba, kambing, dll), dan ikan. Selain itu mereka juga bertanggung jawab pada roti dan bakery.
- Patisier : divisi ini bertanggung jawab atas semua makanan yang dipanggang, makanan penutup, dan pasta. Anggota dalam divisi ini memerlukan waktu yang lebih lama dalam proses memasak sehingga station biasanya dipisah dengan divisi lainnya.

Dari berbagai macam divisi dan posisi diatas terdapat sumber daya manusia lain yang dibutuhkan dalam melaksanakan bisnis kuli ner. Terdapat *prep cook* atau *helper* yang

bisa membantu proses preparasi bahan baku makanan selama di dapur. *Cleaning service* juga biasa tersedia di dapur untuk mencuci peralatan masak yang akan digunakan agar tidak menghambat kinerja dan menjaga kebersihan dapur agar selalu bersih dan higienis.

Dalam menjalankan bisnis kuliner biasanya juga terdapat divisi keuangan yang berada didalam dapur. Divisi mengatur keluar masuknya keuangan selama proses produksi. Anggota finance yang lansung berhadapan dengan konsumen adalah kasir. Pada jenis restoran tertentu terdapat pelayanan yang mengambil pesanan dan mengantarkan makanan kepada pelanggan. Restaurant ini biasanya dalam bentuk fine dining restaurant atau casual restaurant. Pada fast food restaurant kebanyakn sudah diterapkan sistem self service.

3.2.2 Peralatan dan proses produksi

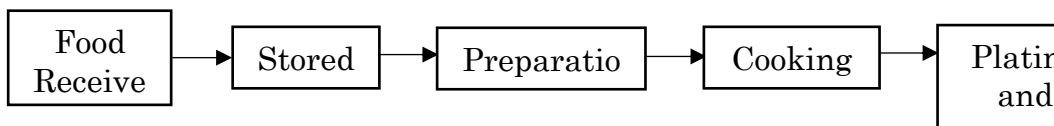
Proses produksi adalah mengubah bahan baku atau bahan mentah menjadi produk jadi yang bisa dikonsumsi oleh konsumen. Proses produksi ini membutuhkan beberapa penunjang berupa peralatan dan sumber energi. Dengan adanya komponen penunjang maka bahan baku tersebut dapat diolah menjadi produk jadi (Central, 2001).

Peralatan memasak dibagi menjadi dua jenis yaitu peralatan utama dan peralatan pendukung. Peralatan utama yang ada di dapur yang dapat kita temui antara lain kompor, oven, kulkas, dishwasher / shrink, dan microwave. Kompor yang digunakan dalam proses produksi biasanya berbentuk datar untuk mempermudah proses memasak. Kompor ini dapat berbahan baku gas atau listrik. Begitu pula dengan oven bisa berada dibawah kompor atau terpisah. Peralatan penunjang yang ada di dapur antara lain penggorengan, wajan miring, pemanggang, pengukusan, crockery, alat pemotong, mixer, panci, dispenser dan alat pembuat kopi. Alat penggorengan sendiri terdiri dari penggorengan cekung (wajan), penggorengan

datar (pan fry), dan penggorengan dalam (deep fry). Kegunaan penggorengan tersebut di sesuaikan dengan proses pengolahan produk. Begitu pula dengan panci terdiri dari panci yang digunakan untuk perebusan dan panci yang digunakan untuk pengukusan .

Terdapat juga peralatan kecil yang ada didapur biasa disebut dengan cooking utensil. Banyak sekali peralatan yang digunakan sebagai memasak namun disini akan disebutkan beberapa saja yang paling sering digunakan. Cooking utensil yang selalu ada dalam industri kuliner adalah *mixing bowl*, pisau, dan preparation utensil. Preparation utensil terdiri dari spatula, telenan (*cutting board*), brush, sendok, garpu, saringan, *rolling pin*, *pastry bag*, *peeler*, dan corong. Ada juga peralatan yang digunakan untuk mengukur baik berat seperti timbangan dan mengukur volume seperti gelas ukur.

Setelah membahas tentang semua peralatan yang dibutuhkan, pada bagian ini aan dijelaskan cara kerja (*working procedure*) di dapur. Proses pengolahan makanan dalam dapur terdiri dari penerimaan bahan baku, penyimpanan, persiapan, pemasakan, dan penyajian. Dibawah ini akan disajikan ilustrasi cara kerja produksi makanan di dapur dapat dilihat pada **Gambar 3.2**



Gambar 3.2. Proses produksi makanan (Sumber : Culinary Business)

Penerimaan bahan baku pada industri kuliner memerlukan proses seleksi terlebih dahulu yaitu *sortation* (sortir) dan *grading* (pengelompokan berdasarkan grade atau kualitas.

Pada proses sortasi, bahan baku yang diterima diseleksi terlebih dahulu berdasarkan kualitasnya. Misalkan produk sayur dan buah persyaratan mutunya adalah tidak layu, tidak berlubang, tidak penyok dan masih segar. Apabila terdapat produk yang tidak sesuai dengan standar maka tidak digunakan dalam proses produksi atau dikembalikan kepada supplier. Begitu pula dengan produk lainnya seperti daging, biji - bijian, dan tepung memiliki standart mutu tersendiri (Zhang et al., 2021).

Setelah dilakukan penerimaan bahan baku sesuai dengan standar kualitas mutu perusahaan, maka bahan tersebut perlu disimpan terlebih dahulu sebelum diolah. Terdapat tiga macam kondisi penyimpanan bahan makanan berdasarkan suhu penyimpanannya. Yang pertama adalah suhu ruang dimana biasanya digunakan untuk penyimpanan produk biji – bijian, sereal, tepung – tepung, dan bahan kering lainnya. Kedua adalah chiller, dimana kondisi penyimpanan diantara 5 – 11 °C. Suhu tersebut biasanya cocok digunakan untuk menyimpan produk fres seperti sayuran dan buah. Namun apabila terdapat saus fresh yang akan digunakan, biasanya juga disimpan pada filler untuk menjaga agar tahan lebih lama. Yang terakhir adalah suhu freezer atau beku dimana suhu penyimpanan dibawah 0 °C. Pada suhu ini biasanya digunakan untuk menyimpan produk yang mudah rusak seperti daging, ikan, dan hasil laut lainnya (Park et al., 2023).

Proses selanjutnya adalah persiapan bahan baku. Tahapan ini dapat dilakukan dengan cara pencucian, pengupasan, pengirisan, perendaman, dan berbagai macam perlakuan lainnya. Selain bertujuan untuk membersihkan cemaran yang ada pada bahan baku, procedure ini juga dapat mempermudah pemasakan bahan makanan (Deprá et al., 2022).

Proses paling penting dalam industry kuliner adalah memasak. Dengan melakukan proses pemasakan, bahan baku akan bertransformasi menjadi bentuk yang berbeda dari

sebelumnya. Biasanya proses memasak menggunakan suhu tinggi sehingga terjadi pematangan pada bahan baku. Contoh beberapa proses yang menggunakan suhu tinggi adalah penggorengan, pengovenan, perebusan, pemanggangan, dan masih banyak lagi. Ada pula proses memasak yang tidak membutuhkan suhu seperti pembuatan salad buah atau sayur. Disini hanya memerlukan pencampuran saja tanpa perlu menggunakan suhu tinggi (Mehmood & Zeb, 2020).

Setelah melalui proses pemasakan, menu siap dihidangkan kepada konsumen. Apabila proses produksi dilakukan dalam skala industri, produk tidak akan langsung disajikan. Biasanya produk yang telah selesai dimasak akan dikemas terlebih dahulu untuk menjaga kualitasnya sampai ke tangan pelanggan. Pada kemasan produk makanan selalu tersedia informasi produk seperti tanggal pembuatan, tanggal kadaluarsa, komposisi, informasi nilai gizi, dan identitas perusahaan yang memproduksi (Maiz et al., 2019).

3.2.3 Sumber daya alam (bahan baku)

Bahan baku yang digunakan pada produk pangan berdasarkan sumbernya dibagi menjadi dua yaitu nabati dan hewani. Produk berbahan baku hewani dapat berupa daging, susu, telur, ikan, dan masih banyak lagi. Produk hewani ini mengandung protein yang cukup tinggi. Pada daging ayam broiler kandungan proteinnya sebesar 16 - 22% (Berliana et al., 2020), daging sapi 16 – 22% (Hasana et al., 2017), daging ikan 19% (Tahar et al., 2017), telur ayam 54% (Ramadhani et al., 2019), dan susu 2.1% (Sigit et al., 2021). Sehingga mudah mengalami kerusakan baik secara fisika, kimia, dan biologis. Kerusakan secara fisika dapat diamati dengan adanya perubahan warna atau bentuk pada produk. Perubahan kimia dapat diamati dengan munculnya lendir, bau tak sedap, dan perubahan komponen kimia. Penurunan mutu secara biologis terjadi karena aktivitas mikrobia pembusuk. Untuk memperlambat

kualitas mutu dari bahan baku nabati tersebut biasa dilakukan penyimpanan pada suhu sangat rendah (freezer) dan suhu rendah (chiller) (Manthou et al., 2022).

Bahan baku nabati yang biasa digunakan dalam industry kuliner adalah sayuran dan buah – buahan. Produk nabati tersebut mudah mengalami penurunan mutu karena factor dari lingkungan seperti cahaya matahari, rehidrasi, dan kerusakan akibat insekta. Kerusakan dalam produk nabati dapat ditandai dengan pelayuan (rehidrasi), penguningan, dan adanya lubang akibat tumbuhnya serangga. Kerusakan fisik pada produk nabat dapat dicegah dengan menyimpannya pada suhu rendah (chiller) dan pengemasan yang baik agar tidak muda ditumbuhi oleh serangga (Jiang et al., 2020).

Selain kedua bahan tersebut, biasanya juga bisa dijumpai bahan baku dalam bentuk kering seperti tepung – tepungan, herb dan spices, biji – bijian, dan produk kering lainnya. Untuk kondisi bahan kering tersebut lebih cocok apabila penyimpanan dilakukan pada suhu ruang dengan tingkat kelembapan yang rendah. Kondisi ruangan yang lembab akan menyebabkan tepung menjadi menggumpal dan produk biji dan sereal akan mudah ditumbuhi oleh kapang dan jamur (Kizzie-Hayford et al., 2021).

Penerimaan bahan baku selalu melewati proses sortasi dan grading sesuai dengan kualitas mutu yang telah ditetapkan. Setelah berhasil melewati proses tersebut bahan baku kemudian diberi label yang berisikan identitas bahan baku seperti tanggal penerimaan, expired date, komposisi, dan keterangan lainnya. Dalam penggunaan bahan baku dalam storage biasa diterapkan sistem FIFO (*Fist In First Out*). Sistem FIFO ini dapat mencegah terjadinya pembuangan bahan baku karena penyimpanan yang terlalu lama sehingga bahan menjadi rusak dan tidak layak dikonsumsi (Alamri & Syntetos, 2018).

3.2.4 *Hygiene dan sanitasi*

Kebersihan tempat produksi harus selalu dijaga baik dari kotoran yang terlihat maupun kotoran yang tidak terlihat. Untuk kotoran yang terlihat dapat dibersihkan dengan cara disapu, dipel, atau dicuci. Sedangkan kotoran yang tidak terlihat atau bentuknya sangat kecil dapat dilakukan penyemprotan desinfektan dan kemudian di lap. Hygiene personal juga dapat dilakukan untuk menjaga adanya kontaminasi karena bersentuhan dengan tubuh. Personal hygiene dapat dilakukan dengan cara mencuci tangan sebelum menyentuh bahan makanan yang akan diolah. Penggunaan hair net, sarung tangan, dan penggunaan apron selama proses produksi (Abidin et al., 2021) .

Proses membersihkan lingkungan dari semua penyebab penyakit dan masalah kesehatan disebut dengan hygiene. Hygiene ini dilakukan pada perseorangan dan bahan baku. Untuk hygiene perorangan biasanya dilakukan dengan pencucian tangan dan penggunaan hand sanitizer. Bahan baku produksi juga demikian, sebelum dilakukan proses pemasakan selalu dilakukan pencucian terlebih dahulu untuk menghilangkan kontaminan fisik. Agar jumlah bakteri kontaminan berkurang biasanya juga ditambahkan dengan cairan desinfektan. Pembersihan lingkungan baik ruangan produksi dan station juga dilakukan untuk menjaga agar selalu bebas dari cemaran.

Terciptanya lingkungan produksi yang bersih dan higienis secara berkelanjutan dan terus menerus adalah pengertian dari sanitasi. Sehingga proses hygiene dan sanitasi dalam industry kuliner saling berkaitan satu sama lain. dapat disimpulkan bahwa hygiene merupakan proses pencegahan adanya mikroorganisme yang dapat menyebabkan penyakit dan sanitasi adalah Tindakan yang diambil untuk menjaga kebersihan lingkungan produksi (Tobey, 1920).

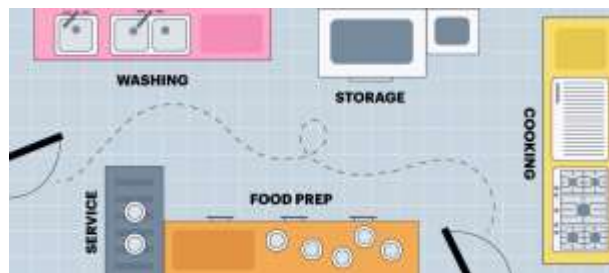
Pembersihan peralatan yang dipakai selama proses produksi pada umumnya dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum peralatan dipakai dan sesudah pemakaian. Selain itu peralatan yang sudah dipakai untuk bahan tertentu biasanya tidak dapat digunakan kembali dengan jenis bahan yang berbeda. Hal ini dapat menyebabkan *cross contamination* yaitu kontaminasi silang pada bahan pangan yang timbul akibat bersentuhan dengan peralatan yang digunakan untuk mengolah bahan pangan lain yang mengandung kontaminan. Misalnya *cutting board* atau telenan yang sudah digunakan untuk mengiris daging sapi sebaiknya tidak digunakan kembali untuk tatanan memotong bahan baku lain. Bekas atau bercak potongan daging apabila dibiarkan dalam keadaan terbuka dalam kurun waktu tertentu dapat memicu tumbuhnya bakteri baik patogen maupun pembusuk. Apabila *cutting board* tersebut digunakan pada bahan pangan lain maka secara otomatis bahan tersebut akan terkontaminasi bakteri yang tumbuh pada *cutting board* tersebut. Sehingga peralatan yang digunakan sebaiknya langsung dicuci atau diganti dengan peralatan yang baru dan steril. Untuk mempermudah penggunaan peralatan yang ada didapur biasanya dibedakan berdasarkan warnanya. Sebagai contoh, *cutting board* terdiri dari beberapa warna agar penggunaannya tidak bercampur dengan bahan lain. Warna hijau digunakan untuk memotong bahan baku sayuran, warna biru digunakan untuk memotong protein nabati, warna merah untuk memotong bahan baku daging hewani, dan putih untuk produk seafood.

3.2.5 Tempat dan peralatan pendukung

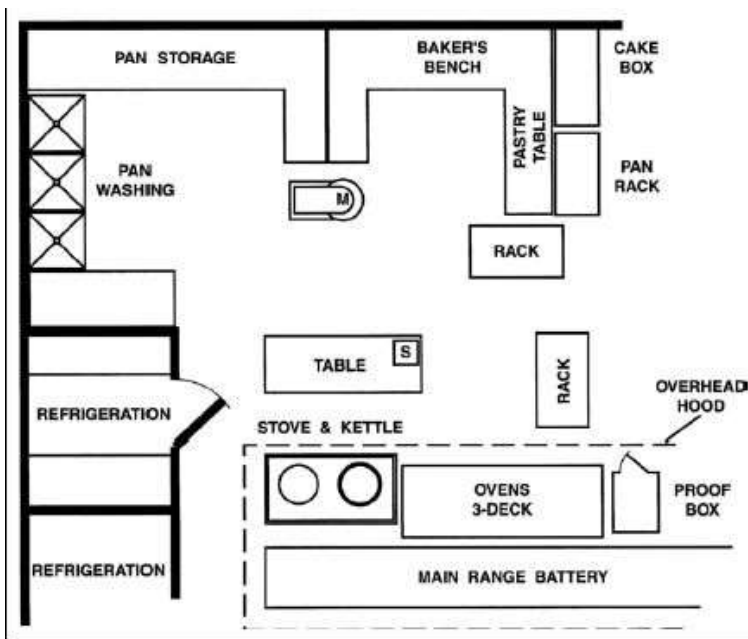
Tempat yang digunakan selama proses produksi harus sesuai dan memudahkan pekerja selama melakukan proses produksi. Layout tempat produksi dapat dirancang sedemikian rupa agar proses satu dengan yang lainnya saling berkelanjutan. Peralatan seperti station, stove, dan sink biasanya terbuat dari bahan stainless atau metal sehingga tahan panas dan mudah

dibersihkan Storage yang dimiliki dapat diletakkan dekat pintu penerimaan bahan baku agar tidak mengganggu jalannya proses produksi ketika ada bahan yang datang. Storage yang dimiliki oleh industri kuliner terdiri dari tiga macam yaitu *freezer*, *chiller*, dan storage suhu ruang. Ukuran dari storage perlu diperhitungkan agar dapat memuat bahan baku sesuai kebutuhan.

Kondisi ruang penyimpanan harus dicek secara berkala baik dari segi kebersihan, suhu, dan kelembapan udara. Factor lingkungan tersebut sangat berpengaruh terhadap daya simpan bahan. Apabila bahan disimpan pada kondisi yang sesuai dengan sifat fisiknya agar daya simpannya semakin lama. Ruang penyimpanan bahan harus rutin dilakukan pembersihan menyeluruh secara berkala agar kebersihannya tetap terjaga. Begitu pula dengan ruangan produksi, lubang yang ada sebaiknya ditutup dengan baik untuk menghindari masuknya tikus dan serangga yang dapat menyebabkan kontaminasi pada makanan. Lantai, dinding, tempat pencucian peralatan diusahakan terbuat dari bahan yang mudah dibersihkan. Berikut contoh dari layout dapur dan layout ruangan produksi pada industri dapat dilihat pada **Gambar 1.2.5.1 dan 1.2.5.2**. Ruangan produksi memiliki bagian atau station yang lebih kompleks bila dibandingkan dengan dapur karena terdiri dari beberapa divisi produksi.



Gambar 3.3 Layout dapur (Sumber : Fast Capital 360)



Gambar 3.4 Layout ruangan produksi (Sumber : <https://hotelmule.com/>).

Meskipun tempat produksi makanan terdiri dari banyak station namun letaknya saling berdekatan agar pekerja mampu menjangkau bagian – bagian dapur dengan mudah. Selain itu pekerja juga dapat membantu divisi yang lebih sibuk atau banyak pesanan sehingga produk makanan tetap selesai tepat waktu. Tempat pencucian peralatan selalu didekatkan dengan rak agar alat yang sudah selesai dibersihkan dan kering dapat langsung diletakkan pada tempatnya.

Peralatan dan station proses produksi terbuat dari bahan stainlesssteel sehingga mudah dibersihkan dan tidak mudah berkarat. Peralatan dan station yang berkarat dapat menyebabkan kontaminasi fisik berupa logam pada produk makanan. Selain itu perlengkapan yang berbahan baku logam juga tahan panas dan lebih kuat dibandingkan dengan material lainnya. Bahan stainlesssteel juga aman bila bersentuhan dengan

produk pangan karena tidak akan bermigrasi kedalam produk pangan.

3.3 Komponen eksternal

Komponen eksternal dari ekosistem bisnis kuliner adalah komponen yang berada diluar industry dan pengolahannya. Meskipun berada diluar dari perusahaan atau industry itu sendiri, komponen eksternal termasuk salah satu factor yang penting dalam keberlanjutan bisnis. Apabila terdapat masalah atau gangguan pada komponen eksternal bisnis, maka proses produksi industry tersebut akan mengalami hambatan bahkan tidak dapat melakukan produksi. Berikut faktor – faktor eksternal yang ada pada bisnis kuliner.

3.3.1 Konsumen

Konsumen adalah orang yang membutuhkan atau menggunakan produk yang produsen tawarkan. Produk ini dapat berupa barang, jasa, atau barang dan jasa. Dalam industry kuliner Sebagian besar yang ditawarkan adalah produk minuman dan makanan. Namun ada juga bisnis kuliner yang juga menawarkan jasa seperti fine dining restaurant, family restaurant, dan casual restaurant. Kebutuhan dan keinginan konsumen tersebut akan selalu berubah sesuai dengan keadaan sehingga produsen perlu mengetahui perilaku konsumennya agar dapat memasarkan produknya secara efektif dan efisien (Irwansyah et al., 2021).

Perilaku konsumen ini dapat diartikan sebagai tindakan yang dilakukan oleh individu, kelompok, atau organisasi yang berhubungan dengan proses pengambilan keputusan pembelian barang yang dipengaruhi oleh faktor internal konsumen dan faktor lingkungan. Faktor internal yang berasal dari individu konsumen antara lain motivasi, kepribadian, daya beli, sifat, dan sudut pandang konsumen. Sedangkan faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi perilaku konsumen adalah kelompok

tujuan, status social, kebudayaan, dan proses komunikasi (Eddy Soegiarto K dan Mardiana, 2016).

- a. Motivasi (*motivation*) : suatu keinginan yang ada pada diri individu untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
- b. Persepsi (*Perception*) : hasil penerjemahan individu terhadap stimulus atau peristiwa yang diterimanya berdasarkan informasi dan wawasan terhadap rangsangan tersebut.
- c. Pembentukan sikap (*attitude formation*) : evaluasi yang ada pada diri individu melukiskan sikap suka atau tidak suka akan suatu hal.
- d. Integritas (*integration*) : penggabungan antara sikap dan tindakan. Integrasi adalah kegiatan atas pengambilan sikap. Perasaan suka akan cenderung membawa individu untuk membeli dan perasaan tidak suka akan memberikan penolakan sehingga tidak membeli produk tersebut
- e. Kebudayaan (*culture*) : symbol dan kebiasaan yang diciptakan oleh manusia yang diturunkan dari generasi ke generasi sebagai pola penentu tingkah laku manusia dalam bermasyarakat.
- f. Kelas sosial (*social class*) : penggolongan jenis masyarakat ke dalam kelompok berdasarkan pertimbangan tertentu seperti besarnya pendapatan, jenis perumahan, dan lokasi tempat tinggal.
- g. Kepribadian (*personality*) : pola bersikap seseorang dapat menentukan tanggapan dalam bertingkah laku
- h. Sikap dan kepercayaan (*attitude and belief*) : sikap merupakan suatu kecenderungan yang dipelajari untuk bereaksi terhadap penawaran produk dalam masalah yang baik ataupun kurang baik secara konsisten. Kepercayaan adalah keyakinan seseorang terhadap nilai – nilai tertentu yang akan mempengaruhi perilakunya.

- i. Konsep diri : cara individu melihat dirinya sendiri, dan pada waktu yang bersamaan ia mempunyai gambaran tentang diri orang lain (Firmansyah, 2018).

3.3.2 Supplier

Proses pengadaan bahan baku dalam industry kuliner merupakan aktivitas pendukung yang penting pada bisnis. Bahan baku ini memiliki potensi dalam menghasilkan produk akhir yang unggul dan mampu bersaing dengan yang lain (Pujotomo et al., 2018). *Supply chain* adalah koneksi perusahaan yang bekerja sama untuk menciptakan dan mengantarkan suatu produk ke tangan konsumen akhir. Perusahaan tersebut merupakan adalah pemasok, pabrik, distributor, took atau ritel, serta perusahaan pendukung seperti perusahaan jasa logistic (Kusaeri et al., 2016).

Beberapa hal perlu dipertimbangkan dalam memilih calon pemasok, berikut penjelasan diuraikan dibawah ini :

- a. Kualitas (*quality*) : standart yang bisa mempertahankan loyalitas konsumen / pelanggan pada suatu industry.
- b. Biaya (*cost*) : kriteria harga bahan baku yang dipasok oleh supplier termasuk salah satu aspek finansial yang menjadi pertimbangan utama setiap pabrik dalam memilih supplier. Bagi industry yang menghasilkan produk, harga bahan baku menjadi pertimbangan utama dalam menetapkan supplier. Produktivitas dikatakan meningkat jika jumlah input/ masukan sama atau relatif lebih kecil. Begitu pula dengan harga bahan baku, jika bahan baku sama atau relative lebih kecil maka jumlah produksi/ keluaran dapat meningkat.
- c. Ketepatan pengiriman (*delivery*) : kriteria ini menilai ketepatan pengiriman bahan baku dari supplier, baik dalam segi waktu, jumlah dan kualitas bahan yang dikirim. Ketepatan jumlah bahan baku yang dikirim serta jangka

waktu pengiriman perlu dijadikan prioritas. Bahan baku yang telah dipesan dan dibayar harus dikirim tepat waktu, tepat jumlah, dan tepat sasaran sehingga tidak mengganggu kelancaran kegiatan produksi

- d. Flexibility : kriteria ini menilai supplier dari segi kemampuan dalam memenuhi permintaan ketika ada perubahan jumlah dan waktu. Kriteria ini berhubungan dengan kinerja dari supplier

Terdapat metode yang dapat digunakan dalam pemilihan supplier dalam suatu bisnis, contohnya adalah metode *Analytical Hierarchy Process* (AHP). Tahapan yang perlu dilakukan pada metode AHP adalah sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi permasalahan dan tujuan. Tujuan yang telah ditetapkan dapat diperoleh dari hasil survey lapangan sehingga pemilihan bisa tepat sasaran.
- b. Penentuan kriteria dalam memilih supplier. Berdasarkan pertimbangan yang diambil dalam pemilihan supplier, kriteria yang perlu diperhatikan adalah harga bahan baku, kualitas bahan baku, cara pembayaran, dan ketepatan waktu dalam memenuhi pesanan.
- c. Penentuan nilai setiap kriteria. Penilaian kriteria pada masing – masing kriteria disusun dan diurutkan sesuai dengan tingkat kepentingan yang utama.
- d. Penentuan alternatif untuk masing – masing jenis bahan baku. Setiap jenis bahan baku dipasok oleh supplier yang berbeda. Agar memudahkan proses identifikasi supplier, maka tiap supplier diberi kode tersendiri sesuai dengan jenis bahan bakunya (Hadiwiyanti & Martotenoyo, 2018).

3.3.3 Legislasi dan regulasi

Pengertian pangan secara umum adalah segala sesuatu yang dapat dikonsumsi oleh manusia. Definisi pangan menurut PP (Peraturan Pemerintah) Nomor 68 Tahun 2002 adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi manusia, seperti bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan pendukung lain yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan / atau pembuatan makanan dan minuman (Wijaya, 2011).

Dunia internasional menyadari peran legislasi dan regulasi semakin penting agar dapat menciptakan ketahanan pangan dan menjamin keamanan pangan. Tujuan diciptakan peraturan tersebut agar dapat di aplikasikan secara luas dan berkembang sesuai eranya. Regulasi diciptakan agar dapat menghubungkan dua kepentingan yang bertolak belakang antara konsumen dan produsen. Regulasi harus menjamin bahwa kebutuhan konsumen dipenuhi dan konsumen mendapatkan kebebasan untuk memilih. Sehingga terdapat beberapa regulasi yang diterapkan di Indonesia dan skala internasional.

Regulasi dan Legislasi Pangan di Indonesia

Legislasi pangan yang ada di Indonesia terdiri dari beberapa peraturan antara lain Undang – Undang (UU), Peraturan Pemerintah (PP), Keputusan Pemerintah (Keppres), Keputusan Menteri / Kepala Badan, Peraturan Menteri (Permen). Tiap peraturan tersebut terdiri dari beberapa nomor dan pasal pada setiap tahunnya. Pasal yang diterbitkan juga selalu membahas perihal yang berbeda – beda sesuai dengan topik yang diputuskan.

Begitu pula dengan regulasi di bidang keamanan, mutu, pangan dan gizi juga terdiri dari beberapa peraturan. Seperti contoh UU No 23 tahun 1992 tentang Kesehatan, UU No 7 tahun

1996 tentang pangan, PP no 28 tahun 2004 tentang keamanan mutu dan gizi pangan, PP No 69 tahun 1999 tentang label dan iklan pangan, PP No 21 tahun 2005 tentang keamanan hayati PRG.

Jenis pangan yang diatur pada regulasi dan legislasi pangan adalah sebagai berikut :

- a. Pangan segar : Pangan yang belum mengalami pengolahan yang dapat dikonsumsi langsung dan / atau yang dapat menjadi bahan baku pengolahan pangan.
- b. Pangan olahan : makanan atau minuman hasil proses dengan cara atau metode tertentu, dengan atau tanpa bahan tambahan.
- c. Pangan olahan tertentu : pangan olahan untuk konsumsi baik kelompok tertentu dalam upaya memelihara dan meningkatkan kualitas Kesehatan kelompok tersebut.
- d. Pangan siap saji : makanan dan / atau minuman yang sudah diolah dan siap untuk langsung disajikan di tempat usaha atau diluar tempat usaha atas dasar pesanan.
- e. Pangan produk rekayasa genetika : pangan yang diproduksi atau menggunakan bahan baku, bahan tambahan pangan, dan / atau bahan lain yang dihasilkan dari proses rekayasa genetika.
- f. Bahan tambahan pangan : bahan yang ditambahkan selama proses pengolahan pangan.

Standar mutu pangan (SNI) ditetapkan oleh Kepala badan yang bertanggung jawab di bidang standardisasi nasional. Standard nasional Indonesia dapat diberlakukan secara wajib dengan mempertimbangkan keselamatan, keamanan, Kesehatan masyarakat atau pelestarian lingkungan hidup dan / atau pertimbangan ekonomis harus memenuhi standar mutu tertentu. Pemberlakuan SNI secara wajib dilakukan oleh Menteri yang bertanggung jawab di bidang perindustrian, pertanian, perikanan,

atau kepala badan sesuai dengan bidang tugas dan kewenangan masing – masing berkoordinasi dengan kepala badan yang bertanggung jawab di bidang standardisasi nasional. Setiap orang yang memproduksi atau mengedarkan jenis pangan yang berlaku SNI, wajib memenuhi SNI sesuai dengan peraturan perundang – undangan yang berlaku.

Regulasi dan Legislasi Pangan Internasional

Codex Alimentarius Commission (CAC), biasa disebut Codex, adalah badan antar pemerintah yang bertugas melaksanakan joint FAO/WHO food standart programme. Codex dibentuk dengan tujuan antara lain untuk melindungi Kesehatan konsumen, menjamin prakter yang jujur (fair) dalam perdagangan pangan internasional serta mempromosikan koordinasi pekerjaan standardisasi pangan yang dilakukan oleh organisasi internasional lain.

Codex menetapkan codex text yang tersusun atas standar, pedoman, petunjuk pelaksanaan dan rekomendasi lainnya yang mencakup bidang komoditi pangan, ketentuan bahan tambahan pangan dan cemaran pangan, batas maksimum residu pestisida dan residu obat hewan, procedure sertifikasi dan inspeksi serta metode analisa dan pengambilan contoh (Vinet & Zhedanov, 2011).

Selain itu ada juga peraturan sukarela The International Standardization Organization (ISO). Hal ini disebabkan karena implementasi tingkatan yang lebih tinggi dalam sistem hukum nasional, namun dikaitkan dengan sifat wajib *de facto* yang meninggikan relevansinya dengan akses pasar. Standar ISO 22000 yang baru dikembangkan tentang manajemen keamanan pangan sangat penting diterapkan pada industry pangan. Standar – standar ini menetapkan persyaratan yang diperlukan untuk penerapan yang benar dari semua keamanan pangan pada rantai pasok. Kepatuhan terhadap standar ini menunjukkan

kemampuan industry pangan dalam mengendalikan bahaya keamanan pangan (Casey & Casey, 2012).

3.3.4 Kompetitor

Dalam dunia bisnis, akan selalu ada kompetisi antara perusahaan satu dengan yang lain. Hal ini menyebabkan perusahaan harus menyiapkan strategi dalam pengembangan produk agar mempunyai keunggulan bila dibandingkan dengan produk lain (*competitive advantage*). Sehingga strategi pengembangan produk tersebut sangat berpengaruh terhadap kriteria produsen (Sutrasmawati, 2008).

Tidak dapat dipungkiri kendala yang dihadapi produsen bisnis kuliner adalah persaingan antar pelaku usaha. Persaingan tersebut menyebabkan produsen selalu melakukan inovasi dan strategi agar produksi yang dijalankan bisa menghasilkan keuntungan. Memecahkan suatu persaingan dalam membangun usaha dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah strategi bersaing (Puspasari, 2019). Persaingan dalam suatu industry tergantung pada lima kekuatan dasar (*Five competitive force*) yang mempengaruhi struktur ekonomi yaitu :

- a. Ancaman pendatang baru (*threats of new entrans*)
- b. Ancaman barang pengganti (*threats of substitutes product*)
- c. Kekuatan tawar – menawar dari pemasok (*the bargaining power of suppliers*)
- d. Kekuatan tawar – menawar dari pembeli (*the bargaining power of customers*)
- e. Persaingan dari perusahaan sejenis dalam industry tersebut (*rivalvy among existing firm*)

4

Bab

Kuliner Dan Klasifikasinya

4.1 Pengantar

Berdasarkan asal katanya, 'kuliner' sama dengan kata "*culinary*", yang dalam bahasa Inggris artinya segala sesuatu yang berkaitan dengan kegiatan di dapur atau membahas tentang masakan. Kuliner membantu dalam memahami proses terbentuknya makanan melalui proses persiapan, memasak, dan memanipulasinya sehingga rasa (*taste*) nya sesuai dengan lidah dengan tetap mempertahankan standar kualitas, keamanan, stabilitas, dan keterjangkauan harga. Pasca pandemi Covid-19 terjadi perubahan perilaku masyarakat, di mana pembelian produk makanan dilakukan secara online melalui *platform digital* (misal: *GoFood*, *GrabFood*, *Website*, *Social Media*, dll). Di samping itu, ada kecenderungan tuntutan masyarakat yang mengharapkan makanan-makanan favorit dapat tersedia di mana-mana, baik di restoran, supermarket, maupun di pinggir jalan. Hal ini menjadi pemicu kreativitas bagi para pembuat makanan (*koki/chef*) untuk dapat melakukan eksperimen menciptakan makanan lezat dan memproduksi dengan harga terjangkau dalam rangka memenuhi tuntutan masyarakat.

Kuliner sebagai suatu proses pembuatan, penyajian dan penjualan masakan atau minuman berkaitan dengan teknik memasak, meramu, meracik, hingga sampai merasakan '*taste*'

suatu olahan makanan. Dalam upaya pembuatan produk kuliner yang unggul dan disukai masyarakat, maka perlu memahami tentang jenis-jenis dan klasifikasi produk kuliner agar dapat mempersiapkan sumberdaya yang terdiri-dari bahan-bahan baku, peralatan, pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki serta strategi pendistribusiannya. Menurut fungsi utamanya, maka bahan-bahan makanan dapat dikelompokkan ke dalam 3 (tiga) sumber, yaitu 1) Makanan Sumber Energi, yang berguna untuk melakukan aktivitas sehari-hari, seperti: padi, gandum, jagung, tepung, pisang dan lainnya; 2) Makanan Sumber Zat Pembangun yang berperan dalam membantu tumbuh-kembang dan pengganti jaringan rusak pada tubuh, contoh: daging, ikan, ayam, telur, susu, beragam kacang berikut hasil olahannya; 3) Makanan Sumber Zat Pengatur, yang mendukung fungsi tubuh agar aktif dan perlindungan tubuh dari berbagai penyakit karena mengandung vitamin dan mineral, contohnya: sayur mayur dan buah-buahan (Almatsier, 2009).

Aktivitas kuliner secara umum bertujuan untuk mengaplikasikan resep makanan yang telah dinikmati dalam masyarakat selama bertahun-tahun. Festival kuliner yang telah diselenggarakan di berbagai daerah menjadi bukti betapa masyarakat sangat menyukai kuliner. Festival kuliner juga dapat digunakan sebagai cara untuk mempertahankan warisan kuliner suatu daerah dan memperkenalkannya kepada masyarakat. Kebanggaan terhadap warisan budaya kuliner terutama dalam pengolahannya menjadi energi positif untuk tetap kreatif dan inovatif dalam mempertahankan tradisinya. Bisnis kuliner dapat menjadi sumber ekonomi penghasilan yang menjanjikan pasca pandemi covid-19. Beberapa cara untuk mendapat kebermanfaatan kuliner secara ekonomi dapat dilakukan dengan membuka usaha bisnis kuliner, wisata kuliner, festival kuliner, industri kuliner, dan usaha kuliner lainnya.

4.2 Klasifikasi Makanan

Definisi makanan menurut pendapat orang kebanyakan, adalah entitas bahan atau benda yang diambil dari bagian hewan atau tanaman, yang kemudian dikonsumsi oleh manusia untuk mendapatkan nutrisi dan tenaga. Adapun minuman adalah cairan yang digunakan oleh manusia untuk memenuhi kebutuhan air dalam tubuh.

Berdasarkan cara penyajiannya, maka produk makanan dapat diklasifikasikan menjadi:

1. **Langsung Dinikmati** (Saji di tempat)

Produk makanan dan minuman yang langsung dinikmati saat itu juga di tempat penjualan makanan. Umumnya jenis produk ini dibutuhkan saat orang akan melakukan makan pagi, siang, malam, atau pada saat kondisi perut lapar. Sarana prasarana (*physical evidence*) yang mendukung produk makanan ini dapat berupa gerobak, tenda, bangunan warung, meja, kursi, tempat parkir, tempat sampah, toilet, dan lainnya. Walaupun demikian, tidak menutup kemungkinan makanan ini dapat di bungkus dan dimakan di rumah. Produk makanan relatif tidak tahan lama, perlu proses memasak, meracik, dan penyajian. Contoh: Baso, Siomay, Cuanki, Sate, Ayam Geprek, Ketoprak, Gado-Gado, Mie/Nasi Goreng, Mie Ayam, Soto, Gudheg, Makanan Warung Tegal, Nasi Padang, KFC, McDonald, Hoka-Hoka Bento, Makanan di Restoran, Es Campur, Es Kelapa Muda, Kopi, Sarabba, Bir Pletok, Bajigur, Wedang Ronde, dan lainnya.

2. **Tidal Langsung Dinikmati** (Saji tidak di tempat)

Produk makanan dan minuman yang umumnya dibungkus dalam kemasan yang rapi dan relatif tahan lama. Makanan ini dapat dijadikan oleh-oleh atau buah tangan, di makan di perjalanan, dan di makan ketika sedang santai di rumah.

Jenis makanannya tradisional dan makanan modern yang dijual di pinggir jalan, di *counter*, atau *outlet* tertentu bahkan banyak dijual di swalayan. Bentuk makanannya lebih dominan berupa makanan kering dan ada beberapa produk makanan basah dengan masa kadaluwarsa tertentu. Produk minuman umumnya disimpan dalam botol kaca atau plastik dengan masa kadaluwarsa relatif lebih lama. Contoh produk: Keripik Singkong, Keripik Belut, Peyek Kacang, Keripik Tempe, Kue Kering, Bolu, Biskuit, Kacang Atom, Air Mineral Botol, Teh Botol, Kopi Botol, dan lainnya.

Berdasarkan cara menikmatinya, maka produk makanan dapat dikelompokkan menjadi:

1. **Formal** (Resmi)

Makanan jenis ini umumnya disajikan dalam urutan yang terdiri dari makanan-makanan: a) pembuka (*appetizer*), b) utama (*main dish*), dan c) penutup (*dessert*). *Appetizer* bertujuan merangsang gairah atau selera makan, misalnya: salad, sop, kroket, risoles, bakwan, lumpia. *Main Dish* adalah makanan utama dengan porsi besar dan mengenyangkan, misalnya: nasi berserta sayur dan lauknya, jagug, singkong, steak, hidangan laut, dan ayam. Sedangkan makanan penutup sebagai makanan pencuci mulut, dapat berupa buah-buah, es krim, pudding (*custard*), dan cake. Makan formal dinikmati pada jamuan resmi (*table manner*) dan acara-acara besar seperti hajatan, rapat besar, dan lainnya.

2. **Informal** (Tidak Resmi)

Makanan informal dinikmati ketika sedang menikmati pertunjukkan, liburan, atau saat bercengkerama dengan keluarga. Makanan ini dapat dinikmati kapan saja di tempat yang nyaman tanpa perlu melalui urutan penyajian. Makanan informal biasanya tersaji dengan cepat dan praktis, misalnya: berbagai makanan cepat saji (*fast food*), hamburger,

pop corn, lumpia basah, kue-kue kering, kacang-goreng, keripik, kopi, jus, teh, susu, dan lainnya.

Berdasarkan daya tahannya, maka produk makanan dapat diklasifikasikan menjadi:

1. **Tidak tahan lama** (kurang dari 24 jam)

Jenis makanan ini hanya mampu bertahan kurang dari 24 jam dan umumnya berupa makanan olahan. Makanan akan lebih cepat basi jika cara menyimpannya kurang tepat, suhunya terlalu lembab, atau terlalu banyak terkena matahari. Makanan ini berfungsi sebagai makanan pokok sumber energi yang biasa dikonsumsi tiga kali sehari. Adapun contoh makanan olahan yang tidak tahan lama adalah yang berbahan santan seperti: gulai, mangut, dan lodeh. Makanan yang berkuah seperti soup, pindang, soto, rawon, sayur asam, garang asam, dan sayur bening.

2. **Tahan lama** (lebih dari 24 jam)

Makanan jenis ini relatif lebih tahan lama dan memiliki potensi untuk diproduksi dalam jumlah besar. Hal ini memicu berkembangnya industri kuliner skala kecil atau *home industry*, bahkan ada industri besar yang memproduksi dalam volume yang besar. Selain dijadikan sebagai lauk pauk, makanan ini dapat juga dijadikan buah tangan atau oleh-oleh. Adapun contoh makanan yang tahan lama dan dapat diproduksi dalam besar adalah seperti abon, kering tempe, peyek kacang, peyek teri, empal gepuk, serundeng, telur balado, rendang dan lainnya.

Berdasarkan kandungan nilai gizinya, makan diklasifikasikan menjadi 3 kelompok, yaitu:

1. **Makanan Bergizi**

Merupakan makanan dengan jumlah kandungan zat-zat gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh, seperti: karbohidrat,

protein, lemak dan vitamin. Makanan ini sangat penting bagi kesehatan karena di dalamnya terkandung zat-zat atau mineral yang sangat diperlukan oleh tubuh. Makanan bergizi juga dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Adapun contoh makanan bergizi diantaranya nasi, gandum, sayuran, ikan, daging, buah-buahan, susu, dan lainnya.

2. Makanan Kurang Bergizi

Makanan jenis ini akan memberikan sensasi kenyang dengan sedikit kandungan mineral atau vitamin. Kandungan nutrisinya tidak lengkap seperti makanan bergizi, namun masih dapat dikonsumsi karena tidak berbahaya bagi tubuh. Jenis makanan yang termasuk ke dalam makanan kurang bergizi diantaranya adalah seperti ubi jalar, singkong, ampas tahu, dan nangka muda.

3. Makanan Tidak Bergizi (Berbahaya)

Makanan jenis ini disamping kandungan gizinya rendah juga tidak baik bagi tubuh apabila dikonsumsi dalam jumlah banyak secara terus menerus. Kandungan zat mineral dan seratnya rendah serta mengandung zat-zat racun seperti pewarna, pengawet, dan zat perasa sehingga sangat berbahaya bagi tubuh. Di dalam makanan yang tidak memiliki gizi ini juga terkandung zat-zat racun yang membahayakan tubuh. Jenis makanan berbahaya ini misalnya *junk food*, mie instan, ciki, gula sintetis, gorengan, dan lainnya.

Manusia sebagai makhluk hidup memerlukan nutrisi agar dapat tumbuh, berkembang, dan melakukan aktivitas sehari-hari. Untuk itu dibutuhkan makanan sebagai penyedia nutrisi bagi tubuh. Nutrisi yang terkandung dalam makanan tidak semua baik dikonsumsi oleh tubuh. Jenis makanan berdasarkan kebutuhan untuk kesehatan tubuh dapat dibagi menjadi 2 (dua) yaitu:

1. Makanan Sehat

Makanan sehat dapat menghindarkan dan menjaga tubuh terbebas dari berbagai macam penyakit. Kandungan nutrisi pada makanan sehat sangat dibutuhkan oleh tubuh untuk memastikan tubuh tetap sehat dan bugar. Cara memasak, suhu ketika disajikan, dan mudah tidaknya bahan dicerna dapat mempengaruhi sehat dan tidaknya makanan. Adapun yang termasuk makanan sehat adalah berupa karbohidrat seperti: berbagai macam nasi baik nasi putih, merah, maupun nasi ketan, gandum beserta produk turunannya. Protein hewani: bermacam daging mulai dari daging ayam, kambing, sapi, maupun unta, berbagai ikan laut atau tawar, telur, susu, keju. Protein nabati seperti: berbagai kacang-kacangan, tempe, tahu, sayur-mayur seperti: kangkung, bayam, selada, wortel, kol, kentang, brokoli, buncis, cabe, jagung, sampai tomat. Buah-buahan seperti: buah naga, mangga, alpukat, pisang, jambu, pepaya, semangka, jeruk, melon, dan buah-buahan sehat lainnya.

2. Makanan Tidak Sehat

Makanan tidak sehat ditandai dengan kandungan zat-zat pengawet dan zat kimiawi lainnya seperti pemanis, perasa, dan pewarna. Kandungan gula atau garam pada makanan tidak sehat biasanya terlalu berlebihan. Contoh makanan tidak sehat diantaranya makanan kalengan, asinan, daging olahan, minuman kaleng, dan banyak lainnya.

4.3 Klasifikasi makanan Menurut NOVA

NOVA merupakan alat ukur yang dinilai valid dalam penelitian gizi, kesehatan masyarakat, dan kebijakan tentang gizi. NOVA mengklasifikasikan makanan bukan karena kandungan nutrisinya, tetapi berdasarkan tingkat dan tujuan pengolahannya. Nova paling lazim dipergunakan dalam riset dan pengembangan makanan. Klasifikasi makanan berdasarkan NOVA adalah sebagai berikut:

❖ Kelompok 1: Pangan tanpa atau minimal proses

Makanan tanpa melalui proses berupa bahan mentah, semisal: buah-buahan, sayur, kacang-kacangan, biji-bijian, susu, telur, dan daging. Pangan minimal proses berupa makanan yang telah dikeringkan, dihancurkan, direbus, dipanggang, dipasteurisasi, didinginkan, dibekukan, ditempatkan ke wadah, dikemas, serta difermentasi non-alkohol tanpa menambahkan garam, gula, lemak, atau minyak.

❖ Kelompok 2: Pangan kuliner

Bahan makanan ini biasanya digunakan bersama dengan kelompok pangan tanpa atau minim proses sebagai bumbu. Adapun prosesnya adalah melalui pengepresan, pemurnian, penggilingan, atau pengeringan. Misalnya minyak, bumbu penyedap, gula, garam, mentega, dan cuka. Umumnya dihasilkan dari proses pembuatan yang menggunakan bahan makanan kelompok 1.

❖ Kelompok 3: Pangan diproses

Pangan ini adalah perpaduan antara kelompok 1 dan 2, di mana pemrosesan bertujuan untuk mengawetkan makanan kelompok 1 dengan tujuan meningkatkan kualitas sensorik. Misal daging asap, keju, asinan, manisan, sirup, acar, dan selai. Kandungan gula dan garam pada kelompok ini relatif banyak, sehingga patut diwaspadai tingkat bahayanya.

❖ Kelompok 4: Pangan ultra-proses

Bahan makanan ini merupakan penggabungan berupa yang terdiri dari lima bahan atau lebih. Di samping itu terdapat bahan tambahan misalnya gula, minyak, lemak, garam, antioksidan, stabilisator, dan pengawet. Maksud dari penambahan bahan tambahan adalah agar dapat menyamakan kualitas sensorik pada produk akhir. Rantai produksi makanan ultra proses cukup panjang dengan

identifikasi berupa komposisi produk. Adapun proses pembuatannya adalah melalui pemadatan, karbonasi, pengocokan, penambahan massa, dan pemipihan. Contoh pangan ini adalah susu bubuk, bubur, soda, teh botolan, sosis, ciki, makanan *fast food* serta produk makanan yang terdiri dari lebih dari 5 bahan (Ratih, 2021).

4.4. Klasifikasi Makanan Indonesia

Kuliner Indonesia yaitu makanan dari berbagai daerah di Indonesia yang memiliki kekhasan tertentu, terdiri dari makanan utama (pokok), lauk pauk yang berasal dari hewan & tumbuhan, olahan sayur, sambel, kudapan (sedap-sedapan), dan berbagai jenis minuman. Makanan atau minuman Indonesia memiliki cirikhas menggunakan bumbu penyedap serta rempah-rempah berikut kerupuk sebagai pelengkap. Adapun penjelasan tentang makanan dan minuman Indonesia adalah sebagai berikut:

1. Makanan pokok

Makanan pokok adalah '*main source*' dengan porsi banyak dan memiliki kekhasan daerah tertentu. Indonesia kaya akan sumber makanan pokok dengan berbagai jenis dan bentuknya, seperti nasi, nasi jagung, singkong, ubi, pisang sagu, dan lainnya. Makanan pokok utama orang Indonesia berasal dari tanaman padi yang selanjutnya diturunkan menjadi beras, kemudian yang sudah diolah disebut dengan nasi. Beberapa daerah memiliki makanan pokok lain yang juga mengandung karbohidrat, seperti: jagung, sagu, singkong dan umbi-umbian lainnya.

2. Lauk pauk

Lauk pauk adalah pelengkap dari hidangan makanan pokok yang volume atau porsinya relatif kecil. Bahan lauk pauk yang berasal dari hewan adalah berbagai olahan daging beserta turunannya, berbagai olahan ikan dan hewan air

lainnya, sedangkan yang berasal dari tumbuhan adalah kedelai yang diolah menjadi tahu, tempe, dan oncom. Pengolahan lauk pauk beragam menggunakan teknik bakar, goreng, kukus, pepes, rebus, dan pengasapan. Contoh ragam lauk pauk di Indonesia yang dibakar adalah ayam bakar, ikan bakar, dan sate. Lauk-pauk yang digoreng berasal dari bahan seperti: ayam, tempe, tahu, telur, ikan, dan udang. Lauk-pauk yang dikukus seperti: pepes tahu, pepes ikan, semur daging, gepuk, empal dan makanan lauk pauk lainnya.

3. Sayuran,

Sayuran termasuk hidangan pelengkap makanan pokok yang disajikan dalam bentuk kuah atau makanan lembek. Hidangan sayuran ini dapat di sajikan dengan nasi atau langsung dimakan tanpa nasi. Adapun jenis sayuran di Indonesia terbagi menjadi:

a) Sayuran berkuah

Sayuran di mana perbandingan isi dan kuah 1 : 3, berbentuk kaldu, air, dan santan. Olahan sayur di Indonesia misalnya sayur: lodeh, asem, empal gentong, bobor, soto, soup, ataupun sayur bening.

b) Sayur dengan sedikit air

Sayuran ini biasanya dioleh dengan cara di oseng- oseng atau ditumis contohnya genjer ditumis, kangkung ditumis, buncis ditumis, dan jamur yang ditumis.

c) Sayuran tanpa kuah

Sayuran umumnya mentah atau diracik hanya dengan menambah bumbu peynyedap, dan ditambah sambal matang atau mentah. Sebagai pelengkap makanan pokok, sayuran ini dapat menambah kenikmatan menikmati makanan pokok. Contoh olahan sayuran

jenis ini adalah pecel, urap-urap, lotek, karedok leunca, berbagai jenis lalapan yang disajikan bersama sambal.

4. Kudapan (Sedap-sedapan)

Kudapan biasa disebut sedap-sedapan adalah hidangan makanan kering dengan rasa manis, gurih, asin, atau asam. Umumnya berasal dari bahan beras, ketan, tepung, singkong, ubi jalar, sagu, jagung, pisang, dan buah-buahan. Sedap-sedapan dapat dihidangkan pada upacara adat, acara hajatan, jamuan, dan dapat dijadikan buah tangan atau oleh-oleh. Teknik pembuatan kudapan beragam dengan cara digoreng, dikukus, direbus, atau disangrai. Hidangan kudapan dapat berupa tiwul, brem, getuk, kelepon, nagasari, pastel, comro, surabi, perkedel, dan lainnya.

5. Minuman

Berbentuk cairan yang dapat dikonsumsi yang dapat disajikan panas atau dingin. Minuman panas contohnya seperti kopi, teh, jahe, susu, bajigur, bandrek, wedang ronde, atau sarabba. Minuman dingin misalnya es kelapa muda, es jeruk, es kencur, es buah lontar, bir peletok, es campur, goyobod, cendol, atau es dawet.

6. Kerupuk

Kerupuk adalah makanan khas Indonesia yang dihidangkan sebagai makanan pelengkap makanan pokok, yang memiliki rasa renyah dan gurih. Kerupuk berasal dari tepung dicampur perasa seperti terasi, bawang, ikan tengiri, udang, atau kacang. Misalnya kerupuk blek, kerupuk aci, kerupuk bawang, peyek kacang, peyek teri, kerupuk Palembang, dan kerupuk udang.

4.5 Ragam Kuliner

Kuliner adalah sektor usaha yang kembangan secara dinamis setiap saat dan berkelanjutan. Fungsi kuliner sebagai makanan utama untuk kebutuhan bertahan hidup (*Eat as Neccesity*) dan sebagai makanan untuk kebutuhan bersosialisasi (*Eat as Experience*) memiliki berbagai ragam dan varian, umumnya dikelompokkan dalam dua kategori yaitu:

1. *Food Services*

adalah kuliner yang mengutamakan layanan dengan kebermanfaatan yang dirasakan konsumen di tempat itu. Produknya bersifat siap saji untuk langsung dikonsumsi pada saat itu juga. Contoh: restoran, warteg, *food truck*, pedagang kaki lima, warung kopi, *coffee shop* dan catering.

2. *Food Retail*

Adalah kuliner yang mengedepankan jangkauan area distribusi yang luas, produknya bersifat kering atau keras, waktu penyimpanan relatif lama, dan lebih tahan lama. Adapun makanan jenis ini misalnya: kue-kue kering, peyek kacang, peyek belut, *frozen food*, makanan atau minuman kering dalam kemasan, dan lainnya. Jumlah pelaku *Food Services* kebanyakan berskala kecil umumnya pelaku UMKM.

4.6 Menu Makanan

Menu makanan dapat didefinisikan sebagai susunan dari berbagai macam hidangan yang kemudian disajikan dalam suatu acara tertentu. Susunan menu disajikan secara formal berurutan sesuai dengan maksud dan tujuannya, terdiri dari makanan-makanan:

1. Pembuka (*Appetizer*)

Makanan pembuka untuk merangsang rasa lapar, dapat makanan/minuman panas dan dingin. Makanan pembuka

panas contohnya soup, kroket, risoles. Sedangkan hidangan pembuka dingin misalnya buah-buahan segar, jus, es.

2. Penyela (*Entrée*)

Makanan penyela bercitarasa gurih dan asin. Misalnya *pie*, *canape*, *croquete*, pasta, dan aneka *pastry*.

3. Utama (*Main Source*)

Makanan utama disajikan sebagai makanan berat, yang mengandung sumber karbohidrat, protein, dan lemak. Misalnya nasi, roti, kentang, pasta, *noodle* dan hasil olahannya, olahan daging, ikan, ayam, *sea food*, kacang-kacangan, berikut sayuran sebagai pelengkap.

4. Penutup (*Dessert*)

Makanan penutup dihidangkan diakhir jamuan, dapat berupa *cake*, *cookies*, *pie* yang umumnya memiliki citarasa manis, baik disajikan panas maupun dingin.

5. Minuman (*Drink*)

Minuman disajikan panas dan dingin disesuaikan dengan selera. Contohnya teh, kopi, coklat dan susu. Minuman juga dapat disajikan sebagai pengiring pada hidangan olahan daging ayam, ikan dan seafood (PintarIlmu, 2019).

4.7 Kuliner Tradisional dan Internasional

Kuliner tradisional merupakan kuliner yang berasal dari negara tertentu. Di Indonesia kuliner tradisional sangat beragam dan bahkan ada beberapa sudah mendunia misalnya Baso, Rendang, Nasi Goreng, Sop Buntut, Gudeg, Gado-gado, Cireng, Tempe Goreng, Pempek, Kerak Telor, dan lainnya. Adapun jenis minuman khas Indonesia dapat dicontohkan seperti wedang ronde, dawet, jamu, bandrek, sarabba, sekoteng, kopi, teh, jahe, dan jenis minuman lainnya. Beberapa masakan Nusantara yang sudah terkenal sampai ke manca negara, misalnya:

a. Rendang

Rendang berasal dari daerah Padang, Sumatera Barat berbahan daging dan dicampur dengan santan diolah perlahan sampai kering. 'Merandang' adalah sebuah ciri khas yang sesuai untuk menjelaskan asal muasal rendang. Rendang merupakan proses lebih lanjut pembuatan makanan dengan kari tetapi rendang dibuat kering biar awet.

b. Nasi Goreng

Nasi goreng dengan tambahan bumbu rempah asal Indonesia menjadi ciri khas. Menu nasi goreng dicampur dengan telur, Pete, sosis, atau bermacam daging seperti ayam atau kambing.

c. Soto

Soto merupakan makanan cair berbahan daging dan sayur dengan rempah Indonesia. Beberapa macam soto umumnya disesuaikan dengan daerah asalnya seperti Soto: Madura, Banyumas, Makasar, Lamongan, Klaten, Boyolali, Bandung, dan berbagai jenis variasi lainnya yang dapat dinikmati di siang hari.

d. Sate

Sate atau daging yang dibakar menggunakan arang sambil dikipas-kipas, awalnya berkembang di wilayah Jawa dan Madura, tetapi kemudian berekspansi ke wilayah lain dengan racikan bumbu disesuaikan dengan kearifan lokal. Berbagai jenis sate misalnya Sate: Madura, Maranggi, Buntel, dan Sate Padang.

e. Gudeg

Merupakan kuliner asli Daerah Istimewa Yogyakarta, awalnya sebagai makanan keraton. Makanan berkuah berbahan dasar nangka dan dapat dilengkapi dengan telur

atau daging ayam. Pada awalnya olahan gudeg menggunakan kuah, akan tetapi kini telah diinovasi sehingga menjadi makanan kering yang memiliki ketahanan lebih lama (Kurniasih, 2021).

Kuliner internasional merupakan makanan yang diimpor dari negara lain, dimana kandungan bahan-bahannya didatangkan dari negara asal. Sumber bahan makanan memiliki kekhasan tertentu karena cita rasa maupun bentuknya berbeda dengan makanan di Indonesia. Makanan internasional banyak tersebar dan disajikan di Indonesia, seperti:

a. Kimchi

Kimchi adalah makanan yang berasal dari Korea. Kimchi sebagai salah satu makanan tradisional Korea memiliki rasa yang khas.

b. Kebab

Kebab atau kabab (daging goreng) berasal dari negara Timur Tengah, tepatnya dari Turki. Makanan ini menjadi favorit masyarakat perkotaan di Indonesia, terutama sebagai camilan makan malam.

c. Gelato, Italia

Gelato ber makna “beku”, salah satu makanan yang berasal dari Italia dan mulai digemari masyarakat Indonesia, disamping pasta, pizza, atau lasagna.

d. Hamburger

Makanan dari Jerman ini sudah lama beredar di Indonesia. Hamburger memiliki kandungan bahan makanan yang lengkap, terdiri dari daging, roti, selada, tomat, sosis, bawang bombay, dan bumbu-bumbu. Hamburger dapat dijadikan sebagai makanan untuk sarapan atau menjadi makanan penyela.

e. Sushi

Sushi berasal dari Jepang, merupakan makanan yang terbuat dari nasi yang diolah sedemikian rupa sehingga bertekstur lembut namun berasa agak masam. Sushi terbuat dari daging, neta (makanan laut), dan sayur mayur baik mentah atau matang sesuai dengan selera.

f. Dim Sum

Dim Sum adalah makanan khas Hong Kong, terdiri dari bahan-bahan adonan tepung dicampur bumbu-bumbu penyedap yang dikukus atau digoreng maupun dipanggang, kemudian disimpan di tempat yang berasal dari bambu dilengkapi dengan kecap maupun saus (Umam, 2022).

4.8 Usaha Bidang Kuliner

Kuliner merupakan kegiatan yang berhubungan dengan masak-memasa, sedangkan tata boga adalah kegiatan meracik, meramu, memasak, menyiapkan hingga menyajikan kuliner. Tujuan adanya tata boga adalah dalam rangka pemanfaatan makanan untuk dijadikan sarana bisnis sehingga menghasilkan keuntungan. Pemanfaatan ekonomi seperti ini biasa disebut dengan jasa boga, yang fungsi utamanya adalah sebagai bagian akhir dari tata boga yang bertugas melakukan pelayanan *order* makanan dan menjadi *supplier* makanan dalam kegiatan pesta, rapat, atau pertemuan lainnya.

1. Bisnis Kuliner

Kegiatan ini merupakan bentuk usaha makanan agar mendapatkan secara langsung terhadap manfaat ekonomi. Makanan sebagai kebutuhan primer setiap orang memang memiliki potensi bisnis yang besar dan berkelanjutan. Modal untuk membuka bisnis kuliner cukup terjangkau dan pengembalian modalnya relatif cepat. Bisnis kuliner umumnya melakukan pelayanan kepada konsumen secara pribadi, dan relatif jarang melayani pesanan untuk acara-acara besar.

. Bisnis kuliner menggunakan makanan sebagai produk utama yang dijual untuk mendapatkan laba. Dalam penyusunan rencana usaha bidang kuliner, kebanyakan orang lebih fokus pada pencarian lokasi strategis, proses produksi, dan cara memasarkannya. Padahal beberapa hal juga perlu mendapatkan perhatian yang serius, yaitu berkaitan dengan faktor-faktor sebagai berikut:

a. Selera

Cita rasa (*taste*) sebagai kunci utama kesuksesan dalam bisnis kuliner, disamping faktor-faktor lainnya. Makanan yang memiliki cita rasa unik dan berbeda, tentu akan mengundang konsumen untuk terus mengkonsumsinya. Citarasa makanan yang banyak diminati mayoritas orang memiliki peluang yang besar untuk kesuksesan sebuah bisnis kuliner.

b. Gaya hidup

Gaya hidup generasi Z dan trend penggunaan media sosial secara online menjadi dasar pengembangan bisnis kuliner. Bisnis kuliner bukan hanya mengenai makanan yang disajikan, tetapi kesesuaian produk dan cita rasa, dengan gaya hidup menjadi magnet ampuh bagi para pecinta kuliner.

c. Daya beli

Daya beli masyarakat menjadi faktor utama bisnis kuliner dapat berkembang dan sukses. Observasi perlu dilakukan untuk menetapkan produk yang sesuai daya beli masyarakat.

d. Rencana produksi

Rencana produksi diawali dengan analisa inputan yang terdiri dari bahan baku, tempat, peralatan, metode, dan pasar. Kemudian dalam proses produksi dilakukan secara

benar dan mematuhi aturan kesehatan, sehingga outputnya adalah produk yang berkualitas dengan kemasan yang menarik, dan harga yang terjangkau.

e. Rencana pemasaran

Analisa pasar untuk mengetahui tingkat perebutan pasar dilakukan untuk membuat proyeksi penjualan yang tepat disesuaikan dengan preferensi pelanggan. Teknik dan strategi promosi yang efektif dan efisien akan memastikan usaha kuliner berjalan dengan baik (Dini, 2012).

2. Wisata Kuliner

Wisata kuliner merupakan lokasi dimana pengunjung dapat menikmati berbagai sajian makanan di suatu tempat yang dikunjungi. Seandainya berkesempatan berkunjung ke Bandung, maka orang dapat mencicipi makanan-makanan favorit di Bandung seperti batagor, cuanki, siomay, mie kocok, seblak, dan lainnya. Wisata kuliner memadukan aspek kuliner dalam pariwisata. Dukungan pemerintah menjadi sangat berguna untuk mengedukasi dan menginformasikan berbagai sajian kuliner yang berada di destinasi wisata tertentu. Umumnya kuliner yang dikenalkan di tempat wisata adalah makanan-makanan tradisional daerah tersebut.

Pada mulanya mengkonsumsi hidangan di tempat wisata atau di kota tertentu, hanya sebatas sebagai kegiatan pelengkap rekreasi saja. Kegiatan itu selanjutnya menjadi sebuah kebiasaan dan menjelma menjadi salah satu bentuk rekreasi khusus yang biasa dikenal dengan 'wisata kuliner' atau *food tourism* (Hall et al., 2004). Bentuk wisata kuliner di Indonesia terbagi menjadi 3 (tiga) kelompok, yaitu sebagai berikut:

1. Wisata Desa & Kota (*Rural & Urban Tourism*)

Merupakan kegiatan wisata mengunjungi desa atau kota tertentu, kemudian menikmati makanan khas daerah tersebut di restoran maupun di tempat-tempat penjual makanan

sambil menikmati keindahan desa atau kota yang dikunjungi. Jadi tujuan utama adalah sengaja berwisata ke suatu tempat wisata, sembari menikmati kuliner khas daerah tersebut. Desa atau kota wisata yang dikunjungi kadang-kadang menyiapkan tempat dengan berbagai manakan khas daerah untuk dinikmati oleh pengunjung.

2. Wisata Kuliner (*Culinary Tourism*)

Merupakan kegiatan wisata ke suatu daerah dengan tujuan utama menikmati makanan khas daerah tersebut. Daerah yang dikunjungi untuk wisata kuliner umumnya telah menyediakan beberapa sarana dan prasarana untuk mempengaruhi orang-orang untuk berkunjung di tempat tersebut. Biasanya terdapat festival makanan tradisional atau internasional yang sengaja disiapkan untuk pengunjung yang ingin menikmati berbagai kuliner daerah setempat.

3. Wisata Seni Kuliner (*Gastronomy/Cuisine Tourism*)

Merupakan kegiatan mengunjungi daerah tertentu untuk menikmati dan mengeksplorasi makanan khas daerah tersebut. Biasanya dilakukan dalam rangka penelitian atau mempelajari secara mendetail kuliner khas daerah, untuk selanjutnya dijadikan sebagai bahan membuat artikel atau membuat ramuan masakan baru sebagai produk bisnis kuliner. Pengunjung memiliki ketertarikan terhadap makanan khas daerah sehingga senang berkunjung ke daerah-daerah yang memiliki kuliner khas (Mitchell & Hall, 2005).

3. Industri Kuliner (*Culinary Industry*)

Merupakan kegiatan dalam pengolahan bahan makanan dengan pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman yang dimiliki bertujuan untuk mendapatkan keuntungan sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan. Industri kuliner berkembang dengan pesat seiring dengan perkembangan teknologi informasi

yang pesat, di mana informasi tentang makanan-makanan khas daerah atau makanan luar negeri dapat diakses dengan mudah melalui internet atau online.

Industri kuliner termasuk industri kreatif dengan membawa nilai tambah produk melalui kreativitas dan inovasi koki (*chef*) atau pelaku bisnis kuliner lainnya. Pelaku UMKM bidang kuliner semakin hari semakin banyak, mengingat potensi dan peluang yang prospektif di bidang kuliner. Pemerintah sangat mendukung industri kuliner di kalangan pelaku UMKM, sehingga membuat kebijakan dengan memberikan kemudahan dalam pengurusan legalitas usaha agar UMKM bidang kuliner semakin tumbuh dan berkembang (Kemenparekraf, 2022).

Preferensi konsumen terhadap kebutuhan makanan menjadi pemicu munculnya berbagai jenis dan ragam kuliner. Sebagian besar bisnis makanan atau industri kuliner mengkategorikan industri menjadi dua segmen yaitu: makanan yang dimakan di rumah (*Food-at-home*) dan makanan yang dimakan jauh dari rumah (*Food-Away-From-Home*).

Food-at-home mengacu pada makanan dan minuman yang dibeli di pengecer makanan tradisional seperti pedagang kaki lima maupun di supermarket. Namun, pada kenyataannya sebenarnya *food-at-home* dapat juga dikonsumsi di luar rumah, misalnya dibungkus untuk di bawa ke sekolah, ke tempat kerja, atau ke tempat wisata. *Food-at-home* tergolong makanan yang siap saji yang dibeli di pengecer makanan dan dimakan di rumah atau di luar rumah. Jenis makanan ini, kalau di Indonesia misalnya: nasi padang, nasi kuning, ketoprak, gorengan, lontong, dan lain-lain. Pertumbuhan makanan siap saji dalam pengecer tradisional, seperti toko serba ada dan toko kelontong, mengubah cara perusahaan mengklasifikasikan makanan siap saji dalam kategori makanan tradisional di rumah.

Food-Away-From-Home mengacu terutama untuk pembelian di restoran tetapi juga untuk makanan yang dibeli di

gerai seperti hotel dan motel, tempat rekreasi, mesin penjual otomatis, di sekolah, di kampus dan di tempat publik lainnya. Makanan jauh dari rumah memiliki banyak nama berbeda: layanan makanan (*Food-Sercive*), di warung makan, dan di restoran. Industri kuliner *Food-Away-From-Home* umumnya dikategorikan ke dalam segmen-segmen yang mengacu pada gaya pelayanan yang cepat dan praktis (*Quick-serve Restaurant*). Industri kuliner yang harganya relatif murah dan sudah tersebar ke penjuru dunia misalnya KFC, McDonald, Hoka Hoka Bento, Pizza Hurt, dan yang lainnya.

Pelayanan industri kuliner cepat saji saat ini sudah semakin baik dengan keberadaan *counter walk-up*, jendela *drive-through*, dan melakukan bisnis *take-out* atau *take away* bekerjasama dengan Gojek, Grab, atau jasa kurir lainnya. Industri kuliner tradisional di Indonesia pasca pandemi covid-19 sudah mulai *familiar* dengan *platform digital*, di samping tetap mempertahankan keasliannya tetapi juga memanfaatkan kemajuan teknologi untuk mempromosikan dan mendistribusikan produknya. Misalnya: ayam geprek, martabak, baso, mie ayam, dan industri minuman seperti kopi, the, atau jus (Association, 2017).

4.9 Penutup

Perkembangan bisnis kuliner yang semakin dinamis, kreatif, dan inovatif berdampak (*impactffull*) pada meningkatnya daya beli masyarakat dan berkurangnya pengangguran. Para pelaku usaha khususnya UMKM di bidang kuliner semakin bertambah dengan menciptakan produk atau jasa yang bervariasi penuh kreatifitas, inovatif, dan unik. Di setiap pojok atau sudut kota di Indonesia hampir selalu ada lapak untuk jualan makanan kuliner baik makanan tradisional maupun makanan ala internasional. Outlet kuliner saat ini mudah dijumpai di pinggir jalan yang strategis, sekitar perumahan, obyek wisata, seputar

perkantoran, lingkungan pendidikan, tempat penginapan dan swalayan bahkan di mall

Bidang kuliner merupakan usaha yang relatif kecil modal awalnya dan dapat dilakukan oleh siapa saja tanpa melihat status pendidikan atau sosial. Jenis produk makanan yang dijual bervariasi baik kuliner tradisional, nasional, maupun ala internasional. Strategi pemasarannya pun relatif mudah, yaitu dengan membawa gerobak ke tempat ramai, menyewa counter atau tempat berjualan, dan memanfaatkan aplikasi-aplikasi android seperti gojek, grab, media social, untuk kegiatan promosi dan distribusinya. Pengembangan produk kuliner dapat dilakukan secara sederhana tanpa merubah orisinalitas cita rasanya, karena berbagai jenis kuliner sudah *familiar* di kalangan masyarakat Indonesia.

Bab 5

Standar Undang-Undang dan Higienitas Kuliner di Indonesia Dan Dunia

5.1 Pengantar

Kebutuhan pokok manusia berupa makanan, dipergunakan sebagai kebutuhan yang mutlak untuk pemenuhan gizi dan energi seyogyanya dengan penuh bijaksana kita harus mengelola dengan cara yang sesuai dengan kaedah standarisasi NKRI ini, untuk efektifitas dan efisiensi metabolisme tubuh. Lajur makanan sendiri berangkat dari pengolahan makanan sampai makanan siap disajikan, Pengamatannya dikenal dengan titik kendali kritis atau HACCP (*Hazzard Analysis Critical Control Point*) yaitu untuk mengetahui titik-titik kritis pengolahan yang merupakan penyebab pencemaran /kerusakan pada makanan, sehingga penyebab dapat dikendalikan. Pengolahan makanan berproses dari penerimaan bahan makanan mentah, persiapan pengolahan (*mise an plase*), pencucian bahan makanan, pemasakan dengan menggunakan berbagai metode (*moist heat, dry heat, combination method*) hingga menjadi makanan/berbagai nama menu yang biasanya di sajikan dalam menu list (*Bill of fare*). Makanan yang diolah sesuai dengan prosedur akan memberikan kualitas sajian yang sangat dikagumi oleh pelanggan/institusi.

Hopkins menyatakan sanitasi adalah cara pengawasan terhadap faktor lingkungan yang mempunyai pengaruh terhadap lingkungan. Menurut WHO, sanitasi adalah suatu usaha untuk mengawasi beberapa faktor lingkungan fisik yang dapat berpengaruh kepada manusia, terutama terhadap hal-hal yang mempunyai efek merusak perkembangan fisik, kesehatan dan lingkungan hidup. Sanitasi adalah suatu usaha pencegahan penyakit yang menitikberatkan kegiatan pada usaha kesehatan lingkungan hidup manusia. Jadi, dalam hal ini, istilah sanitasi ditujukan kepada lingkungannya.

Manfaat Higiene dan Sanitasi Upaya higiene sanitasi memberikan beberapa manfaat, yaitu: 1) Lingkungan menjadi bersih, sehat dan nyaman. 2) Melindungi setiap individu dari faktor lingkungan yang dapat merusak kesehatan fisik dan mental. 3) Tindakan pencegahan terhadap penyakit menular. 4) Tindakan pencegahan terhadap kecelakaan kerja. Higiene dan Sanitasi memiliki ruang lingkup; 1). Ruang lingkup perorangan higienitas, makanan dan minuman, 2) lingkungan saniter. Beberapa aspek aktivitas sanitasi ; a. Pengadaan air bersih atau air minum yang terdiri dari proses; - kuantitas dan kualitas air yang diawasi, -bagaimana cara memanfaatkan air yang benar, - bagaimana air merupakan media yang dapat menularkan penyakit,- mengetahui cara mengolah dan memelihara; b. Sampah yang harus dikelola dengan baik (refuse disposal) dengan memperhatikan kegiatan: cara pembuangannya, alat yang dipergunakan dan cara penggunaannya serta bagaimana cara memelihara peralatannya; c. Prosedur penanganan makanan dan minuman perlu diperhatikan hal-hal berikut: proses pengadaan bahan dari lokasi awal sampai kepada cara distribusinya serta cara penanganan saat distribusi agar kontaminasi silang dapat ditekan sekecil mungkin, ketika bahan sampai pada tujuan harus memperhatikan higienitas dan sanitasi penyimpanan, demikian juga terhadap cara memperlakukan bahan makanan pada saat pengolahan, memperhatikan prosedur

higienitas dan sanitasi pengolahan yang benar, menggunakan metode pengangkutan yang baik dan benar, memperlakukan higienitas dan sanitasi pleting makanan, d. Pengawasan dari kontaminan secara Biologis, e. Peduli Kebersihan, Kesehatan, Keselamatan lingkungan pekerja/penjamah makanan.

5.2 Hygienitas

Hygiene sanitasi makanan dan minuman memiliki 7 (tujuh) aspek pokok yang berpengaruh terhadap makanan/ beberapa bahaya yang membuat makanan tidak aman untuk dimakan sebagai berikut:

- 1) Cemarkan atau yang disebut sebagai Kontaminan dapat dijelaskan sebagai benda sebagai benda asing tentunya tidak dikehendaki kehadirannya pada makanan atau minuman yang menimbulkan bahaya bagi keselamatan manusia, termasuk bahayafisik misalnya berasal dari fisik baik dari bahan baku seperti tulang, serpihan kulit kepiting, sisik ikan, bahaya tersedak atau tertelan menyebabkan sakit

2) Zat Racun

Higienitas dan sanitasi makanan yang tidak terjaga dan diawasi dengan baik akan berakibat membahayakan manusia, beberapa faktor penyebabnya sebagai berikut:

- a. Kandungan senyawa kimia bahan makanan secara alami dapat berupa racun, sebagai contoh racun Asam sianida pada ketela pohon, Alkaloid pada kentang, linamarin pada petai/jengkol, umbi gadung, dan lain-lain.
- b. Mikrobiologis/biologis hazard: bahaya cemarkan dari mikroorganisme (bakteri, virus,) yang menyebabkan penyakit misalnya bakteri shalmonella penyebab penyakit typhus, E.coli penyebab kematian, dysentri, kolera karena diare / bahaya yang menyebabkan seseorang meninggal karena adanya toksin dari mikroorganisme yang bersifat

patogen. *Clostridium botulinum* biasanya terdapat pada bahan makanan yang dikalengkan. *Clostridium perfringens* banyak terdapat pada makanan yang dikalengkan dengan kaleng yang telah berkarat, yang tidak kalah bahayanya dengan bakteri tersebut sebelumnya, Jenis-jenis bakteri tersebut bisa dijumpai di udara, air, manusia.

Pertumbuhan bakteri disebabkan oleh makanan bakteri tersebut yaitu biasanya makanan yang mengandung protein yang tinggi maka bahan makanan akan mudah membusuk, pH yang optimum (4-7) memudahkan perkembangbiakan bakteri, yang terkait dengan keasaman makanan sebagai contoh asinan, suhu normal menyebabkan semakin cepatnya produk mengalami kerusakan karena bakteri berkembangbiak, waktu (makin lama produk disimpan pada suhu normal maka produk makin disukai bakteri dan busuk, oksigen merupakan kebutuhan bakteri untuk hidup karena itu makanan jika umur simpannya diperpanjang maka diusahakan dengan cara Vacuum, kadar air (moisture) yang banyak pada makanan menyebabkan bakteri akan mudah berkembangbiak dan busuk Makanan-makanan yang memiliki protein tinggi (daging, ikan, susu, telur) mudah sekali mengalami kerusakan.

Virus menyebabkan tertular biasanya dari manusia, bahan makanan yang paling sering tertular adalah bahan olahan, yang diolah oleh manusia yang disebut juga penjamah, penjamah yang terinfeksi virus hepatitis, virusnya masuk ke dalam makanan dan bertahan hidup dan berkembangbiak dan ketika dimakan maka manusia akan tertular virus tersebut dan menyebabkan sakit. Karena itu orang yang mengalami penyakit hepatitis harus dipisahkan dari orang yang normal termasuk alat-alat makanya piring, sendok, gelas tidak boleh digunakan oleh

orang yang sehat.

Parasit merupakan organisme yang tergantung pada inangnya sebagai contoh pernah ditemukan pada seseorang penderita dimana telur cacing pita yang ada pada makanan yang berisi darah hewan, umumnya salah contoh masakan yang dalam pengolahan pembuatan lawar, saksang dan sebagainya, menyebabkan Kesehatan penderita terganggu. Demikian juga terhadap toksin yang dikeluarkan oleh mikroorganisme yang dapat menyebabkan kematian jika racun dalam dosis lethal.

- c. Bahan yang berbahaya berikut dari zat kimia yang dapat membahayakan tubuh manusia, sebagai contoh yang lazim kita ketahui adanya pestisida pada bahan makanan umumnya dari buah-buahan dan sayur-sayuran, obat nyamuk, mercuri pada daging ikan dan lainnya
- d. Makanan yang bersifat mengandung bahan allergen yang menimbulkan alergi bagi tubuh manusia yang sensitive seperti adanya histamine pada ikan laut, penyedap maupun bumbu masak

5.3 Undang-Undang Hygienitas Kulineri

Standar Nasional Indonesia (SNI) ditetapkan pada keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (RI) No 942/MENKES/SK/VII/2003 yaitu tentang pedoman persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan. Dasar hukum hygienitas kulineri adalah:

- 1. UU No 4 Tahun 1984 Tentang Wabah
- 2. UU No 36 Tahun 2009 nTentang Kesehatan
- 3. UU No 18 Tahun 2012 Tentang Pangan
- 4. UU No 11 Tahun 2020 Tentang Cipta Kerja
- 5. PP No 66 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Lingkungan

6. PP No 86 Tahun 2019 Tentang Keamanan Pangan
7. PP No 5 Tahun 2021 Tentang Penyelenggaraan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko
8. Permenkes No 2 Tahun 2013 Tentang KLB Keracunan Pangan
9. Permenkes No 43 Tahun 2014 Tentang Higiene Sanitasi Depot Air Minum
10. Permenkes No 14 Tahun 2021 Tentang Standar Kegiatan Usaha dan Produk Penyelenggaraan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko Sektor Kesehatan

Undang-undang tentang Hygienitas Kuliner adalah aturan/undang-undang yang mengatur tentang penjamah makanan/cook, peralatan, air, bahan makanan, ketentuan umum, (food additive) dan makan, termasuk penjajanya, sentra pedagang, pembinaan dan pengawasan, dan ketentuan peralihan. Permenkes No 14 Tahun 2021 merupakan peraturan perundang-undangan dari Menteri Kesehatan yang baru saja diterbitkan, di dalamnya terdiri dari 567 pasal, sedangkan pada PP No 5 tahun 2021, dalam pasal 4 mengamanatkan penyusunan Standar Pelaksanaan Kegiatan Usaha (Standar Usaha dan/ atau standar produk), di dalam Peraturan Menteri/Peraturan Kepala Lembaga, maka dikeluarkanlah Permenkes No.14 Tahun 2021 Tentang Standar Kegiatan Usaha dan Produk, Penyelenggaraan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko Sektor Kesehatan.

Pada PP No 5 2021 tertera masa berlaku Sertifikat Lain Higiene Sanitasi adalah 3 tahun, tetapi untuk Label pengawasan yang dikenal dengan stiker maksimal berlaku 2 tahun. Dalam melakukan pengawasan, Permenkes yang lama yaitu; 1). PERMENKES 1096/2011, 2) KEPMENKES 1098/2003, 3) KEPMENKES 942/2003, 4) PERMENKES 43/2014 masih berlaku hanya saja selama tidak bertentangan dengan PERMENKES yang baru. Berikut ini adalah salah satu bentuk Undang-undang yang lama.



MENTERI KESEHATAN
REPUBLIK INDONESIA

**PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
NOMOR 1096/MENKES/PER/VI/2011**

TENTANG

HIGIENE SANITASI JASABOGA

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA,

- Menimbang :**
- a. bahwa masyarakat perlu dilindungi dari makanan dan minuman yang dikelola jasaboga yang tidak memenuhi persyaratan higiene sanitasi, agar tidak membahayakan kesehatan;
 - b. bahwa persyaratan higiene sanitasi jasaboga yang ditetapkan dalam Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 715/Menkes/SK/V/2003 sudah tidak sesuai dengan perkembangan dan kebutuhan hukum;
 - c. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a dan huruf b, perlu menetapkan Peraturan Menteri Kesehatan tentang Higiene Sanitasi Jasaboga;
- Mengingat :**
- 1. Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1984 tentang Wabah Penyakit Menular (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1984 Nomor 20, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3273);
 - 2. Undang-Undang Nomor 7 Tahun 1996 tentang Pangan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1996 Nomor 99, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3656);
 - 3. Undang-Undang Nomor 32 Tahun 2004 tentang Pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2004 Nomor 125, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4437) sebagaimana telah beberapa kali diubah terakhir dengan Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2008 (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2008 Nomor 59, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4844);
 - 4. Undang-Undang...

4. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 144, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5063);
5. Peraturan Pemerintah Nomor 40 Tahun 1991 tentang Penanggulangan Wabah Penyakit Menular (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1991 Nomor 49, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3447);
6. Peraturan Pemerintah Nomor 28 Tahun 2004 tentang Keamanan, Mutu dan Gizi Pangan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2004 Nomor 107, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4424);
7. Peraturan Pemerintah Nomor 38 Tahun 2007 tentang Pembagian Urusan Pemerintahan antara Pemerintah, Pemerintahan Daerah Provinsi dan Pemerintahan Daerah Kabupaten/Kota (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2007 Nomor 82, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4737);
8. Peraturan Pemerintah Nomor 13 Tahun 2009 tentang Jenis dan Tarif Atas Jenis Penerimaan Negara Bukan Pajak Yang Berlaku Pada Departemen Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 26, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4975);
9. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 431/Menkes/SK/IV/2007 tentang Pedoman Teknis Pengendalian Risiko Kesehatan Lingkungan di Pelabuhan/Bandara/Pos Lintas Batas Dalam Rangka Kesehatan Pelabuhan;
10. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1144/Menkes/Per/VIII/2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Kesehatan;

MEMUTUSKAN :

Menetapkan : PERATURAN MENTERI KESEHATAN TENTANG
HIGIENE SANITASI JASABOGA.

BAB I

KETENTUAN UMUM

Pasal 1

Dalam Peraturan Menteri ini yang dimaksud dengan :

1. Jasaboga adalah usaha pengelolaan makanan yang disajikan di luar tempat usaha atas dasar pesanan yang dilakukan oleh perseorangan atau badan usaha.
2. Pengelolaan makanan adalah rangkaian kegiatan yang meliputi penerimaan bahan mentah atau makanan terolah, pembuatan, pengubahan bentuk, pengemasan, pewadahan, pengangkutan dan penyajian.
3. Bahan makanan adalah semua bahan baik terolah maupun tidak yang digunakan dalam pengolahan makanan, termasuk bahan tambahan makanan.
4. Higiene sanitasi adalah upaya untuk mengendalikan faktor risiko terjadinya kontaminasi terhadap makanan, baik yang berasal dari bahan makanan, orang, tempat dan peralatan agar aman dikonsumsi.

5.4 Standar Hygienitas Kulineri di Indonesia

Standar Sertifikat Laik Higiene Sanitasi menyatakan bahwa ada beberapa kewajiban yang harus dilakukan oleh pelaku usaha makanan dan minuman, dimana beberapa persyaratan yang harus dipenuhi dalam menjalankan usahanya yaitu;

1. KBLI 56101 terkait Restoran
2. KBLI 56290 Penyediaan Jasa Boga Periode Tertentu
3. KBLI 56210 Jasa Boga untuk Suatu Event Tertentu (*Event Catering*)
4. KBLI 10391 Industri Tempe Kedelai
5. KBLI 10392 Industri Tahu Kedelai
6. KBLI 11052 Industri Air Minum Isi Ulang (Depot Air Minum)

Sertifikat Laik Higiene Sanitasi (SLHS) diberikan kepada pengusaha yang berumur kurang dari 7 hari, wajib izin edar, dan bisa menggunakan Standar Nasional Indonesia dari IBLT, BPOM, maupun MBML, yang dibawah 7 hari yaitu KBLI 10391 dan 10392 yaitu produk tempe kedelai dan tahu kedelai, demikian juga KBLI 11052. Penggolongan jasa boga berdasarkan PERMENKES lama yaitu berdasarkan Jasa Boga Golongan A1, 2, 3, B, C. Pada PERMENKES yang baru tidak berlaku lagi penggolongan jasa Boga yang lama, namun yang ada adalah dengan kriteria kebutuhan masyarakat umum, ini berdasarkan jasa boga yang melayani dengan pelayanan tidak lebih dari 750 porsi/hari pesanan, jika golongan A ini memenuhi kegiatan kebutuhan khusus maka golongan A ini akan termasuk ke dalam golongan B walaupun pesanan dibawah 750 porsi/ hari.

Golongan B jasa Boga yang melayani kebutuhan masyarakat umum dengan pelayanan diatas 750 porsi/hari pesanan atau memenuhi kegiatan/kebutuhan khusus, antara lain; embarkasi/debarkasi haji, asrama, pengeboran lepas

pantai, perusahaan, angkutan umum darat dan laut dalam negeri, Lembaga Pemasyarakatan, Rumah Tahanan, atau sejenisnya, Rumah Sakit dan Balai/tempat pelatihan. Golongan C adalah jasa boga yang melayani kebutuhan alat angkutan umum internasional dan pesawat udara.

Berikut definisi-definisi terkait PERMENKES No 14 Tahun 2021 Tentang Standar Kegiatan Usaha dan Produk Penyelenggaraan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko pSektor Kesehatan;

1. Tempat Pengelolaan Pangan: olahan siap saji yang selanjutnya disebut TPP adalah sarana produksi untuk menyiapkan, mengolah, mengemas, menyimpan, menyajikan dan/ atau mengangkut pangan olahan siap saji baik yang bersifat komersial maupun nonkomersial.
2. TPP tertentu adalah TPP yang produknya memiliki umur simpan satu sampai kurang dari tujuh hari pada suhu ruang.
3. Jasa Boga/Katering adalah Tempat Pengelolaan Pangan (TPP) yang produknya siap dikonsumsi bagi umum di luar tempat usaha atas dasar pesanan dan tidak melayani makan ditempat usaha (dine in)
4. Restoran adalah TPP yang produknya siap dikonsumsi bagi umum di dalam tempat usaha/melayani makanan di tempat (dine in) serta melayani pesanan di luar tempat usaha.
5. Depot air minum yang selanjutnya disebut DAM adalah usaha industri yang melakukan proses pengolahan air baku menjadi air minum dalam bentuk curah dan menjual langsung kepada konsumen.

Dalam Permenkes No 14 tersebut dibahas mengenai TPP tertentu yang memiliki umur simpan satu sampai 17 hari, Perbedaan Restoran di dalamnya ada kursi sedangkan Katering tidak ada, SLHS hadir juga dalam logo yang baru artinya sertifikat tetap dikeluarkan, hanya saja logo tersebut ditampilkan simbolis dalam bentuk produk bukan berarti sertifikatnya

diganti logo, namun sertifikat yang dikeluarkan oleh Dinas Kesehatan, hanya saja cara penyampaian kepada masyarakat lewat logo, dan logo tersebut ditempel dalam produk-produk sebagai contoh di kotak nasi, gallon, roti dan sebagainya, sehingga masyarakat akan mengetahui apakah suatu perusahaan yang berkecimpung dalam kuliner sudah tersertifikasi atau belum, tujuan hal ini dibuat untuk meningkatkan derajat pelaku usaha tersebut serta kenyamanan konsumen.

Persyaratan umum yang dilakukan pelaku usaha antara lain; 1) menyerahkan bukti usaha kepada pemerintah daerah, 2) Harus telah memenuhi persyaratan SLHS (maksimal SLHS 3 tahun), 3) Perpanjangan SLHS dengan melengkapi persyaratan khusus. Pelaku usaha seperti Restaurant untuk mendapatkan Standar Sertifikat Laik Higiene Sanitasi (SLHS adalah sudah memiliki NIB (Nomor Ijin Berusaha).

Kegiatan berusaha sesuai bidang usaha, setelah satu tahun barulah diterbitkan SLHS oleh SS ditetapkan oleh OSS. Untuk Depot air minum memiliki resiko menengah tinggi maka, SLHS akan keluar bersamaan dengan NIB, jadi tidak menunggu satu tahun setelah NIB, dengan memenuhi beberapa persyaratan khusus dalam Teknik produk, proses dan/ jasa :

1. Memiliki SBMKL meliputi: Uji Ecoli untuk Biologi, Formalin dan Borak untuk uji kimia.
2. Pernyataan Pemenuhan Persyaratan Kesehatan Pangan dengan menggunakan formular Inspeksi Kesehatan Lingkungan (IKL)
3. Persyaratan khusus Depot Air Minum (DAM) harus memenuhi persyaratan dimana produk akhir air minum yang dihasilkan oleh DAM sesuai dengan persyaratan kualitas air minum dalam Permenkes 492 tahun 2010.
4. Syarat untuk Penjamah harus memiliki sertifikat pelatihan dan atau uji kompetensi dan bebas dari penyakit menular.

Sertifikat pelatihan berlaku di lintas daerah dan dikeluarkan oleh; a) Kementrian Kesehatan, b) Pemerintah Daerah Provinsi, c). Pemerintah Daerah Kabupaten Kota, dan atau, d) Organisasi Profesi/Asosiasi/Lembaga yang berkompeten dibidang Kesehatan Lingkungan/ Keamanan Pangan yang terdaftar sertifikat, dikeluarkan oleh lembaga terlisensi Badan Nasional Sertifikasi Profesi (BNSP) dan dibina oleh Kementrian Kesehatan.

Kewajiban yang harus dipenuhi oleh pengelola/ pemilik/ penanggungjawab TPP dan penjamah makanan dalam pemenuhan ketenagakerjaan dengan kriteria:

1. Memiliki Sertifikat
2. Sertifikat Pelatihan berlaku lintas Daerah dan dikeluarkan oleh Kementrian Kesehatan Pemerintah Daerah Provinsi, Pemerintah Daerah Kabupaten Kota, dan atau, Organisasi Profesi/Asosiasi/Lembaga yang berkompeten dibidang Kesehatan Lingkungan/ Keamanan Pangan yang terdaftar sertifikat, dikeluarkan oleh lembaga terlisensi Badan Nasional Sertifikasi Profesi (BNSP) dan dibina oleh Kementrian Kesehatan.
3. Sertifikat dikeluarkan oleh Lembaga terlisensi Badan Nasional Sertifikasi Profesi (BNSP) dan dibin oleh Kementrian Kesehatan, dianggap memenuhi persyaratan.
4. Jumlah penjamah pangan yang harus bersertifikat pelatihan:
1) Restoran minimal 50%, 2) Jasa Boga gol.A minimal 20%, 3) Jasa boga golongan B minimal 50%, 4) Jasa Boga golongan C 100%, 5) TPP tertentu min 50%, 6) DAM min 50%.
5. Harus berbadan sehat dan bebas dari penyakit menular(diare,kolera, tipoid/tifus, hepatitis A dll), serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan dalam pengelolaan usaha pangan olahan siap saji berdasarkan prinsip hygiene dan

sanitasi.

Persyaratan Biologi dan Kimia. Untuk ketentuan persyaratan Biologi meliputi :

- a. Parameter yang diperiksa adalah *Escherchia coli* yang merupakan indikator terjadinya kontaminasi feses pada pangan dan peralatan yang digunakan, dengan baku mutu sebagai berikut:; 1) air(kurang dari 1,1 MPN/100 ml atau kurang dari 1 CFU/100 ml), 2) Makanan (kurang dari 3,6 MPN/gr atau kurang dari 1,1 CFU/gr, 3) Usap alat makanan (kurang dari 1,1 CFU/cm²), melakukan swab pada alat makanan seperti piring, gelas, garpu, sendok, talenan dan pisau.

- b. Parameter Kimia

Sampel pangan harus negative dari cemaran kimia (formalin, borax, rhodamine B, dan methanil yellow). Pengambilan sampel pangan dan jumlah sampel disesuaikan dengan jenis pangan yang berpotensi atau diduga mengandung bahan kimia berbahaya tersebut. Hasil uji Laboratorium paling lama berlaku 1 (satu) bulan sejak diterbitkan.

Contoh Standar Label Pengawasan/Pembinaan HSP:

1. KBLI 56102 Rumah makan/Warung makan
2. KBLI 56103 Kedai Makan
3. KBLI 56104Penyediaan Makanan Keliling Tempat Tidak Tetap
4. KBLI 56109 Restoran dan penyediaan makanan kelilin

5.5 Standar Hygienitas Kulineri di Dunia

Standar Nasional Indonesia (SNI) merupakan penerapan dari HACCP dan SSOP dan, SNI mengacu kepada Standar ISO 22000. Persyaratan dasar (prerequisite) penerapan system HACCP adalah:

1. Good manufacturing practices (GMP) yaitu suatu pedoman memproduksi makanan yang baik agar dihasilkan produk bermutu
2. Standar sanitation operating procedures (SSOP) adalah prosedur operasi standar untuk sanitasi. Dalam memenuhi standar pangan, makanan dan minuman dan lain-lain yang memenuhi kriteria tersebut harus memenuhi persyaratan, regulasi. Persyaratan yang harus dipenuhi ketika produk pangan atau makanan yang harus di ekspor yaitu; 1) persyaratan regulasi dimana tempat produsen itu berada dan, 2) regulasi dimana produk itu dijual, Di Indonesia regulasi di atur oleh BPOM dan Jika produk akan di pasarkan di Amerika maka regulasinya diatur oleh U.S.Food & Drug Administration, Voultry requirement atau 3rd Party Certification merupakan suatu persyaratan yang dibutuhkan jika produk kita diekspor sifatnya sukarela atau suasta dalam suatu negara lain yang menggunakan privat standart, biasanya diberikan oleh pihak ke-3 yang sifatnya volentir yaitu standar sendiri yang tidak ada hubunganya dengan regulasi. Akhirnya aka nada banyak regulasi bukan hanya lokal, sebagai gambaran yang dibutuhkan untuk sertifikasi global yang trend yang menjadi kebutuhan umum atau word global standar requirement for food safety standar yang direkognisi oleh GSFI (Global Food Safety Inisiative) merupakan Lembaga yang mengakui standar-standar tersebut kemudian melisting beberap standar/sertifikasi/syarat yang bisa dipergunakan oleh perusahaan atau produsen makanan untuk bisa bersaing secara global . Karena saat ini sebagai basic suatu perusahaan harus sudah mengimplementsikan HACCP yang menjadi dasar permintan untuk semua standar yaitu :

1. *(British Retail Consortium Standards (BRC))* Saat ini BRC menyebut sebagai suatu standar yang diterbitkan dan dikeluarkan oleh para retailer di Eropa terutama di United Kingdom atau di Inggris dan ditetapkan sebagai syarat utama sebelum memasukan produknya ke Inggris.
2. *International Featured Standards (IFS)* merupakan standar yang mirip dengan standar PRC tetapi lebih spesifik untuk bisa masuk ke pasar Jerman
3. *Safe Quality Food (SQF)* awalnya standar ini dikembangkan di Australia kemudian di adopsi dan diakui oleh Amerika dan menjadi point penting di Amerika, SQF kemudian memperluas bukan hanya di pengolahan pangan tapi juga sampai ke tahapan budidaya, pertanian, logistic, dan distribusi.
4. *Food Safety System Certification (FSSC) 22000* merupakan standar upgrade dari ISO 22000 versi tahun 2018 ditambah dengan persyaratan tentang PRP ISO/TS 22000-1:2009(PAS220-2008) dengan Additional Requirements, banyak dipergunakan di manufaktur makanan di Indonesia.

5.6 Penutup

Demikianlah ulasan singkat mengenai standar ketentuan Higienitas kuliner di Indonesia dan Dunia. Pada kenyataan saat ini belum banyak makanan Indonesia yang merupakan makanan khas lokal nusantara NKRI terangkat menjadi menu yang populer di mata dunia karena memang harus banyak berbenah dalam hal higienitas dan sanitasi sesuai dengan standar Nasional Indonesia dengan harapan akan lebih familier dan membudaya untuk menuju standar dunia

Bab 6

Standar Resep

6.1 Latar Belakang

Di era global yang dapat menunjang kebutuhan kehidupan adalah bisnis kuliner yang merupakan pilihan yang tepat untuk bisa dikembangkan mengingat memiliki manfaat yang paling penting, karena kesehatan manusia, tergantung pada pilihan Nutrisi/gizi yang tepat yang terkandung pada bahan-bahan makanan yang disediakan dan dihidangkan setiap hari sebagai santapan yang enak, bersih, sehat, dan aman dikonsumsi oleh setiap orang dalam menjaga kesehatan setiap manusia.

Dengan demikian, sudah sepantasnya, bagi pebisnis Nusantara, memilih bisnis kuliner, sebagai pilihan yang menjanjikan, lebih-lebih dapat mengangkat kuliner yang memiliki konsep dan merupakan warisan leluhur, yaitu kuliner yang menginspirasi kearifan lokal Nusantara.

Berbagai ciri khas kuliner yang ada di Indonesia, seperti: Bali, Jawa Sumatra, Sulawesi, Kalimantan, Lombok, Nusa Tenggara timur, Maluku, Irian jaya, dll, merupakan kuliner khas warisan leluhur yang adi luhung, yang perlu dijaga, dilestarikan, dikembangkan, dan dipasarkan, lebih-lebih dalam mendukung usaha pariwisata yang ada di Indonesia.

Obyek wisata kuliner yang telah diakui oleh pemerintah sebagai wisata kuliner telah dipromosikan yang merupakan pilihan wisatawan untuk berkunjung, disamping menikmati

wisata ciri khas daerah yang merupakan sumber daya pariwisata lokal yang sudah dipopulerkan oleh pemerintah dan pemangku kegiatan pariwisata yang ada di Indonesia[1].

Oleh karenanya, merupakan tantangan kedepan oleh peminat usaha bisnis kuliner untuk memilih menu unggulan dan bahan-bahan pilihan yang mengandung banyak nutrisi/gizi yang digemari dan menjadikan pilihan masyarakat lokal dan mancanegara, sehingga secara berkelanjutan menjadikan pilihan utama wisatawan, dan dapat memiliki daya saing di era global.

Tentunya, persaingan yang semakin ketat dialami oleh usaha bisnis kuliner, dalam mencari pangsa pasar, lokasi bisnis, pemilihan bahan yang tepat dan mengandung nutrisi lebih, penyusunan menu yang baik terpopuler, tenaga kerja kompeten dan profesional, dalam melakukan kegiatan bisnis kuliner, sehingga pelanggan kuliner dapat terpuaskan, dan pelaku usaha bisnis kuliner, dapat mengembangkan usahanya, dalam memperoleh peningkatan pendapatan dan laba perusahaan.

Dalam kesempatan ini, akan dibahas beberapa standar resep menu yang sudah pernah dijual baik di Restoran dan Desa wisata yang ada di Bali yang sangat digemari oleh wisatawan lokal, domestik dan mancanegara.

6.2 Konsep Bisnis Kuliner Dan Standar Resep

a. Konsep Bisnis Kuliner

Bisnis kuliner merupakan peluang yang sangat menjanjikan, namun tidak bisa sembarangan tanpa ada perencanaan dan konsep yang jelas, baik ditinjau dari rasa, selera, yang selalu digemari banyak orang, walaupun lokasinya sangat jauh, yang terpenting punya keunikan, selera dan rasa yang menantang banyak orang apalagi didengar dengan harga murah.

Merupakan hal yang sangat penting diperhatikan, bagaimana menyusun konsep kuliner yang baik, dalam hal ini diuraikan 5 konsep terbaik yang perlu diperhatikan yaitu[6][7][8]:

1) Serlera.

Merupakan hal yang sangat penting diperhatikan terhadap selera yang menjadikan pilihan semua orang, dalam menunjang faktor kesuksesan usaha kuliner terhadap cita rasa yang digemari banyak orang sebagai pilihan.

2) Gaya hidup

Sebagai gaya hidup, makanan bukan saja sebagai pemenuhan lapar seseorang lebih-lebih dijamin digital, dan kalau kita perhatikan di FB, Istegram, berbagai tampilan menarik dengan gaya selfi. Dan untuk mengangkat prevesi seseorang tidak jarang seseorang sambil makan dengan sajian makanan di meja, mengadakan foto, dan di upload di FB atau istegram mereka atau di medsos.

Demikian juga disamping menu makanan, lokasi/tempat bisnis kuliner merupakan pilihat tepat yang menjadikan perhatian dan daya tarik seseorang, dengan panorama, hiasan, tempat selfi dan parkir yang memadai.

3) Daya beli

Sebelum melakukan usaha kuliner, studi kelayakan bisnis juga sangat perlu dilakukan, observasi sebuah produk disesuaikan dengan lingkungan sekelilingnya, akan membawa dampak positif bagi pembeli, dan yakinkan produk dan lokasi bisnis menjadikan pilihan utama, disamping penyesuaian harga terhadap daya beli masyarakat dengan harga yang sesuai.

4) Rencana produksi

Dalam menjamin kelangsungan hidup usaha bisnis kuliner, merupakan hal penting diperhatikan terhadap rencana produksi, dengan memilih bahan baku yang mudah dijangkau, alur produksi, harga, mutu produksi, kemasan,

yang selalu menjadi unggulan produk sebagai pilihan para pelanggan.

5) Rencana pemasaran.

Dengan memperhatikan geografi dan demografi, menjadi perhatian utama dalam rencana pemasaran, sebelum memutuskan untuk menjalankan bisnis kuliner. Disamping selalu memperhatikan pesaing, untuk memajukan dan mengembangkan bisnis kuliner serta memilih media yang tepat baik online, melalui medsos, elektronik, dll, secara efektif, agar tepat sasaran.

b. Konsep Standar Resep

Dengan memperhatikan standar resep yang baik, melalui merancang konsep standar resep, merupakan rencana yang terukur, baik secara kualitatif dan kuantitatif, melalui perhitungan-perhitungan yang tepat *accountable*, dan mudah dipahami oleh pelaku usaha bisnis kuliner. Dimana resep yaitu kumpulan beberapa informasi mengenai bahan masakan, cara pengolahan dan lain-lainnya yang berhubungan dengan masakan[9]. Demikian juga resep merupakan panduan seseorang mengenai pengolahan bahan makanan menjadi hidangan siap saji dan siap untuk disantap.

Adapun konsep standar resep makanan dapat dijelaskan seperti berikut ini yaitu:

1). Standar makanan

Standar resep makanan merupakan susunan makanan berdasarkan macam dan jumlah(berat bersih) yang disesuaikan dengan jumlah dana yang tersedia dan kecukupan gizi(Kemenkes 2013)[5].

Dari pelaku usaha bisnis kuliner, senantiasa memperhatikan standar bahan yang akan dimasak, dengan aturan metode memasak yang benar sehingga menghasilkan hidangan yang

sesuai standar dapat disajikan sesuai porsi yang dikehendaki dan dapat menimbulkan rangsangan bagi pelanggan untuk menyantapnya.

2). Standar resep

Dengan memperhatikan kuantitas dan kualitas makanan, standar resep merupakan yang secara berulang-ulang dicoba citarasanya, oleh panelis dan manajemen bisnis kuliner, yang telah sesuai dengan formula tertulis, yang akan dijadikan sebagai standar membuat makanan sesuai dengan jumlah dan mutu makanan yang telah ditentukan.

Adapun standar resep yang dimaksudkan antara lain:

- a. Nama makanan
- b. Jumlah porsi dengan ukuran untuk satu porsinya.
- c. Nama bahan dan satuan ukurannya
- d. Peralatan yang digunakan
- e. Metode pengolahannya
- f. Waktu persiapan sampai selesai memasak
- g. Cara menghidangkannya.

3). Standar Porsi

Porsi makanan selalu disesuaikan dengan jenis makanan dan penggunaan alat yang akan dipakai, sehingga standar porsi makan yaitu: serangkaian rincian macam dan jumlah bahan makanan dalam nilai jumlah bersih setiap hidangan makanan yang harus sesuai dengan yang distandarkan[5][6][7].

Dengan demikian standar porsi, menjadi pedoman bagi manajemen bisnis kuliner dalam menjaga standar porsi yang telah ditentukan sesuai rencana, sehingga secara konsisten tidak berubah dan dapat diproduksi secara berkelanjutan untuk memuaskan para pelanggan.

4). Standar Mutu

Kualitas makanan merupakan hal penting, bagi bisnis kuliner, sehingga dapat bersaing dan selalu menjadi pilihan pelanggan. Dimana standar mutu adalah spesifikasi teknis yang dibakukan berdasarkan konsensus para pihak yang terkait dengan pertimbangan syarat-syarat kesehatan dan asupan gizi sesuai perkembangan iptek dan pengalaman sebelumnya[5][6][7].

Dengan mutu bahan yaitu memperhatikan nutrisi/gizi yang terkandung pada setiap bahan yang akan dimasak. Dan mutu makanan yaitu mencoba cita rasa, yang terkandung pada setiap sajian makanan yang telah selesai dimasak dan siap saji.

6) . Standar Bumbu

Merupakan hal penting juga diperhatikan, untuk menentukan cita rasa makanan, yaitu standar bumbu merupakan komposisi bumbu yang telah dibakukan sebagai ketentuan untuk bisa dipakai pada usaha bisnis kuliner, dalam menjaga keseragaman rasa makanan[5][6][7].

6.3 Tujuan Standar Resep

Dalam mencapai tujuan standar resep yang baik diperlukan suatu perhatian khusus sehingga dapat menjadikan manfaat bagi pelaku bisnis kuliner. Adapun tujuan standar resep yaitu:

- a. Sebagai pengawasan terhadap mutu hasil makanan yang disajikan dan dapat menghasilkan mutu yang sama pada setiap porsi yang dihidangkan.
- b. Sebagai pengawasan jumlah bahan makanan dan porsi sehingga hasilnya bisa tepat sesuai rencana yang telah ditentukan.

6.4 Manfaat Standar Resep

Sebagai manfaat standar resep yang baik dalam penyelenggaraan kegiatan bisnis kuliner, yaitu:

- a. Dapat menjamin kualitas masakan yang baik
- b. Dapat dikerjakan oleh setiap karyawan
- c. Sebagai sistem control yang baik bagi para manajer terhadap biaya dan mutu makanan yang disajikan
- d. Tidak ketergantungan terhadap setiap orang
- e. Dapat menghemat waktu pada saat memasak
- f. Dapat menjaga efisiensi bahan agar tidak banyak tersisa.
- g. Dapat menjaga stok bahan makanan dengan tepat
- h. Dapat menghindari pembelian bahan makanan tidak berlebihan.
- i. Pengusaha bisnis kuliner dapat fokus pada mutu dan jasa pelayanan yang baik bagi setiap pelanggan.

6.5 Pengertian Bisnis Kuliner

Penyelenggaraan Bisnis kuliner dewasa ini menjadi tren bagi kalangan masyarakat karena banyak digemari oleh para pelanggan Domestik dan Mancanegara, apalagi bagi Dunia pariwisata sebagai daya tarik wisatawan yang berkunjung khususnya penggemar kuliner.

Bisnis Kuliner merupakan suatu kegiatan usaha mulai perencanaan menu yang selalu terukur, sampai pada proses, penentuan kualitas bahan, metode memasak yang standar, pemilihan penggunaan peralatan, menghidangkan sampai distribusi kepada pelanggan dan jasa pelayanan yang profesional sesuai standar pelayanan yang baik.

Adapun tujuan bisnis kuliner, disamping untuk memperoleh laba atas usaha bisnis kuliner, yang penting juga dilakukan yaitu:

menyediakan makanan yang sangat berkualitas bervariasi, memenuhi nutrisi cukup, dapat diterima dan menyenangkan para pelanggan, dengan tetap memperhatikan *Hegiene*, sanitasi dan *safety food*, sesuai sarana dan prasarana yang dipergunakan.

Sistem penyelenggaraan bisnis kuliner dilihat dari operasional usaha dapat dijelaskan yaitu:

a. Perencanaan menu

Perencanaan menu merupakan serangkaian pelaksanaan kegiatan yang terstruktur dalam menyusun dan mengkombinasikan hidangan yang harmonis antara kebutuhan nutrisi/gizi dan cita rasa yang digemari para pelanggan.

b. Produksi makanan

Dalam produksi makanan merupakan kegiatan produksi mulai menyiapkan bahan, pembersihan, cutting, dari bahan mentah sampai diproses dimasak, menjadi hidangan makanan siap saji, aman dikonsumsi bagi pelanggan yang menyantapnya. Tujuannya untuk mengurangi risiko yang berbahaya, risiko kehilangan zat gizi, mempertahankan cita rasa, warna, keutuhan kandungan makanan dan bebas dari organisme dan bahan berbahaya lainnya.

c. Distribusi

Distribusi yaitu mengirimkan atau menyampaikan produk makanan yang sudah jadi kepada pelanggan, untuk mendapatkan jenis makanan, dan jumlah yang dipesan sesuai dengan kuantitas, kualitas dan harga yang sesuai di menu makanan.

d. Sarana

Sarana merupakan pemilihan sarana dan prasarana, dan fasilitas yang diperuntukkan untuk kegiatan usaha makanan, mulai dari penyiapan lokasi, bangunan, peralatan,

kelengkapan sarana ruang, berupa sarana fisik, dan kelengkapan penyelenggaraan makanan

e. Tenaga

Tenaga kerja untuk bisnis kuliner adalah yang memiliki kompetensi dibidang tata boga, dan kompeten dibidangnya, yang dapat menjaga dan menjamin keamanan makanan dari mulai persiapan proses memasak, dan sampai makanan tersebut siap saji.

f. Kontrol kualitas

Kualitas makanan perlu dikontrol dengan baik yang merupakan tindakan untuk menjaga produk dan kualitas makanan tetap memenuhi standar sesuai jaminan mutu kesehatan makanan yaitu: terjamin *hegiene*, sanitasi dan *safety food* yang baik.

g. Kontrol harga

Sebagai kontrol harga perlu memperhatikan efisiensi dan efektifitas secara ekonomis, terhadap penggunaan bahan makanan, dan alat penunjang lainnya untuk memasak, sehingga secara perhitungan *recipi cost* dapat dijangkau dan tidak melebihi rasio *cost* biaya makanan, menghitung harga jual dan keuntungan untuk usaha bisnis kuliner.

Dalam memenuhi kebutuhan para pelanggan penentuan harga juga sangat sensitif, perlu adanya pertimbangan terhadap para pesaing dengan produk yang sama terutama penentuan harga jual, dengan tidak mengurangi mutu produk makanan, dan pertimbangan lain penentuan harga per porsi, disesuaikan dengan variasi makanan yang akan dijual agar dapat memenuhi kebutuhan masyarakat yang berbeda, sehingga menjadi pilihan tersendiri bagi pelanggan dan termasuk harga penjualan paket-paket tertentu.

6.6 Bebek Betutu Tradisional Bali

6.6.1 Pengertian Bebek Betutu Tradisional Bali

Bali memiliki banyak makanan tradisional, dan salah satunya adalah Bebek betutu tradisional Bali, yang merupakan ciri khas masakan Bali yang digemari banyak orang baik lokal, domestik maupun mancanegara.

Dimana masakan Bebek Betutu tradisional Bali disini merupakan transformasi beberapa bahan makanan yang dipadukan mulai dari beberapa bahan bumbu, cara pengolahan(modifikasi racikan), namun bahan baku bebek masih tetap bebek lokal, yang memang khusus direncanakan untuk mencapai cita rasa yang lebih enak, dari yang sebelumnya, sehingga lebih dapat diterima oleh kebanyakan masyarakat dengan menikmati cita rasa yang sangat khas namun lebih menarik dan menjadi tren bagi bisnis kuliner, untuk mendapatkan kualitas produksi, cita rasa yang selalu digemari oleh pelanggan.

6.6.2. Standar Resep Pembuatan Bahan Makanan

Bahan makanan yang diracik sedemikian rupa merupakan hal yang tidak bisa dilepaskan dalam memasak, dimana bumbu akan memberikan rasa pada makanan yang akan kita hidangkan. Bebek pada mulanya adalah makanan tradisional Bali dan dalam perkembangannya untuk memenuhi kebutuhan wisatawan yang datang ke Desa Ubud, mengalami proses transformasi diantaranya bumbu yang dipakai. Adapun transformasi bumbu yang dilakukan adalah sebagai berikut.



Gambar 7.1 Bumbu Dasar dan Hasil Rajangan Bebek Betutu Tradisional Bali

6.6.3 Standar Resep Bebek Betutu Tradisional Bali

Sedangkan bahan untuk membuat bebek betutu transformasi dapat dilihat pada gambar 2.2 berikut ini.



Gambar 7.2 Bumbu Dasar dan Hasil Rajangan Bebek Betutu Transformasi Bali

6.6.4. Methode Pengolahan Bebek Betutu Tradisional Bali

Sebelum hidangan disajikan bahan makanan akan mengalami proses pengolahan terlebih dahulu, pengolahan makanan yang disajikan oleh restoran atau rumah makan yang menyajikan makanan tradisional berbahan dasar bebek adalah telah mengalami beberapa perubahan. Hal ini dapat dilihat, misalnya bebek memerlukan proses memasak selama 4 jam, tetapi dengan berkembangnya peralatan memasak proses ini dapat diminimalkan menjadi 2 jam[2][4].

Dimana salah satunya dalam proses perebusan daging bebek dengan menggunakan panci presto dengan tekanan tinggi sehingga daging yang akan diolah akan lebih cepat empuk (matang). Berikut ini tahapan proses pembuatan berbagai jenis bebek, baik itu jenis bebek yang tradisional maupun yang telah ditransformasi.



Gambar 2.3 Cara Pengolahan Bebek Betutu Tradisional dan Bebek Betutu Transformasi Bali

6.6.5. Kualitas Aroma dan Rasa Makanan

Wisatawan yang berkunjung ke kawasan wisata Ubud akan menikmati wisata kuliner yang ada di desa Ubud. Kuliner yang terkenal dari desa Ubud salah satunya adalah bebek. Makanan ini sebelum ditransformasi, penyajiannya yang sederhana dan rasanya yang cenderung pedas. Dari hasil observasi dan wawancara dengan beberapa wisatawan, kalau wisatawan mancanegara mengatakan bahwa makanan yang biasanya mereka makan adalah dengan rasa yang lembut dan tidak pedas. Sedangkan untuk wisatawan domestik mengatakan bahwa makanan yang mereka makan biasanya cenderung manis Khususnya wisatawan domestik dari Jawa dan Wisatawan domestik yang lainnya ada yang suka tidak pedas dan ada juga yang suka pedas lebih-lebih untuk kalangan anak muda[2][4].

Untuk memenuhi selera wisatawan/pelanggan yang beragam, pengelola restoran atau rumah makan di Desa Ubud melakukan beberapa transformasi rasa pada makanan tradisional berbahan dasar bebek, seperti bebek pada makanan

tradisional yang biasanya disajikan pedas untuk memenuhi selera para wisatawan maka bebek betutu yang disajikan oleh restoran atau rumah makan yang ada di Desa Ubud sudah mengalami perubahan dan telah disesuaikan dengan keinginan konsumen menjadi tidak pedas, dan rasa agak manis, dengan mengurangi dalam penggunaan cabe untuk mengurangi rasa pedas serta dengan menambah gula khususnya gula Bali yang akan memberikan ciri khas pada makanan yang akan kita sajikan. Untuk mendapatkan rasa yang enak, agak manis, bahan makanan dan bumbu juga sangat diperhatikan. dimana bumbu yang dipakai sangat diperhatikan dari kualitas serta dalam proses pembuatan bumbu[2][4].

6.6.7. Gambar Hidangan Bebek Betutu Tradisional Bali

Penyajian makanan secara tradisional digunakan sebagai acuan dalam menetapkan pola penyajian dan pelayanan hidangan yang digunakan pada restoran atau rumah makan yang ada di Ubud, mengingat setiap wisatawan memiliki budaya makan yang berbeda. maka restoran atau rumah makan di Desa Ubud tetap menonjolkan penyajian makanan dengan nuansa Bali, yaitu dengan mentransformasi cara penyajian *Rsi Bujana* dan *Megibung*. Penyajian makanan tradisional yang dahulu tanpa memperhatikan penampilan, makanan disajikan dengan cara dicampur begitu saja dalam sebuah piring, akan tetapi sesuai dengan perkembangan untuk menarik konsumen maka restoran atau rumah makan di Desa Ubud sangat memperhatikan penyajian menu makanan yang disajikan kepada konsumen dengan mematuhi standar sanitasi, hegiene, dan safety makanan[2][3]. Hal ini dapat dilihat perbandingan antara makanan tradisional yang dulu disajikan begitu saja lihat gambar 2.4:



Gambar 2.4 Penataan dan Penyajian Bebek Betutu Tradisional dan Bebek Betutu Transformasi Bali

Makna Transformasi Makanan Tradisional Bali Berbahan Dasar Bebek

a. Makna Ekonomi

Pariwisata dapat berkembang di suatu daerah apabila kegiatan pariwisata menyumbangkan kontribusi positif pada perekonomian penduduk setempat[2][3]. Dalam membahas makna ekonomi yang didapat dari gastronomi pada tradisi *Ulihan* tidak dapat dilepaskan dari proses komodifikasi. Kata komodifikasi menggambarkan nilai ekonomi untuk sesuatu yang sebelumnya tidak mempunyai nilai dari sudut pandang ekonomi yang kadang-kadang digunakan untuk menggambarkan transformasi pasar untuk produk yang unik, produk bermerek berdasarkan produk yang tidak terdeferensiasikan. Lebih lanjut ditambahkan bahwa komodifikasi produk adalah fakta bahwa mereka (produk itu) pertama kali diproduksi agar dipertukarkan demi keuntungan. Komodifikasi memiliki makna yang luas dan tidak hanya menyangkut masalah produksi komoditas tentang barang dan jasa yang diperjual belikan. Permasalahannya bagaimana barang dan jasa tersebut didistribusikan dan dikonsumsi juga termasuk di dalamnya[2][3].

Makna ekonomi didapat dengan mengemas kegiatan persiapan bahan, pengolahan bahan makanan menjadi makanan yang siap untuk dinikmati dan menyajikannya atau mengemas menjadi sebuah cerita dan kegiatan yang menarik dan

memungkinkan wisatawan untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan persiapan bahan ini sehingga menjadi sesuatu yang dapat dilihat (*something to see*), dilakukan (*something to do*), dan dibeli (*something to buy*) yang merupakan syarat sebuah daya tarik wisata[2][3].

b. Makna Sosial

Pariwisata merupakan kegiatan yang secara langsung menyentuh dan melibatkan masyarakat[2][3]. keikutsertaan penduduk dalam memberikan kontribusi pariwisata berupa penyediaan sarana pariwisata atau sebagai tenaga kerja di bidangnya yang berhubungan dengan fasilitas pariwisata seperti pemandu wisata, karyawan hotel, villa dan restoran, serta jenis pelayanan lain. Sehubungan dengan makna ekonomi yang didapat berupa peningkatan ekonomi dari keterlibatan masyarakat ini maka secara otomatis derajat sosial merekapun akan meningkat. Perubahan derajat sosial ini berpengaruh terhadap tatanan sosial kemasyarakatan, dimana semua anggota masyarakat diperlukan sama tanpa memandang garis keturunan, kasta dan sebagainya[2][3].

Dari sisi wisatawan makna sosial yang didapat berupa sarana untuk meningkatkan status atau derajat sosial serta sebagai sarana *social interaction* untuk dapat melakukan interaksi sosial dengan teman sejawat atau dengan masyarakat local yang dikunjungi. Seperti yang dikemukakan wisatawan memilih daerah tujuan wisata tertentu untuk memenuhi kebutuhan dan keinginannya (*need and wants*). Kebutuhan biologis terhadap asupan gizi penduduk mengenai makanan dan minuman yang belum pernah dinikmati di negara asal wisatawan tersebut dapat menjadi sebuah kebanggaan yang dapat diceritakan kepada teman sejawat, tetangga, dan kerabat sebagai sarana untuk meningkatkan status sosial di lingkungan asal wisatawan tersebut[2][3].

Jadi makna sosial yang didapat dari transformasi makanan tradisional Bali di Desa Wisata Ubud dari segi antar masyarakat dapat berupa keterkaitan antar anggota masyarakat, kelembagaan sosial, dan ritme kehidupan sosial masyarakat.

c. Makna Etika dan Estetika

Sebagaimana diungkapkan bahwa hidangan/makanan diibaratkan sebuah lukisan dan piring tempat menyajikannya merupakan bingkainya. Akan tetapi ini bukanlah berarti diperlukannya banyak waktu dalam mengatur makanan di atas piring sebagaimana halnya seorang pelukis membuat karya-karyanya, risiko yang tidak baik akan terjadi apabila makanan yang disajikan dalam keadaan tidak segar (*fresh*)[2][3].. Dalam mempresentasikan makanan harus juga diperhatikan hal-hal sebagai berikut yaitu; *Balance* (keseimbangan antara besar piring, makanan utama, saus dan hidangan penyerta/hiasan), *Colours* (warna antara makanan utama, suasana dan penyerta/hiasan sebaiknya lebih dari satu agar tidak kelihatan monoton), *Shapes* (bentuk makanan yang terdiri dari beberapa macam lebih menarik sebagaimana juga warnanya), *Texture* (walaupun tekstur makanan tidak tampak dengan jelas dan hanya dapat dibuktikan dengan sentuhan, sangat perlu juga untuk memperhatikan agar tidak menghidangkan makanan yang semuanya bertekstur lembut), *Flavour* (aroma makanan yang bervariasi di dalam satu piring akan membuat makanan lebih menarik)[2][3].

6.7. Sate Babi

6.7.1. Pengertian Sate Babi

Sate Babi adalah makanan tradisi bali yang berbahan daging babi, dan dipadukan dengan berbagai racikan bumbu serta cara pengolahan yang sistematis, dan memerlukan peralatan bahan baku lokal, serta dipadukan dengan variasi bumbu, untuk mendapatkan cita rasa yang berbeda, dan enak dirasakan, sehingga dapat menarik peminat kuliner, lokal, domestik dan

mananegara, untuk meningkatkan produksi, pendapatan dan laba bagi usaha bisnis kuliner[2][4].

6.7.2. Standar Pembuatan Berbagai Jenis Menu Sate Babi di Desa Wisata Baha Kabupaten Badung Bali

Sate adalah makanan asli Indonesia, yang juga populer di seluruh dunia. Dengan makanan tradisional sate inilah makanan Indonesia khususnya Bali bisa menjadi kiblat kuliner di tingkat internasional. Karena keunikan rasa, aroma, tekstur serta keanekaragaman jenis sate. Ada banyak jenis sate yang terkenal di nusantara, namun sate tetap dapat dibuat kreasi yang baru dan mempunyai cita rasa yang lebih baik[2][4]. Dari hasil observasi dan wawancara, berikut ini beberapa jenis sate babi yang terdapat di rumah makan Desa Wisata Baha Kabupaten Badung dengan menggunakan metode atau proses pengolahannya dengan cara yang berbeda antara lain dari teknik memasaknya maupun dari bahan dasar bumbunya[2][4].

1) Standar Penyajian Sate Babi Bumbu Kacang



Gambar 3.1 Menu Sate Babi Bumbu Kacang Desa Baha Badung Bali

Standar Bahan:

- 1). 1000 gram daging babi, potong dadu
- 2). 200 gram kecap manis

- 3). 80 gram minyak goreng
- 4). 150 gram kacang tanah goreng, haluskan
- 5). 60 gram cabe merah besar, haluskan
- 6). 200 gram kecap manis, untuk bahan saus
- 7). 10 gram garam
- 8). 5 gram merica putih

Cara Membuat:

- 1). Cuci bersih daging babi dan tiriskan hingga kering.
- 2). Saus kacang: masak kacang tanah, cabe merah dan air secukupnya, setelah mendidih dan mengental, tambahkan kecap manis, garam, dan merica bubuk, aduk rata.
- 3). Ambil tusukan sate, tusuk 3-5 potong, olesi dengan kecap, panggang diatas bara api hingga setengah matang. Angkat, celupkan ke dalam bumbu sate dan panggang kembali hingga matang dan berwarna kecoklatan, angkat.
- 4). Sajikan sate dengan bumbu kacang, lengkapi dengan irisan bawang merah dan cabe rawit atau bumbu kecap[2][4].

2) Standar Penyajian Sate Babi Sambel Matah



Gambar 3.2 Menu Sate Babi Sambel Matah Desa Baha Badung Bali

Standar Bahan:

- 1). 1000 gram daging babi, potong dadu
- 2). 200 gram kecap manis
- 3). 60 gram bawang merah, cincang kasar
- 4). 50 gram bawang putih, cincang kasar
- 5). 100 gram cabe rawit merah, cincang kasar
- 6). 60 gram cabe keriting, cincang kasar
- 7). 40 gram daun sere, iris tipis
- 8). 5 gram terasi, hancurkan
- 9). 100 gram minyak kelapa
- 10). 5 gram jeruk limo
- 11). 10 gram garam

Cara Membuat:

- 1). Tusuk daging babi lalu olesi dengan kecap manis, panggang sampai sate babi matang.

- 2). Sambel matah: Campur jadi satu seluruh bahan kecuali minyak goreng, dengan mengecek rasa sambel matah dan garam serta air jeruk limo. Dengan memanaskan minyak goreng lalu menuangkan ke dalam campuran sambel matah, aduk rata.
- 3). Sate sambel matah siap disajikan dengan hiasan bawang goreng maupun irisan cabe merah[2][4].

3) Standar Penyajian Sate Babi Bumbu Rujak



Gambar 3.3. Menu Sate Babi Bumbu Rujak Desa Baha Badung Bali

Standar Bahan:

- 1). 1000 gram daging babi, potong dadu
- 2). 120 gram kecap manis
- 3). 150 gram santan kental
- 4). 40 gram air asam
- 5). 4 gram daun jeruk
- 6). 40 gram sere, memarkan
- 7). 40 gram jahe, memarkan
- 8). 120 gram cabe merah besar
- 9). 80 gram cabe rawit merah

- 10). 60 gram bawang merah
- 11). 40 gram bawang putih
- 12). 5 gram terasi
- 13). 120 gram gula merah sisir
- 14). 10 gram garam
- 15). 5 gram merica

Cara Membuat:

- 1). Bumbu rujak haluskan: cabe, bawang, terasi, gula merah, garam dan merica.
- 2). Masak bumbu halus bersama kecap, santan, air asam, daun jeruk, sere dan jahe hingga mendidih dan mengental, angkat.
- 3). Masukkan potongan daging babi, diamkan selam 30 menit hingga bumbu meresap.
- 4). Ambil tusukan sate, lalu tusuk 3-5 potong daging.
- 5). Siapkan bara api dan panggang hingga matang dan berwarna kecoklatan. Sajikan[2][4].

4) Standar Penyajian Sate Babi Bumbu Kencur



Gambar 3.4 Menu Sate Babi Bumbu Kencur Desa Baha Badung Bali

Standar Bahan:

- 1). 1000 gram daging babi, potong dadu
- 2). 3 gram daun jeruk
- 3). 8 gram daun sere, memarkan
- 4). 30 gram jahe, memarkan
- 5). 30 gram lengkuas, memarkan
- 6). 120 gram minyak goreng

bumbu Halus:

- 1). 60 gram bawang merah
- 2). 40 gram bawang putih
- 3). 20 gram kencur
- 4). 40 gram kunyit
- 5). 10 gram terasi
- 6). 10 gram garam
- 7). 5 gram merica

Saus Kacang:

- 1). 3 gram daun jeruk
- 2). 200 gram air
- 3). 150 gram kecap manis

Bumbu Halus saus kacang

- 1). 300 gram kacang tanah, goreng
- 2). 50 gram cabe merah besar
- 3). 60 gram bawang merah
- 4). 40 gram bawang putih
- 5). 10 gram terasi

- 6). 10 gram garam
- 7). 5 gram merica

Cara Membuat:

- 1). Panaskan minyak goreng, tumis bumbu halus bersama daun jeruk, sere, jahe, dan lengkuas sampai harum, lalu diangkat.
- 2). Lumuri potongan daging dengan bumbu, dan diamkan selam 30 menit hingga bumbu meresap.
- 3). Saus kacang: masak bumbu halus bersama daun jeruk, air, dan kecap hingga mendidih dan mengental, angkat.
- 4). Dengan mengambil tusukan sate, tusuk 3-5 potong daging. Panggang diatas bara api hingga matang dan berwarna kecoklatan.
- 5). Sajikan sate dengan saus kacang[2][4].

5) Standar Penyajian Sate Babi Bumbu Kemiri



Gambar 3.5. Menu Sate Babi Bumbu Kemiri Desa Baha Badung Bali

Standar Bahan:

- 1). 1000 gram daging babi, potong dadu
- 2). 20 gram batang daun sere, memarkan
- 3). 80 gram minyak goreng

Bumbu Halus:

- 1). 70 gram bawang merah
- 2). 60 gram bawang putih
- 3). 20 gram ketumbar, sangrai
- 4). 10 gram jintan, sangrai
- 5). 10 gram kemiri, sangrai
- 6). 20 gram kunyit, bakar

- 7). 15 gram garam

- 8). 60 gram gula pasir

Bumbu Sate Dihaluskan:

- 1). 80 gram cabe merah besar
- 2). 40 gram cabe rawit merah
- 3). 300 gram kacang tanah, goreng
- 4). 10 gram garam
- 5). 400 gram air

Cara Membuat:

- 1). Panaskan minyak sayur, tumis bumbu yang dihaluskan dan sere hingga harum, angkat. Masukkan daging, diamkan selama 1 jam hingga bumbu meresap.
- 2). Ambil satu tusukan sate, tusuk 4-5 potong daging, panggang diatas bara api hingga matang dan berwarna kecoklatan, angkat.

- 3). Bumbu sate: masak bumbu yang dihaluskan hingga mendidih, tambahkan irisan belimbing sayur, masak sebentar, angkat.
- 4). Sajikan sate dengan bumbu, tambahkan kecap manis secukupnya.

6). Standar Penyajian Sate Babi Bumbu Ketumbar



Gambar 3.6 Menu Sate Babi Bumbu Ketumbar Desa Baha
Badung Bali

Standar Bahan:

- 1). 1000 gram daging babi, potong dadu
- 2). 100 gram kecap manis
- 3). 60 gram madu
- 4). 20 gram air asam
- 5). 80 gram minyak goreng
- 6). 3 gram daun jeruk

Bumbu Halus:

- 1). 60 gram bawang merah
- 2). 40 gram bawang putih
- 3). 20 gram ketumbar, sangrai

- 4). 10 gram jintan, sangrai
- 5). 20 gram jahe
- 6). 8 gram garam
- 7). 5 gram merica

SambelKecap:

- 1). 20 gram cabe rawit, iris
- 2). 50 gram bawang merah, iris
- 3). 2 gram daun jeruk, iris
- 4). 40 gram tomat, iris
- 5). 100 gram kecap manis

Cara Membuat:

- 1). Panaskan minyak goreng, tumis bumbu halus bersama daun jeruk hingga harum. Masukkan madu, kecap manis, dan air asam, aduk rata, setelah mengering angkat.
- 2). Lumuri irisan daging dengan bumbu, diamkan selama 1 jam hingga bumbu meresap.
- 3). Tusuk potongan daging dengan tusukan sate, satu tusukan 3-5 potong daging, panggang di atas bara api hingga matang dan berwarna kecoklatan.
- 4). Sajikan sate dengan sambel kecap[2][4].

6.8 Penutup

Sebagai usaha bisnis kuliner yang ada kebanyakan, memiliki peluang yang sangat menjanjikan, di Era New Normal, namun tidak terlepas dari keinginan bekerja keras, karena banyak para pesaing bisnis kuliner dewasa ini yang memiliki minat untuk membuka usahanya, ditempat-tempat obyek wisata, dan di keramaian kota-kota besar yang ada di Bali dan Indonesia, namun untuk memenuhi kebutuhan dan keinginan pelanggan

tidaklah mudah, disini diperlukan, inovasi dan kreativitas yang tinggi dalam mewujudkan makanan yang memiliki cita rasa yang enak, memenuhi standar gizi, dan dapat menjamin keamanan makanan seperti hegiene, sanitasi dan *safety food* yang betul-betul memenuhi standar kesehatan sesuai dengan yang telah ditetapkan Depatemen kesehatan Republik Indonesia.

Untuk menarik minat pelanggan tidak jarang bagi pengusaha bisnis kuliner menciptakan ide variasi makanan yang dapat menjaring berbagai perbedaan umur, seperti kegemaran masakan untuk anak-ana, Remaja, orang dewasa, orang tua, karena karakter pelanggan yang betul-betul berbeda dengan keinginan yang berbeda pula.

Dan tidaklah cukup sampai disana, akan tetapi memerlukan perencanaan yang matang mulai dari persiapan lokasi, Sarana dan prasarana, tempat parkir, pemandangan yang indah, serta sistem pelayanan yang ramah, menjadikan daya tarik tersendiri.

Disamping produk yang berstandar kualitas baik, harga juga menjadi pertimbangan bagi pelanggan, lebih-lebih dijamin digital pemasaran dan distribusi makanan juga menjadi tren demasa ini seperti pemasaran online, Gofood, dan Gojek.

Dan harapan kedepan bagi pengusaha bisnis kuliner adalah, selalu menciptakan dan menyediakan variasi menu yang menarik, lewat online istegram, FB dan yang lainnya, variasi masakan dan cita rasa enak yang menarik, serta pelayanan yang ramah dan menarik, jangkauan transportasi mudah dan *price* cukup menarik, sehingga, dapat meningkatkan hasil produk, dan penjualan serta laba yang optimal.

7

Bab

Pembelian, Produksi Dan Sanitasi

7.1 Pengantar

Banyak bisnis membutuhkan bahan baku untuk menghasilkan produknya atau membantu menyediakan layanannya. Sumber bahan-bahan ini dari pemasok gunanya adalah untuk membantu mempertahankan produksi yang stabil. Namun, ada banyak faktor yang perlu dipertimbangkan ketika berkaitan dengan pengadaan bahan baku.

Rantai pasokan berkembang dan berubah seiring pertumbuhan bisnis dan lebih banyak material yang dibutuhkan. Ada berbagai cara pengadaan bahan, dan metode yang paling cocok akan tergantung pada jenis produk atau jasa yang ditawarkan. Bisnis perlu menemukan pemasok yang bereputasi dan dapat diandalkan yang dapat menyediakan bahan-bahan yang diperlukan tepat waktu dan dengan biaya yang wajar (Kushner, 2022).

Pemasok memainkan peran penting dalam sektor industri makanan. Kualitas produk akhir ditentukan oleh banyak faktor: salah satu alat terpenting untuk memastikan kualitas bahan baku yang tinggi adalah daftar kualifikasi pemasok. Memastikan bahwa bahan baku yang masuk bebas dari bahaya adalah cara paling efektif untuk menjauhkan bahaya dari makanan dan fasilitas manufaktur. Pendekatan yang diadopsi untuk keamanan

pangan harus mencakup seluruh rantai pasokan, dimulai dengan pemasok. Memilih pemasok adalah salah satu kegiatan terpenting dalam manajemen rantai pasokan (Trafialek, 2019). Memahami setiap detail bahan baku yang digunakan sangat penting bagi perusahaan mana pun (Utab, 2022).

7.2 Pembelian

Pengadaan bahan baku pangan merupakan kebutuhan utama industri kuliner dan memegang peranan yang sangat penting dalam suatu rantai pasok. Bahan baku adalah sumber makanan yang melaluinya produksi makanan fungsional dan nutrisi dipelihara. Kriteria utama penggunaan jenis bahan baku tertentu adalah tersedianya spesifikasi yang lengkap dan akurat dari segi kualitas, keamanan dan keasliannya. Karakteristik ini mencakup informasi tentang berbagai indikator, termasuk komposisi kimia dan sifat fisikokimia, struktur, sifat sensorik, dan dalam beberapa kasus, asal-usulnya. Mengingat sebagian besar makanan fungsional dan nutrisi makanan tidak hanya diproduksi di dalam negeri tetapi juga sering dipasarkan di pasar global, penggunaan metode analisis yang diakui secara internasional adalah tepat. Bahan baku diproses di industri makanan untuk menghasilkan produk akhir berkualitas tinggi dengan tingkat keamanan yang dapat diterima. Pentingnya bahan baku makanan dalam industri makanan Semua produk makanan dimulai dengan bahan bakunya (Utab, 2022).

7.2.1 Keamanan makanan

Keamanan pangan adalah fitur kualitas yang paling penting bagi konsumen, oleh karena itu undang-undang pangan mengatur masalah ini secara rinci untuk memastikan makanan yang dibeli konsumen memenuhi harapan keamanannya. Keamanan pangan adalah jaminan bahwa pangan tidak akan merugikan konsumen pada saat disiapkan dan/atau dimakan sesuai dengan peruntukannya (*Food Hygiene Basic Texts*, 2009). Keamanan pangan sangat penting bagi konsumen dan juga

produsen. Semua produsen makanan bertanggung jawab untuk memastikan keamanan pangan (Undang-Undang-No.7-Tahun-1996, 2017). Oleh karena itu, mereka harus memperhatikan kualitas bahan baku yang digunakan dalam suatu proses produksi (Trafialek, 2019).

7.2.2 Menyeleksi *Supplier*

Setiap penjual makanan harus mengikuti proses pengadaan yang ketat untuk memastikan pemilihan bahan baku yang aman dan berkualitas tinggi. Termasuk dalam menentukan spesifikasi untuk bahan, dan melakukan pemeriksaan untuk memastikan mereka selalu mematuhi peraturan. Jika mereka tidak mematuhi, mereka harus ditolak (Trafialek, 2019). Pemilihan pemasok merupakan proses manajemen yang sangat penting dalam bisnis makanan yang membutuhkan prosedur operasional yang terstruktur dengan baik. Secara umum, ada dua metode untuk memilih pemasok: (1) "sumber tunggal" – satu pemasok dapat memenuhi semua kebutuhan pembeli dan (2) "banyak sumber" dimana untuk mengurangi resiko ketidaktersediaan bahan baku, pembeli membeli bahan baku dari beberapa pemasok (Amid et al., 2006). Bekerja sama dengan pemasok yang benar dapat mengurangi biaya dan meningkatkan daya saing (Meena et al., 2011) sehingga strategi pembelian merupakan kegiatan kritis bagi setiap perusahaan makanan (Aissaoui et al., 2007). Memilih pemasok yang dapat mengirimkan produk yang aman harus menjadi tujuan penting dari pabrik pangan (Trafialek, 2019).

7.2.3 Metode Menilai *Supplier*

Ada beberapa metode untuk memilih dan memantau pemasok. Tinjauan yang baik tentang metode yang mendukung pemilihan pemasok diwakili oleh Aissaoui et.al (2007) dan Ho et.al (2010). Berbagai metode untuk menilai pemasok disajikan dalam sejumlah penelitian. Misalnya, Ghodsypour dan O'Brien (1998) menggunakan analisis proses hierarki (*analytical hierarchy process* (AHP)) untuk memilih pemasok, menilai kriteria seperti:

biaya, kualitas, profil pemasok, dan faktor risiko. Amis et.al (2006) menggunakan suatu program untuk mengatur jumlah pesanan yang sesuai dengan pemasok tertentu dengan mempertimbangkan harga terendah dan kualitas tertinggi.

Ada kekurangan pada metode sederhana dalam menilai pemasok dalam bisnis makanan. Trafialek et.al (2019) mengusulkan metode yang berguna untuk menilai risiko efek negatif dari pemasok tertentu pada kualitas dan keamanan produk makanan jadi. Penilaian risiko didasarkan pada enam kriteria untuk setiap pemasok: jenis komoditas atau produk yang disediakan oleh pemasok, jangka waktu kerjasama dengan pemasok, sistem yang digunakan oleh pemasok untuk menjamin kualitas makanan, keamanan dan keandalan layanan, dan kinerja masa lalu dengan pemasok. sehubungan dengan pengiriman yang tertunda, pengiriman yang dibatalkan dan pengiriman yang mengajukan keluhan karena jumlah bahan baku yang tidak mencukupi. Metode tersebut dapat digunakan di perusahaan kecil dan tidak memerlukan perhitungan yang rumit atau teknik statistik yang canggih. Dengan demikian, ini bisa sangat membantu untuk usaha kecil namun memiliki keterbatasan yang sama, misalnya pengetahuan dan kesadaran karyawan.

Oleh karena itu, bagi pelaku usaha makanan kecil disarankan untuk mempertimbangkan langkah-langkah berikut saat memilih dan mempertahankan pemasok. Yang pertama adalah menentukan jenis sistem keamanan pangan yang dimiliki pemasok tertentu. Langkah kedua adalah mencari tahu apakah mereka menerima bahan baku dari sumber yang dipilih dan dapat diandalkan. Selanjutnya adalah melakukan inspeksi terhadap fasilitas pemasok sebelum memulai kerjasama dengan mereka. Semua pemasok harus memenuhi persyaratan higienis dan harus diperiksa di tempat. Hal ini penting jika mereka memasok bahan baku berisiko tinggi atau jika ada keraguan tentang sistem keamanan pangan mereka. Disarankan untuk memeriksa pemasok dari waktu ke waktu dan mencari tahu jenis

pelatihan keamanan makanan yang diberikan pemasok kepada karyawannya. Kondisi truk pengiriman dan peralatan pemasok harus diperiksa pada setiap pengiriman.

Untuk mempertahankan tingkat kualitas pengiriman yang diharapkan, produk yang dipasok harus dipantau untuk memastikan bahwa pemasok secara konsisten menyediakan produk yang diharapkan. Sangat penting untuk memantau kerjasama secara efektif dengan pemasok tertentu serta kualitas bahan baku yang dikirimkan (Trafialek, 2019).

7.2.4 Apa itu bahan baku?

Bahan baku adalah zat dan produk yang digunakan oleh produsen dan pengolah untuk membuat barang jadi (Truong, 2021). Perusahaan manufaktur makanan akan membeli bahan baku untuk membuat makanan untuk konsumsi manusia. Beberapa produsen bahan baku paling terkenal yang dibeli oleh bisnis makanan adalah sebagai berikut.

Brasil - Brasil dianggap sebagai produsen makanan besar. Mereka terkenal akan tebu, kedelai, dan daging sapi.

China - China adalah produsen, konsumen, dan importir ekspor pangan teratas, artinya mereka menjual dan membeli dari negara lain. Karena tanah negara yang kaya nutrisi dan tenaga kerja yang besar, mereka mampu menghasilkan berbagai macam beras, sayuran, dan hasil bumi. Mereka juga dikenal sebagai pemasok gandum, kacang tanah, madu, telur, dan daging.

India - India diakui mengeksport beras basmati, sayuran segar, buah, minuman beralkohol, dan makanan ringan. Mereka juga menyediakan kacang-kacangan, seperti almond dan pistachio, gula, dan jus buah. Perusahaan non-makanan juga beralih ke India untuk bahan bakar mineral, permata, logam mulia, dan obat-obatan.

Amerika Serikat - Di AS, produsen makanan tersebar luas di berbagai negara bagian, khususnya, California, Iowa, Texas, dan

Wisconsin. Negara-negara bagian ini memanen kedelai, jagung, gandum, dan kentang dan biasanya mengekspornya ke negara-negara, seperti Kanada, Meksiko, dan Cina.

7.2.5 Tipe bahan baku makanan

Pabrik makanan, pabrik pengolahan, dan restoran bergantung pada berbagai bahan baku untuk beroperasi. Berikut ini adalah jenis bahan baku yang paling umum yang diimpor atau dibeli oleh bisnis jasa makanan.

Daging, makanan laut, dan unggas

Produk, seperti daging sapi, domba, udang, dan ayam, dihasilkan dari hewan yang disembelih. Umumnya produk unggas berasal dari ayam dan kalkun. *Seafood* atau makanan laut adalah bahan makanan yang berasal dari hewan yang hidup di air laut. Ini termasuk salmon, lobster, kerang, bandeng, dan ikan hering. Terakhir, daging mencakup semua hewan lain, seperti daging sapi, babi, sapi muda, kambing, dan domba.

Perusahaan makanan menggunakan potongan daging mentah ini untuk dimasak, diproses, dan dikonsumsi. Produk daging terkenal karena memiliki kadar protein yang tinggi dan sering digunakan untuk hidangan utama. Misalnya, restoran mungkin menyiapkan potongan steak untuk pelanggan. Di sisi lain, produsen dapat membuka cangkang lobster untuk dijual dalam kemasan beku untuk penggunaan di rumah.

Biji-bijian dan kacang-kacangan

Biji-bijian dan kacang-kacangan dikenal tinggi kalori. Bahan baku tersebut dapat dikonsumsi oleh manusia secara langsung, namun biasanya akan mengalami pengolahan lebih lanjut. Umumnya, biji dihasilkan dari buah dan bunga. Misalnya, biji labu dan biji bunga matahari masing-masing berasal dari labu dan bunga matahari.

Kacang-kacangan, seperti kacang mete, almond, dan pistachio, kebanyakan berasal dari pohon. Baik biji-bijian maupun kacang-kacangan memiliki kandungan serat dan protein yang tinggi. Kacang-kacangan juga memiliki kandungan lemak yang tinggi. Biji-bijian, yang lebih populer karena serat dan karbohidratnya, berasal dari jenis rumput tertentu. Pengolah makanan akan menggunakan biji-bijian, biji-bijian, dan kacang-kacangan untuk membuat sereal, minyak, dan makanan ringan.

Buah dan sayur

Buah-buahan dan sayuran umumnya diproduksi di ladang pertanian, pohon, dan rumah kaca. Mereka dijual langsung untuk dikonsumsi dan juga bisa digunakan sebagai bahan masakan. Buah-buahan berasal dari tanaman berbunga dan seringkali manis. Bahan baku tersebut antara lain apel, beri, pisang, dan nanas.

Sayuran biasanya ditanam di ladang dan didefinisikan sebagai tanaman apa pun yang digunakan untuk makanan. Ini termasuk seledri, wortel, kentang, dan selada. Terlepas dari perbedaannya, buah dan sayuran memiliki vitamin dan mineral dalam jumlah tinggi yang bermanfaat bagi tubuh manusia.

Jamur

Jamur mengacu pada sekelompok organisme hidup yang berkembang dari bahan organik. Jamur merupakan salah satu jenis jamur yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat. Jamur tumbuh paling baik di lingkungan yang lembab, seperti di gua dan di bawah pohon. Mereka memberi konsumen serat, protein, dan antioksidan sambil memiliki kandungan kalori rendah. Jamur, khususnya, diketahui membantu mengurangi perkembangan penyakit, seperti Alzheimer, penyakit jantung, dan kanker.

Produk susu

Produk susu, seperti keju, susu, dan krim, berasal dari hewan. Namun, tidak seperti memproduksi daging mentah, produk susu tidak memerlukan penyembelihan hewan. Misalnya, susu umumnya diambil dari hewan betina, seperti sapi, kambing, dan domba. Produsen makanan akan mengimpor atau membeli produk susu untuk membuat produk makanan akhir mereka sendiri.

Sebuah pabrik panganan, misalnya, dapat menggunakan susu dan keju untuk membuat makanan penutup, seperti kue dan es krim. Di sisi lain, sebuah restoran dapat menggunakan bahan susu mentah untuk membuat makanan bagi pelanggan.

Telur

Mirip dengan produk susu, telur diproduksi tanpa penyembelihan hewan. Peternak akan mengumpulkan telur dari ayam, bebek, dan burung puyuh mereka dan menjualnya ke produsen atau langsung ke konsumen. Bahan baku ini tinggi protein dan dapat dimakan secara utuh atau digunakan sebagai bahan masakan.

7.3 Produksi

Pembuatan makanan melibatkan pencucian, pemotongan, dan penggabungan bahan untuk menghasilkan produk yang dapat dimakan. Makanan yang diproduksi harus konsisten dalam tekstur, rasa, dan penampilan. Proses produksi juga melibatkan pendispersian produk makanan ke dalam pemanasan ulang dan ukuran penyajian yang sesuai (palace-foods, 2019).

Produksi makanan, seperti namanya, adalah tentang menyiapkan makanan, di mana bahan mentah diubah menjadi produk makanan jadi untuk digunakan manusia baik di rumah maupun di industri pengolahan makanan. Prosesnya terdiri dari pendekatan ilmiah. Bagian pada produksi makanan dimulai

dengan hal-hal dasar seperti membersihkan, mengemas, memisahkan, menyortir, menyiapkan, menambahkan bahan dalam proporsi yang benar, menyajikan, dll. Produksi makanan diklasifikasikan lebih lanjut ke dalam berbagai jenis termasuk, budidaya, seleksi, pengelolaan tanaman, panen, produksi tanaman, pengawetan, pemanggangan, pasteurisasi, puding, ukiran, pemotongan, fermentasi, pengawetan, pembuatan minuman dan permen, restoran, dll (Byjus, 2022).

7.3.1 Metode produksi makanan

Ada beberapa bentuk produksi pangan yang digunakan saat ini. Namun, sementara beberapa di antaranya dapat dipraktikkan oleh juru masak di rumah, yang lain membutuhkan peralatan industri khusus. Produksi makanan dan pengolahan makanan meskipun saling terkait adalah dua istilah yang berbeda. Tetapi mereka sering tumpang tindih satu sama lain dan suatu proses dapat digunakan untuk pemrosesan dan produksi. Pengolahan makanan secara khusus mengacu pada proses yang digunakan untuk mengubah bahan mentah menjadi produk jadi yang dapat dimakan. Produksi makanan di sisi lain mengacu pada proses untuk membuat makanan siap untuk dimakan. Jadi, dapat dikatakan bahwa memasak adalah istilah yang umum digunakan untuk produksi pangan. Produksi makanan juga memasukkan langkah-langkah yang terlibat dalam menyiapkan makanan dari produk bahan makanan. Beberapa metode produksi makanan disebutkan di bawah ini (Vedantu, 2022).

- Memotong atau mengiris sayuran.
- Menyembuhkan makanan.
- Penggilingan dan pengasinan.
- Emulsifikasi.
- Fermentasi makanan.
- Fermentasi bir di industri pembuatan bir.

- Merebus, memanggang, menggoreng, memanggang, mengukus dan mencampur.
- Pasteurisasi.
- Pengolahan jus buah.
- Menghilangkan lapisan luar baik dengan mengupas dan menguliti.
- Gasifikasi minuman ringan.
- Pengawetan dan pengemasan produk makanan dengan kemasan vakum.

7.3.2 Metode pengolahan makanan lainnya

Pengawetan makanan adalah proses yang terlibat dalam pengolahan makanan yang digunakan untuk mencegah pertumbuhan jamur, bakteri, dan banyak mikroorganisme lainnya. Ini melibatkan proses memperlambat oksidasi lemak yang akan menyebabkan ketengikan. Ada beberapa metode pengawetan makanan yang dirancang khusus untuk mengawetkan makanan . Beberapa dari beberapa metode pengawetan yang dipilih dinyatakan di bawah ini:

Pengeringan

Ini adalah salah satu teknik tradisional yang digunakan untuk menguraikan produk makanan. Paparan partikel makanan ke sinar matahari untuk mengeringkannya adalah salah satu metode yang dilakukan secara alami. Proses ini akan mengakibatkan penguapan kadar air dari makanan, sehingga mencegah mikroorganisme menyerang makanan. Kelembaban dari makanan juga bisa dihilangkan dengan menggunakan udara panas

Pendinginan

Ini adalah teknik pengawetan makanan dengan memperlambat pertumbuhan mikroorganisme dan aksi enzim

yang bertanggung jawab atas pembusukan makanan. Beberapa produk makanan seperti daging, produk susu, dan ikan dapat disimpan di lemari es sehingga meningkatkan masa simpan produk.

Pembekuan

Ini adalah salah satu proses reguler yang telah digunakan di dalam negeri dan komersial untuk mengawetkan berbagai macam makanan. Pembekuan cepat mungkin memiliki efek buruk pada tekstur makanan.

Pemanasan

Mayoritas mikroorganisme dan spora dapat dihancurkan dengan menerapkan panas yang cukup untuk bahan makanan. Salah satu contoh yang dikenal termasuk merebus susu.

Pengawetan

Ini adalah proses pengawetan makanan dalam cairan yang dapat dimakan dan antimikroba. Pengawetan dapat dikategorikan menjadi dua jenis, yaitu pengawetan fermentasi dan pengawetan termal.

Dalam pengawetan fermentasi, bakteri yang ada dalam cairan menghasilkan agen organik yang akan bertindak sebagai agen pengawet. Dalam pengawetan kimia, makanan diawetkan dalam cairan yang dapat dimakan yang menghancurkan mikroorganisme dan bakteri.

7.3.3 Manfaat pengolahan makanan

Manfaat penting dari pengolahan makanan meliputi:

1. Pengolahan makanan mengurangi jumlah bakteri berbahaya dalam makanan yang dapat menyebabkan penyakit. Misalnya, pengeringan, pengawetan mengeringkan produk makanan dan mengubah pH yang mencegah pertumbuhan mikroorganisme berbahaya.

2. Meningkatkan umur simpan produk makanan.
3. Mengurangi ketidaksetaraan kesehatan dan masalah kesehatan utama.

7.3.4 Kekurangan Pengolahan Makanan

Kelemahan dari pengolahan makanan meliputi:

1. Makanan olahan mengandung bahan buatan.
2. Sejumlah besar sumber daya dihabiskan untuk membuat makanan menyenangkan bagi otak yang mengarah pada konsumsi berlebihan.
3. Makanan olahan adalah sumber gula tambahan terbesar yang sangat tidak sehat.

7.4 Dapur

Dapur adalah ruangan di rumah atau di tempat komersial yang digunakan untuk memasak dan/atau menyiapkan makanan. Tempat-tempat seperti hotel, restoran, kafe, dll memiliki dapur komersial yang lebih besar dari dapur yang kita lihat di rumah kita. Dapur komersial dilengkapi dengan lebih baik dan tampilan profesional dibandingkan dengan dapur hunian. Orang yang bertugas mengelola seluruh dapur, memasak dan staf disebut chef. Ada berbagai unit yang terlibat dalam persiapan dan memasak makanan di dapur tersebut. Unit-unit ini terlibat dengan pemilihan bahan baku untuk pembuangan limbah dapur. Umumnya, dapur komersial tunduk pada undang-undang kesehatan masyarakat. Sangat penting untuk diingat bahwa, saat menyiapkan dan memasak makanan, semua petunjuk mengenai keselamatan dan kebersihan pribadi dipatuhi. Tetapi norma-norma ini tidak boleh terbatas pada dapur komersial saja. Sebaliknya mereka harus diikuti di setiap dapur karena kesehatan dan kebersihan adalah aspek yang sangat penting terkait dengan makanan yang kita makan (Vedantu, 2022).

7.5 Sanitasi

7.5.1 Kebersihan lingkungan

Potensi sumber kontaminasi dari lingkungan harus dipertimbangkan. Secara khusus, produksi pangan primer tidak boleh dilakukan di daerah di mana keberadaan zat yang berpotensi berbahaya akan menyebabkan tingkat zat tersebut dalam makanan tidak dapat diterima (*Food Hygiene Basic Texts*, 2009).

7.5.2 Produksi sumber makanan yang higienis

Efek potensial dari kegiatan produksi pada keamanan dan kesesuaian makanan harus dipertimbangkan setiap saat. Secara khusus, ini termasuk mengidentifikasi titik-titik tertentu dalam kegiatan tersebut di mana kemungkinan besar kontaminasi mungkin ada dan mengambil tindakan khusus untuk meminimalkan kemungkinan itu.

Produsen harus sejauh mungkin menerapkan langkah-langkah untuk:

1. Mengendalikan kontaminasi dari udara, tanah, air, bahan pakan, pupuk (termasuk pupuk alami), pestisida, obat-obatan hewan atau bahan lain yang digunakan dalam produksi primer;
2. Mengendalikan kesehatan tumbuhan dan hewan agar tidak mengancam kesehatan manusia melalui konsumsi pangan, atau merugikan kelayakan produk; dan
3. Melindungi sumber makanan dari kontaminasi feses dan lainnya.

7.5.3 Penanganan, penyimpanan dan transportasi

Prosedur harus ada untuk:

1. Memilah makanan dan bahan makanan untuk memisahkan bahan yang ternyata tidak layak untuk dikonsumsi manusia;

2. Membuang bahan yang ditolak dengan cara yang higienis; dan
3. Melindungi makanan dan bahan makanan dari kontaminasi oleh hama, atau oleh kontaminan kimia, fisik atau mikrobiologis atau zat lain yang tidak diinginkan selama penanganan, penyimpanan dan pengangkutan.

Perawatan harus dilakukan untuk mencegah, sejauh dapat dilakukan secara wajar, kerusakan dan pembusukan melalui tindakan yang tepat, yang dapat mencakup pengendalian suhu, kelembaban, dan/atau pengendalian lainnya.

7.5.4 Pembersihan, pemeliharaan, dan kebersihan personel di produksi primer

Fasilitas dan prosedur yang sesuai harus tersedia untuk memastikan bahwa:

1. Setiap pembersihan dan pemeliharaan yang diperlukan dilakukan secara efektif; dan
2. Tingkat kebersihan pribadi yang tepat dipertahankan.

7.5.5 Memahami prosedur Kesehatan dan keamanan pada restoran

Untuk menjaga pelanggan tetap, restoran harus mengikuti aturan sanitasi dan kebersihan (San-J, 2021). Administrasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (*the Occupational Safety and Health Administration*, OSHA) memiliki pedoman yang ketat, seperti:

1. Pertahankan lantai yang kering dan bersih
2. Tangani makanan dengan aman
3. Menjaga keselamatan dari kebakaran
4. Pastikan kondisi kerja yang optimal
5. Terapkan batasan usia

6. Menjaga kebersihan kamar mandi
7. Memastikan staf menjaga kebersihan diri.

7.5.6 Bagaimana menjalankan restoran yang bersih

Setelah memahami standar kesehatan dan keselamatan yang ketat yang harus diikuti oleh pelaku bisnis, hal selanjutnya adalah perlu menetapkan praktik khusus untuk menjaga restoran tetap bersih dan berjalan dengan lancar sepanjang hari. Karena ada sanksi yang signifikan jika melanggar protokol keselamatan, berikut adalah berbagai cara untuk memastikan restoran tetap buka:

1. Buat lingkungan yang aman

Pertama dan terpenting, restoran perlu mendapatkan kepercayaan dan loyalitas pelanggan dengan membuat restoran terasa seperti tempat makan yang aman dan bersih. Jika terbukti bahwa staf mengambil semua tindakan pencegahan yang disarankan, pelanggan akan merasa lebih nyaman dan aman pergi ke restoran. Pemilik restoran dapat mulai memenuhi harapan keselamatan tamu dengan mengikuti berbagai pedoman kebersihan restoran, baik di dapur maupun di ruang makan.

Salah satu komponen kesehatan dan keselamatan yang paling penting adalah menjaga restoran sebersih mungkin. Untuk menjaga kebersihan restoran dan memerangi penyebaran kuman, gunakan disinfektan yang dianggap efektif membunuh bakteri dan virus. Membersihkan secara teratur dengan sabun dan air juga efektif. Selain pembersihan rutin, menyediakan alat pelindung diri (APD) yang memadai untuk pekerja sangat penting untuk menjaga keamanan dan kebersihan restoran. Pastikan restoran selalu memiliki stok APD berikut ini setiap saat:

- **Sarung tangan:** Setiap karyawan harus mengenakan sarung tangan karet sekali pakai saat menangani makanan. Pastikan siapa pun yang terlibat dalam menyiapkan makanan mentah

memakai sarung tangan dan menggantinya secara teratur. Bahkan dapat menyediakan sarung tangan antibakteri untuk karyawan yang menangani uang tunai.

- **Pembersih tangan:** Siapkan tempat untuk pembersih tangan di berbagai tempat di sekitar restoran, terutama di sebelah pintu, toilet, dan area yang sering disentuh seperti kasir.
- **Tempat cuci tangan:** Pelayan dan staf lain mungkin tidak punya waktu untuk pergi ke kamar kecil untuk mencuci tangan secara teratur. Memasang wastafel untuk cuci tangan di area pelayanan dapat meningkatkan prosedur pembersihan tangan dan melindungi pelanggan dan staf.

Ketahui bahwa beberapa jenis APD lebih baik daripada yang lain. Misalnya, pembersih tangan harus mengandung setidaknya 60% alkohol untuk membunuh kuman secara efektif, menurut. Memastikan bahwa pembersih tangan, sabun, dan sarung tangan berkualitas tinggi akan membuat restoran jauh lebih bersih dan aman.

2. Buat jadwal pembersihan

Menjaga kebersihan restoran dari belakang hingga depan akan lebih mudah jika dibuat jadwal pembersihan. Atur karyawan untuk menjaga ruang yang sehat bagi pelanggan yang mengikuti standar kebersihan restoran. Restoran dapat membagi jadwal pembersihan berdasarkan tugas yang perlu diulang sepanjang hari hingga tugas yang dapat dilakukan setiap hari atau setiap minggu:

- **Berulang kali:** Staf harus berulang kali membersihkan permukaan di dapur yang bersentuhan langsung dengan makanan, seperti meja. Bersihkan meja dan kursi setelah setiap pengunjung untuk membantu mempromosikan lingkungan yang sehat. Cuci dan sterilkan peralatan masak dan makan, piring dan peralatan kecil lainnya seperti blender setelah digunakan. Mereka juga harus membersihkan

permukaan lalu lintas tinggi seperti pagar dan gagang pintu atau kenop sepanjang hari. Atur staf secara teratur memeriksa kamar mandi, juga, untuk membersihkannya dan menyimpan persediaan sesuai kebutuhan.

- **Setiap hari:** Menyapu, mengepel, atau menyedot debu lantai di penghujung hari untuk membersihkan remah-remah dan menjaga kebersihan restoran. Bersihkan permukaan seperti konter *takeout* yang tidak banyak kontak seperti meja makan. Untuk menjaga penampilan bersih di seluruh ruangan, jendela dan kaca juga harus dibersihkan setidaknya sekali sehari. Jendela bersih berkilau menunjukkan kepada pelanggan bahwa restoran berupaya menjaga semuanya tetap bersih. Membersihkan kamar mandi setiap hari juga akan memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi pelanggan di restoran.
- **Mingguan:** Sterilkan unit memasak seperti kompor, oven, dan penggorengan setidaknya setiap minggu atau lebih sering jika diperlukan. Pembersihan rutin, seperti membersihkan dinding, sudut, perlengkapan lampu, dan dekorasi di ruang makan, untuk membantu menjaga kebersihannya juga dapat dilakukan.

Pencucian kain yang digunakan untuk mengelap meja dan permukaan juga harus menjadi bagian dalam jadwal pembersihan. Pastikan juga untuk memeriksa persediaan secara teratur, dan tetap menimbun segala sesuatu mulai dari larutan sanitasi hingga persediaan kertas.

3. ikuti pedoman keamanan pangan

Salah satu bagian terpenting dalam menjalankan restoran yang sehat dan bersih adalah menjaga praktik keamanan pangan. Pastikan pelanggan mengonsumsi makanan yang aman dan sehat untuk menghindari penyebaran penyakit apa pun. Prosedur keamanan makanan dapat mencakup langkah-langkah seperti:

- **Mendorong staf dapur untuk mencuci tangan:** Siapa pun yang bekerja dengan makanan harus mencuci tangan sebelum, selama, dan setelah persiapan, terutama saat bekerja dengan daging mentah atau telur. Pelayan juga harus mencuci tangan mereka secara teratur, terutama setelah membersihkan piring, menggunakan kamar kecil atau membuang sampah.
- **Mencuci peralatan dan permukaan persiapan:** Ingatlah untuk menjaga talenan, pisau, dan peralatan serta permukaan persiapan makanan lainnya tetap bersih saat memasak.
- **Memisahkan peralatan dan permukaan persiapan untuk daging mentah:** Memiliki talenan dan set peralatan khusus untuk daging mentah untuk membantu mencegah kontaminasi silang. Beri label ini dan pisahkan dari alat persiapan yang digunakan untuk produk.
- **Mencuci makanan dengan benar:** Staf dapur harus mencuci dan membersihkan produk dengan air mengalir dan terkadang dengan sikat dan produk pembersih. Hindari mencuci daging, karena air dapat menyebarkan bakteri di sekitar dapur.
- **Memasak makanan dengan suhu yang tepat:** Pastikan staf memasak mengikuti pedoman suhu makanan dengan menyediakan berbagai termometer untuk digunakan, yang harus bersihkan secara teratur. Tempelkan panduan suhu di dapur agar mudah dirujuk oleh staf saat mereka menyiapkan makanan.

Buat jadwal pembersihan rutin untuk memastikan restoran disanitasi dan didesinfeksi secara teratur. Pastikan untuk memberikan perhatian ekstra pada permukaan apa pun yang disentuh pelanggan, seperti pintu, sakelar lampu, dan tempat minuman. Jika staf internal tidak siap untuk mengikuti pembersihan ini, pertimbangkan untuk menjadwalkan pembersihan harian oleh layanan disinfektan profesional.

4. Promosikan solusi makan tanpa sentuh

Meminimalkan kontak orang ke orang adalah kunci untuk kesehatan dan keselamatan restoran. Restoran di seluruh dunia telah mengembangkan solusi inovatif untuk menghindari interaksi langsung dengan pelanggan dan karyawan yang dapat meningkatkan penyebaran kuman.

Berikut adalah tiga solusi bersantap tanpa sentuhan teratas yang perlu dipertimbangkan untuk diterapkan di restoran:

- **Pembayaran seluler:** Pembayaran seluler sangat ideal untuk menjaga kebersihan tangan karena memungkinkan pelanggan menyelesaikan transaksi hanya dengan memindai layar perangkat seluler mereka. Metode pembayaran tanpa kontak ini menghilangkan kebutuhan pelanggan dan pekerja untuk menukar barang-barang yang berpotensi mengandung kuman seperti uang tunai, kartu, atau uang kembalian.
- **Menu digital:** Menawarkan menu digital alih-alih menu fisik tradisional juga akan melindungi kesehatan dan kebersihan tangan dengan mengurangi jumlah benda yang dibagikan di antara pelanggan. Beralih ke menu digital juga akan menghemat staf dari keharusan untuk sering membersihkan menu yang dilaminasi. Mengedit atau memperbarui menu menjadi lebih mudah dan terjangkau.
- **Penjemputan dan pengantaran tanpa sentuh:** Sebagai bagian dari layanan bawa pulang, restoran dapat menyertakan opsi tanpa sentuh seperti titik penjemputan di tepi jalan dan pengantaran di depan pintu. Menyiapkan stan penjemputan di dekat restoran yang memungkinkan pelanggan mengambil pesanan mereka dan pergi setelahnya, akan menghilangkan kebutuhan untuk berinteraksi dengan seorang karyawan. Selain itu, membiarkan pelanggan membayar di muka untuk pesanan pengiriman mereka secara *online* atau di aplikasi seluler berarti pengiriman mereka dapat ditinggalkan di pintu alih-

alih diserahkan oleh karyawan restoran. Itu membebaskan waktu staf untuk fokus pada langkah-langkah kebersihan di dalam restoran.

8

Bab

Standar Gizi

8.1 Pendahuluan

Kuliner adalah perpaduan antara ilmu dan seni, sehingga dalam penyelenggaraannya dibutuhkan pengetahuan yang terkait dengan ilmu gizi, ilmu bahan makanan, alat – alat penyelenggaraan makanan (pengetahuan tentang peralatan dalam penyelenggaraan makanan), dan keterampilan seni memasak yang dimulai dari bagaimana membaca resep, mempraktek resep dan membuat pengembangan resep. Selain itu, kuliner juga didefinisikan sebagai suatu seni dalam mengolah bahan makanan yang dimulai dari proses pemilihan bahan makanan, proses penyimpanan bahan makanan, proses persiapan, proses pengolahan/pemasakan, proses penyajian makanan, dan proses distribusi makanan.

Gizi berasal dari bahasa Arab “*ghidza*” yang berarti makanan. Gizi merupakan suatu proses organisme yang menggunakan makanan untuk dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat – zat yang tidak digunakan. Adapun tujuan gizi adalah untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ – organ, dan menghasilkan energi. Sehingga Gizi Kuliner merupakan perpaduan antara ilmu pengetahuan dan seni yaitu ilmu gizi dan ilmu bahan makanan serta seni mengolah bahan makanan yang dapat menghasilkan suatu hidangan siap santap yang lezat,

sehat, bergizi, dan menarik sehingga dapat menggugah selera makan.

Ilmu Gizi adalah suatu ilmu yang mempelajari segala sesuatu tentang makanan dan hubungannya dengan tubuh manusia, antara lain mempelajari tentang zat – zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh manusia, terdapat pada tiap bahan makanan dan fungsinya bagi tubuh manusia, akibat apabila kelebihan dan kekurangan zat – zat gizi serta penanggulangannya. Ilmu bahan makanan merupakan ilmu yang mempelajari macam bahan makanan, sifat bahan makanan, asal bahan makanan, komposisi kimia zat – zat gizi dan keadaan bahan makanan. Pengetahuan alat penyelenggaraan makanan merupakan suatu ilmu yang mempelajari tentang alat – alat, khususnya alat atau barang yang digunakan untuk menjalankan kegiatan gizi kuliner.

Dalam kuliner makanan dan minuman menjadi titik point/kunci dalam pelaksanaannya. Dimana makanan dan minuman merupakan suatu kebutuhan langsung yang berhubungan dengan manusia. Oleh karena itu, berbagai pengetahuan tentang makanan dan minuman penting untuk diketahui dalam penetapan standar gizi pada penyelenggaraan kuliner. Standar Gizi Kuliner merupakan acuan yang digunakan dalam penyelenggaraan makanan dibidang kuliner agar dapat memudahkan dalam proses perencanaan dan menghasilkan makanan yang tidak hanya memiliki rasa yang lezat, namun juga menghasilkan makanan yang berkualitas dari aspek kesehatan, kandungan gizi, dan keamanan. Pemahaman mengenai standar gizi kuliner akan memberikan dasar yang kokoh tentang seni dalam mengolah bahan makanan sehingga dapat menghasilkan makanan yang siap untuk disantap baik dari segi kualitas maupun kuantitas serta aman untuk dikonsumsi.

Secara umum, penerapan standar gizi kuliner bertujuan agar kegiatan dalam pengolahan bahan makanan yang dilakukan

dapat menghasilkan hidangan yang lezat, sesuai dengan gizi seimbang, memiliki tampilan yang menarik, dan sesuai dengan biaya yang dimiliki konsumen. Adapun tujuan khusus dari penerapan standar gizi kuliner yaitu, dapat menghidangkan makanan yang sehat sesuai dengan aturan gizi seimbang dengan teknik pengolahan yang tepat, dapat menyajikan makanan yang menarik dengan menggunakan berbagai teknik, dan dapat membuat masakan baru dengan melakukan modifikasi resep masakan yang ada dengan rasa, teknik, serta tambahan bahan makanan yang berbeda dari resep sebelumnya. Selain itu, makanan yang dihidangkan harus sesuai juga dengan kebutuhan gizi dari konsumen yang mengkonsumsinya serta dalam prosesnya sesuai dengan pelaksanaan penyelenggaraan makanan.

8.2 Pedoman Gizi Seimbang

Pola makan merupakan suatu perilaku yang paling penting dan dapat mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Keadaan gizi yang baik akan dapat meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat, dimana pola makan yang baik berpedoman pada gizi seimbang. Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari – hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan gizi. Gizi seimbang juga memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka untuk mempertahankan berat badan normal, sehingga dapat mencegah permasalahan gizi.

Berdasarkan peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang, Pedoman Gizi Seimbang (PGS) merupakan panduan pola hidup sehat dengan gizi seimbang. Gizi seimbang didasarkan oleh prinsip 4 pilar, yaitu mengonsumsi pangan beraneka ragam, membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat, mempertahankan dan memantau

berat badan normal dan melakukan aktivitas fisik, serta menjaga kebersihan.



Gambar 8.1 Prinsip Gizi Seimbang

(<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/apa-saja-4-pilar-utama-dalam-prinsip-gizi-seimbang>)

Prinsip Gizi Seimbang terdiri atas 4 (empat) Pilar yang merupakan suatu rangkaian upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang masuk dan zat gizi yang keluar dengan cara memonitor berat badan secara teratur. Dalam Tumpeng Gizi Seimbang ada 4 lapis berurutan dari bawah ke atas, dan semakin ke atas semakin kecil. Empat pilar tersebut yaitu :

1. Mengonsumsi makanan beragam

Mengonsumsi makanan yang beragam selain dari keanekaragaman jenis pangan juga termasuk di dalamnya adalah proporsi makanan yang dikonsumsi harus seimbang, dalam jumlah yang cukup, tidak berlebihan dan dilakukan secara teratur. Dimana kita ketahui bahwa, tidak ada satupun jenis makanan yang dikonsumsi mengandung semua jenis zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Hal ini tidak berlaku untuk Air Susu Ibu (ASI) yang dikonsumsi oleh bayi usia 0 – 6 bulan. Ini karena ASI merupakan makanan tunggal yang sempurna, dimana ASI dapat mencukupi kebutuhan bayi untuk tumbuh dan berkembang dengan optimal serta sesuai dengan kondisi

fisiologis pencernaan dan fungsi lainnya dalam tubuh. Misalnya, apabila kita hanya mengonsumsi nasi yang merupakan sumber energi utama, namun rendah kandungan vitamin dan mineral. Sehingga dalam satu kali konsumsi perlu digabungkan dengan sumber pangan lain seperti lauk – pauk, sayuran, buah – buahan, dan minuman. Hal ini karena kualitas atau mutu gizi dan kelengkapan zat gizi dipengaruhi oleh keragaman jenis pangan yang dikonsumsi. Anjuran pola makan selain memperhatikan keragaman juga menekankan pada proporsi setiap kelompok pangan sesuai dengan kebutuhan. Misalnya, untuk saat ini dianjurkan lebih banyak mengonsumsi sayuran dan buah – buahan dibandingkan dengan jenis pangan lainnya. Konsumsi makanan yang mengandung gula, garam dan lemak juga dibatasi untuk menghindari peningkatan berbagai resiko penyakit tidak menular, seperti Diabetes Mellitus, Hipertensi, Kolesterol, dan Gangguan Ginjal. Selain itu, konsumsi air dalam jumlah yang cukup juga menjadi perhatian dalam penerapan komponen gizi seimbang. Dimana, konsumsi air dalam jumlah yang cukup dapat membantu dalam proses metabolisme dan mencegah terjadinya dehidrasi.



Gambar 8.2 Tumpeng Gizi Seimbang

(<https://kesmas.kemkes.go.id/konten/144/0/tumpeng-gizi-seimbang-dan-10-pesan-gizi-seimbang>)

2. Membiasakan perilaku hidup bersih

Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang secara langsung yaitu penyakit infeksi. Dimana, penyakit infeksi akan dapat menyebabkan penurunan nafsu makan sehingga jumlah dan jenis zat gizi yang masuk ke dalam tubuh akan berkurang. Sebaliknya pada keadaan infeksi, tubuh membutuhkan zat gizi yang lebih banyak untuk memenuhi peningkatan metabolisme pada orang yang menderita infeksi terutama apabila disertai panas. Pada orang yang menderita penyakit diare, berarti mengalami kehilangan zat gizi dan cairan secara langsung akan memperburuk kondisinya. Demikian pula sebaliknya, seseorang yang menderita kurang gizi akan mempunyai risiko terkena penyakit infeksi karena pada keadaan kurang gizi daya tahan tubuh seseorang menurun, sehingga kuman penyakit lebih mudah masuk dan berkembang. Kedua hal tersebut menunjukkan bahwa hubungan kurang gizi dan penyakit infeksi adalah hubungan timbal balik.

Dengan membiasakan perilaku hidup bersih akan menghindarkan seseorang dari keterpaparan terhadap sumber infeksi. Contoh: 1) selalu mencuci tangan dengan sabun dan air bersih mengalir sebelum makan, sebelum memberikan ASI, sebelum menyiapkan makanan dan minuman, dan setelah buang air besar dan kecil, akan menghindarkan terkontaminasinya tangan dan makanan dari kuman penyakit antara lain kuman penyakit typhus dan disentri; 2) menutup makanan yang disajikan akan menghindarkan makanan dihindangi lalat dan binatang lainnya serta debu yang membawa berbagai kuman penyakit; 3) selalu menutup mulut dan hidung bila bersin, agar tidak menyebarkan kuman penyakit; dan 4) selalu menggunakan alas kaki agar terhindar dari penyakit kecacingan.



Gambar 8.3 Cuci Tangan Pakai Sabun dengan Air Mengalir
 . (<https://kesmas.kemkes.go.id>)

3. Melakukan aktivitas fisik

Aktivitas fisik yang meliputi segala macam kegiatan tubuh termasuk olahraga merupakan salahsatu upaya untuk menyeimbangkan antara pengeluaran dan pemasukan zat gizi utamanyasumber energi dalam tubuh. Aktivitas fisik memerlukan energi. Selain itu, aktivitas fisik juga memperlancar sistem metabolisme di dalam tubuh termasuk metabolisme zat gizi. Oleh karenanya, aktivitas fisik berperan dalam menyeimbangkan zat gizi yang keluar dari dan yang masuk ke dalam tubuh.



Gambar 8.4 Aktivitas Fisik

. (<https://kesmas.kemkes.go.id>)

4. Mempertahankan dan memantau berat badan (BB) normal

Bagi orang dewasa salah satu indikator yang menunjukkan bahwa telah terjadi keseimbangan zat gizi di dalam tubuh adalah tercapainya Berat Badan yang normal, yaitu Berat Badan yang sesuai untuk Tinggi Badannya. Indikator tersebut dikenal dengan Indeks Masa Tubuh (IMT). Oleh karena itu, pemantauan BB normal merupakan hal yang harus menjadi bagian dari ‘Pola Hidup’ dengan ‘Gizi Seimbang’, sehingga dapat mencegah penyimpangan BB dari BB normal, dan apabila terjadi penyimpangan dapat segera dilakukan langkah-langkah pencegahan dan penanganannya.



Gambar 8.5 Memantau Berat Badan Setiap Bulan

. (<https://kesmas.kemkes.go.id>)

Dari 4 pilar diatas kemudian dijabarkan menjadi 10 pesan gizi seimbang. Adapun pesan gizi seimbang meliputi :

1. Syukuri dan nikmati aneka ragam makanan

Kualitas atau mutu gizi dan kelengkapan zat gizi dipengaruhi oleh keragaman jenis pangan yang dikonsumsi. Semakin beragam jenis pangan yang dikonsumsi semakin mudah untuk memenuhi kebutuhan gizi. Bahkan semakin beragam pangan yang dikonsumsi semakin mudah tubuh memperoleh berbagai zat lainnya yang bermanfaat bagi kesehatan. Oleh karena itu konsumsi aneka ragam pangan merupakan salah satu anjuran penting dalam mewujudkan gizi seimbang.

Selain memperhatikan keanekaragaman makanan dan minuman juga perlu memperhatikan dari segi keamanannya yang berarti makanan dan minuman itu harus bebas dari kuman penyakit atau bahan berbahaya. Cara menerapkan pesan ini adalah

dengan mengonsumsi lima kelompok pangan setiap hari atau setiap kali makan. Kelima kelompok pangan tersebut adalah makanan pokok, lauk-pauk, sayuran, buah-buahan dan minuman. Mengonsumsi lebih dari satu jenis untuk setiap kelompok makanan (makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan) setiap kali makan akan lebih baik.

Setiap orang diharapkan selalu bersyukur dan menikmati makanan yang dikonsumsi. Bersyukur dapat diwujudkan berupa berdoa sebelum makan. Nikmatnya makan ditentukan oleh kesesuaian kombinasi anekaragam dan bumbu, cara pengolahan, penyajian makanan dan suasana makan. Cara makan yang baik adalah makan yang tidak tergesa-gesa. Dengan bersyukur dan menikmati makan anekaragam makanan akan mendukung terwujudnya cara makan yang baik – tidak tergesa-gesa. Dengan demikian makanan dapat dikunyah, dicerna dan diserap oleh tubuh lebih baik.



Gambar 8.6 Isi Piringku.

(<https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/062511-isi-piringku>)

2. Banyak makan sayur dan cukup buah – buahan

Secara umum sayuran dan buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan. Sebagian vitamin, mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh. Berbeda dengan sayuran, buah-buahan juga menyediakan karbohidrat terutama berupa fruktosa dan glukosa. Sayur tertentu juga menyediakan karbohidrat, seperti wortel dan kentang sayur. Sementara buah tertentu juga menyediakan lemak tidak jenuh seperti buah alpukat dan buah merah. Oleh karena itu konsumsi sayuran dan buah-buahan merupakan salah satu bagian penting dalam mewujudkan gizi seimbang.

Berbagai kajian menunjukkan bahwa konsumsi sayuran dan buah- buahan yang cukup turut berperan dalam menjaga kenormalan tekanan darah, kadar gula dan kolesterol darah. mengendalikan tekanan darah. Konsumsi sayur dan buah yang cukup juga menurunkan risiko sulit buang air besar (BAB/sembelit) dan kegemukan. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup turut berperan dalam pencegahan penyakit tidak menular kronik. Konsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup merupakan salah satu indikator sederhana gizi seimbang.

Semakin matang buah yang mengandung karbohidrat semakin tinggi kandungan fruktosa dan glukosanya, yang dicirikan oleh rasa yang semakin manis. Dalam budaya makan masyarakat perkotaan Indonesia saat ini, semakin dikenal minuman jus bergula. Dalam segelas jus buah bergula mengandung 150-300 Kalori yang sekitar separohnya dari gula yang ditambahkan. Selain

itu beberapa jenis buah juga meningkatkan risiko kembung dan asam urat. Oleh karena itu konsumsi buah yang terlalu matang dan minuman jus bergula perlu dibatasi agar turut mengendalikan kadar gula darah.

Badan Kesehatan Dunia (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 g perorang perhari, yang terdiri dari 250 g sayur (setara dengan 2 1/2 porsi atau 2 1/2 gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 g buah. (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1 1/2 potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi orang Indonesia dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 g perorang perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah, dan 400-600 g perorang perhari bagi remaja dan orang dewasa. Sekitar dua-pertiga dari jumlah anjuran konsumsi sayuran dan buah-buahan tersebut adalah porsi sayur.



Gambar 8.7 Komposisi Konsumsi Sayur dan Buah.

(<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/siapa-yang-diharapkan-makan-sayur-dan-buah>)

3. Biasakan mengkonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi

Laik pauk terdiri dari pangan sumber protein hewani dan pangan sumber protein nabati. Kelompok pangan lauk pauk sumber protein hewani meliputi daging ruminansia (daging sapi, daging kambing, daging rusa dll), daging unggas (daging ayam, daging bebek dll), ikan termasuk seafood, telur dan susu serta hasil olahannya. Kelompok Pangan lauk pauk sumber protein nabati meliputi kacang-kacangan dan hasil olahannya seperti kedele, tahu, tempe, kacang hijau, kacang tanah, kacang merah, kacang hitam, kacang tolo dan lain-lain.

Meskipun kedua kelompok pangan tersebut (pangan sumber protein hewani dan pangan sumber protein nabati) sama-sama menyediakan protein, tetapi masing-masing kelompok pangan tersebut mempunyai keunggulan dan kekurangan. Pangan hewani mempunyai asam amino yang lebih lengkap dan mempunyai mutu zat gizi yaitu protein, vitamin dan mineral lebih baik, karena kandungan zat-zat gizi tersebut lebih banyak dan mudah diserap tubuh. Tetapi pangan hewani mengandung tinggi kolesterol (kecuali ikan) dan lemak. Lemak dari daging dan unggas lebih banyak mengandung lemak jenuh. Kolesterol dan lemak jenuh diperlukan tubuh terutama pada anak-anak tetapi perlu dibatasi asupannya pada orang dewasa.

Pangan protein nabati mempunyai keunggulan mengandung proporsi lemak tidak jenuh yang lebih banyak dibanding pangan hewani. Juga mengandung isoflavin, yaitu kandungan fitokimia yang turut berfungsi mirip hormon estrogen (hormon kewanitaan) dan antioksidan serta anti-kolesterol. Konsumsi kedele dan tempe telah terbukti dapat menurunkan kolesterol

dan meningkatkan sensitifitas insulin dan produksi insulin. Sehingga dapat mengendalikan kadar kolesterol dan gula darah. Namun kualitas protein dan mineral yang dikandung pangan protein nabati lebih rendah dibanding pangan protein hewani.

Oleh karena itu dalam mewujudkan gizi seimbang kedua kelompok pangan ini (hewani dan nabati) perlu dikonsumsi bersama kelompok pangan lainnya setiap hari, agar jumlah dan kualitas zat gizi yang dikonsumsi lebih baik dan sempurna. Kebutuhan pangan hewani 2-4 porsi (setara dengan 70-140 gr/2-4 potong daging sapi ukuran sedang atau 80-160 gr/2-4 potong daging ayam ukuran sedang atau 80-160 gr/2-4 potong ikan ukuran sedang) sehari dan pangan protein nabati 2-4 porsi sehari (setara dengan 100-200 gr/4-8 potong tempe ukuran sedang atau 200-400 gr/ 4-8 potong tahu ukuran sedang) tergantung kelompok umur dan kondisi fisiologis (hamil, menyusui, lansia, anak, remaja, dewasa). Susu sebagai bagian dari pangan hewani yang dikonsumsi berupa minuman dianjurkan terutama bagi ibu hamil, ibu menyusui serta anak-anak setelah usia satu tahun. Mereka yang mengalami diare atau intoleransi laktosa karena minum susu tidak dianjurkan minum susu hewani. Konsumsi telur, susu kedele dan ikan merupakan salah satu alternatif solusinya.



Gambar 8.8 Lauk Pauk Protein Tinggi.

(<https://twitter.com/kemenkesri/status/999530685407813633?lang=fi>)

4. Biasakan mengkonsumsi aneka ragam makanan pokok

Makanan pokok adalah pangan mengandung karbohidrat yang sering dikonsumsi atau telah menjadi bagian dari budaya makan berbagai etnik di Indonesia sejak lama. Contoh pangan karbohidrat adalah beras, jagung, singkong, ubi, talas, garut, sorgum, jewawut, sagu dan produk olahannya. Indonesia kaya akan beragam pangan sumber karbohidrat tersebut.

Disamping mengandung karbohidrat, dalam makanan pokok biasanya juga terkandung antara lain vitamin B1 (tiamin), B2 (riboflavin) dan beberapa mineral. Mineral dari makanan pokok ini biasanya mempunyai mutu biologis atau penyerapan oleh tubuh yang rendah. Sereal utuh seperti jagung, beras merah, ketan hitam, atau biji-bijian yang tidak disosoh dalam penggilingannya mengandung serat yang tinggi. Serat ini penting untuk melancarkan buang air besar dan pengendalian kolesterol darah. Selain itu sereal tersebut juga memiliki karbohidrat yang lambat

diubah menjadi gula darah sehingga turut mencegah gula darah tinggi. Beberapa jenis umbi-umbian juga mengandung zat non-gizi yang bermanfaat untuk kesehatan seperti ubi jalar ungu dan ubi jalar kuning yang mengandung antosianin dan lain-lain.

Selain makanan pokok yang diproduksi di Indonesia, ada juga makanan pokok yang tersedia di Indonesia melalui impor seperti terigu. Pemerintah Indonesia telah mewajibkan pengayaan mineral dan vitamin (zat besi, zink, asam folat, tiamin dan riboflavin) pada semua terigu yang dipasarkan di Indonesia sebagai bagian dari strategi perbaikan gizi terutama penanggulangan anemia gizi.

Cara mewujudkan pola konsumsi makanan pokok yang beragam adalah dengan mengonsumsi lebih dari satu jenis makanan pokok dalam sehari atau sekali makan. Salah satu cara mengangkat citra pangan karbohidrat lokal adalah dengan mencampur makanan karbohidrat lokal dengan terigu, seperti pengembangan produk boga yang beragam misalnya, roti atau mie campuran tepung singkong dengan tepung terigu, pembuatan roti gulung pisang, singkong goreng keju dan lain-lain.



Gambar 8.9 Makanan Pokok

<https://krakataumedika.com/info-media/artikel/tips-gizi-sehat-biasakan-mengonsumsi-anekaragam-makanan-pokok>

5. Batasi konsumsi makanan manis, asin, dan berlemak

Peraturan Menteri Kesehatan nomor 30 tahun 2013 tentang Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam dan Lemak serta Pesan Kesehatan untuk Pangan Olahan dan Pangan Siap Saji menyebutkan bahwa konsumsi gula lebih dari 50 g (4 sendok makan), natrium lebih dari 2000 mg (1 sendok teh) dan lemak/minyak total lebih dari 67 g (5 sendok makan) per orang per hari akan meningkatkan risiko hipertensi, stroke, diabetes, dan serangan jantung. Informasi kandungan gula, garam dan lemak serta pesan kesehatan yang tercantum pada label pangan dan makanan siap saji harus diketahui dan mudah dibaca dengan jelas oleh konsumen.

Masyarakat perlu diberi pendidikan membaca label pangan, mengetahui pangan rendah gula, garam dan lemak, serta memasak dengan mengurangi garam dan gula. Di lain pihak para pengusaha pangan olahan diwajibkan mencantumkan informasi nilai gizi pada label pangan agar masyarakat dapat memilih makanan sehat sesuai kebutuhan setiap anggota keluarganya. Label dan iklan pangan harus mengikuti Peraturan Pemerintah RI, nomor 69 tahun 1999.

Khusus untuk anak usia 6-24 bulan konsumsi lemak tidak perlu dibatasi.

a. Konsumsi gula

Gula yang dikonsumsi melampaui kebutuhan akan berdampak pada peningkatan berat badan, bahkan jika dilakukan dalam jangka waktu lama secara langsung akan meningkatkan kadar gula darah dan berdampak pada terjadinya diabetes type-2, bahkan secara tidak langsung berkontribusi pada penyakit seperti osteoporosis, penyakit jantung dan kanker.

Gula yang dikenal masyarakat tidak hanya terdapat pada gula tebu, gula aren dan gula jagung yang dikonsumsi dari makanan dan minuman. Perlu diingat bahwa kandungan gula terdapat juga dalam makanan lain yang mengandung karbohidrat sederhana (tepung, roti, kecap). buah manis, jus, minuman bersoda dan sebagainya.

Fruktosa adalah gula sederhana yang terdapat di dalam madu, berbagai buah, gula meja (sukrosa dan *high fructose corn syrup* / HFCS). Fruktosa belum memperoleh perhatian yang cukup dibandingkan dengan glukosa padahal terbukti mempunyai hubungan yang erat dengan intoleransi glukosa. Jadi pendapat selama ini bahwa fruktosa lebih aman dari glukosa adalah tidak benar.

Beberapa cara membatasi konsumsi gula:

- 1) Kurangi secara perlahan penggunaan gula, baik pada minuman teh/kopi maupun saat membubuhkan pada masakan. Jika meningkatkan rasa pada minuman, tambahkan jeruk nipis pada minuman teh dan atau madu, bukan menambahkan gula.
- 2) Batasi minuman bersoda.
- 3) Ganti makanan penutup/*dessert* yang manis dengan buah atau sayur-sayuran.
- 4) Kurangi atau batasi mengkonsumsi es krim.
- 5) Selalu membaca informasi kandungan gulad an kandungan total kalori (glucosa, sucrosa, fruktosa, dextrosa, galaktosa, maltosa) dan garam (natrium) jika berbelanja makanan dalam kemasan.
- 6) Kurangi konsumsi coklat yang mengandung gula.

7) Hindari minuman beralkohol.

b. Konsumsi garam

Rasa asin yang berasal dari makanan adalah karena kandungan garam (NaCl) yang ada dalam makanan tersebut. Konsumsi natrium yang berlebihan akan mempengaruhi kesehatan terutama meningkatkan tekanan darah.

Karena itu dianjurkan mengonsumsi garam sekeadarnya dengan cara menyajikan makanan rendah natrium:

- 1) Gunakan garam beriodium untuk konsumsi.
- 2) Jika membeli pangan kemasan dalam kaleng, seperti sayuran, kacang-kacangan atau ikan, baca label informasi nilai gizi dan pilih yang rendah natrium.
- 3) Jika tidak tersedia pangan kemasan dalam kaleng yang rendah natrium, pangan dalam kemasan tersebut perlu dicuci terlebih dahulu agar sebagian garam dapat terbuang
- 3) Gunakan mentega atau margarine tanpa garam (unsalted)
- 4) Jika mengonsumsi mi instan gunakan sebagian saja bumbu dalam sachet bumbu yang tersedia dalam kemasan mi instan
- 5) Coba bumbu yang berbeda untuk meningkatkan rasa makanan, seperti jahe atau bawang putih.

Mengonsumsi lebih banyak pangan sumber kalium dapat membantu menurunkan tekanan darah. Pangan sumber kalium adalah kismis, kentang, pisang, kacang (*beans*) dan *yoghurt*.

c. Konsumsi lemak

Lemak yang terdapat di dalam makanan, berguna untuk meningkatkan jumlah energi, membantu penyerapan vitamin A, D, E dan K serta menambah lezatnya hidangan. Konsumsi lemak dan minyak dalam hidangan sehari-hari dianjurkan tidak lebih dari 25% kebutuhan energi, jika mengonsumsi lemak secara berlebihan akan mengakibatkan berkurangnya konsumsi makanan lain. Hal ini disebabkan karena lemak berada didalam sistem pencernaan relatif lebih lama dibandingkan dengan protein dan karbohidrat, sehingga lemak menimbulkan *rasa kenyang* yang lebih lama.

Secara nasional berdasarkan data Riskesdas (2010), rata – rata konsumsi lemak di Indonesia sudah sesuai dengan yang dianjurkan yaitu sebesar 47 gram/kapita/hari atau sekitar 25% dari total konsumsi energi. Apabila dilihat dari karakteristiknya sebagian besar pada kelompok penduduk usia 2 – 18 tahun, tinggal di daerah perkotaan dan pada kelompok perempuan.

Menurut kandungan asam lemaknya, minyak dibagi menjadi 2 (dua) kelompok yaitu kelompok lemak tak jenuh dan kelompok lemak jenuh. Makanan yang mengandung lemak tak jenuh, umumnya berasal dari pangan nabati, kecuali minyak kelapa. Sedangkan makanan yang mengandung asam lemak jenuh, umumnya berasal dari pangan hewani.

Dalam memproduksi hormon, tubuh membutuhkan kolesterol yang merupakan substansi yang terdapat dalam tubuh. Tubuh membuat kolesterol dari zat gizi yang dikonsumsi dari makanan yang

mengandung lemak jenuh, seperti kuning telur, lemak daging dan keju.

Kadar kolesterol darah yang melebihi ambang normal (160-200 mg/dl) dapat mengakibatkan penyakit jantung bahkan serangan jantung. Hal ini dapat dicegah jika penduduk menerapkan pola konsumsi makanan rendah lemak. Daftar pangan sumber lemak dan porsi ukuran rumah tangga (URT).

Risiko timbulnya penyakit jantung pada kelompok penduduk ini semakin meningkat jika disertai dengan kebiasaan merokok, menderita tekanan darah tinggi, diabetes dan obesitas. Khusus untuk anak usia 6-24 bulan konsumsi lemak tidak perlu dibatasi.



Gambar 8.10 Konsumsi Gula, Garam dan Lemak

(<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/batasi-konsumsi-gula-garam-dan-lemak-pada-asupan-makanan-anda-per-hari>)

6. Biasakan sarapan

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif. Masyarakat Indonesia

masih banyak yang belum membiasakan sarapan. Padahal dengan tidak sarapan akan berdampak buruk terhadap proses belajar di sekolah bagi anak sekolah, menurunkan aktifitas fisik, menyebabkan kegemukan pada remaja, orang dewasa, dan meningkatkan risiko jajan yang tidak sehat.

Sebaliknya, sarapan membekali tubuh dengan zat gizi yang diperlukan untuk berpikir, bekerja, dan melakukan aktivitas fisik secara optimal setelah bangun pagi. Bagi anak sekolah, sarapan yang cukup terbukti dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan stamina. Bagi remaja dan orang dewasa sarapan yang cukup terbukti dapat mencegah kegemukan. Membiasakan sarapan juga berarti membiasakan disiplin bangun pagi dan beraktifitas pagi dan tercegah dari makan berlebihan dikala makan kudapan atau makan siang.

Karena itu sarapan merupakan salah satu perilaku penting dalam mewujudkan gizi seimbang. Pekan Sarapan nasional (PESAN) yang diperingati setiap tanggal 14-20 Februari diharapkan dapat dijadikan sebagai momentum berkala setiap tahun untuk selalu mengingatkan dan mendorong masyarakat agar melakukan sarapan yang sehat sebagai bagian dari upaya mewujudkan Gizi Seimbang.

Sarapan sehat setiap pagi dapat diwujudkan dengan bangun pagi, mempersiapkan dan mengonsumsi makanan dan minuman pagi sebelum melakukan aktifitas harian. Sarapan yang baik terdiri dari pangan karbohidrat, pangan lauk-pauk, sayuran atau buah-buahan dan minuman. Bagi orang yang tidak biasa makan kudapan pagi dan kudapan siang, porsi makanan saat sarapan sekitar sepertiga dari total makanan sehari. Bagi orang yang biasa makan kudapan

pagi dan makanan kudapan siang, jumlah porsi makanan sarapan sebaiknya seperempat dari makanan harian.



Gambar 8.11 Sarapan Pagi

(<https://krakataumedika.com/info-media/artikel/manfaat-membiasakan-sarapan-pagi-bagi-kesehatan>)

7. Biasakan minum air putih yang cukup dan aman

Air merupakan salah satu zat gizi makro esensial, yang berarti bahwa air dibutuhkan tubuh dalam jumlah yang banyak untuk hidup sehat, dan tubuh tidak dapat memproduksi air untuk memenuhi kebutuhan ini. Sekitar dua- pertiga dari berat tubuh kita adalah air. Air diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal sehingga keseimbangan air perlu dipertahankan dengan mengatur jumlah masukan air dan keluaran air yang seimbang. Persentase kadar air dalam tubuh anak lebih tinggi dibanding dalam tubuh orang dewasa. sehingga

anak memerlukan lebih banyak air untuk setiap kilogram berat badannya dibandingkan dewasa. Berbagai faktor dapat memengaruhi kebutuhan air seperti tahap pertumbuhan, laju metabolisme, aktivitas fisik, laju pernafasan, suhu tubuh dan lingkungan, kelembaban udara, jumlah dan jenis padatan yang dikeluarkan ginjal, dan pola konsumsi pangan.

Bagi tubuh, air berfungsi sebagai pengatur proses biokimia, pengatur suhu, pelarut, pembentuk atau komponen sel dan organ, media transportasi zat gizi dan pembuangan sisa metabolisme, pelumas sendi dan bantalan organ. Proses biokimiawi dalam tubuh memerlukan air yang cukup. Gangguan terhadap keseimbangan air di dalam tubuh dapat meningkatkan risiko berbagai gangguan atau penyakit, antara lain: sulit ke belakang (konstipasi), infeksi saluran kemih, batu saluran kemih, gangguan ginjal akut dan obesitas. Sekitar 78% berat otak adalah air. Berbagai penelitian membuktikan bahwa kurang air tubuh pada anak sekolah menimbulkan rasa lelah (fatigue), menurunkan atensi atau konsentrasi belajar. Minum yang cukup atau hidrasi tidak hanya mengoptimalkan atensi atau konsentrasi belajar anak tetapi juga mengoptimalkan memori anak dalam belajar.

Pemenuhan kebutuhan air tubuh dilakukan melalui konsumsi makanan dan minuman. Sebagian besar (dua-pertiga) air yg dibutuhkan tubuh dilakukan melalui minuman yaitu sekitar dua liter atau delapan gelas sehari bagi remaja dan dewasa yang melakukan kegiatan ringan pada kondisi temperatur harian di kantor/rumah tropis. Pekerja yang berkeringat, olahragawan, ibu hamil dan ibu menyusui memerlukan tambahan kebutuhan air selain dua liter kebutuhan dasar air. Air yang dibutuhkan tubuh selain jumlahnya yang cukup untuk memenuhi kebutuhan

juga harus aman yang berarti bebas dari kuman penyakit dan bahan-bahan berbahaya.



Gambar 8.12 Konsumsi Air

(<https://krakataumedika.com/info-media/artikel/tips-gizi-sehat-biasakan-mengonsumsi-anekaragam-makanan-pokok>)

8. Biasakan membaca label pada kemasan pangan

Label adalah keterangan tentang isi, jenis, komposisi zat gizi, tanggal kadaluarsa dan keterangan penting lain yang dicantumkan pada kemasan. Semua keterangan yang rinci pada label makanan yang dikemas sangat membantu konsumen untuk mengetahui bahan-bahan yang terkandung dalam makanan tersebut. Selain itu dapat memperkirakan bahaya yang mungkin terjadi pada konsumen yang berisiko tinggi karena punya penyakit tertentu. Oleh karena itu dianjurkan untuk membaca label pangan yang dikemas terutama keterangan tentang informasi kandungan zat gizi dan tanggal kadaluarsa sebelum membeli atau mengonsumsi makanan tersebut.



Gambar 8.13 Informasi Nilai Gizi

(<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/bagaimana-cara-membaca-informasi-nilai-gizi>)



Gambar 8.14 Label Pangan

(<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/perhatikan-label-pangan-pada-kemasan-pangan-olahan-sebelum-dikonsumsi>)

9. Cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir

Tanggal 15 Oktober diperingati sebagai Hari Cuci Tangan Sedunia Pakai Sabun yang dicanangkan oleh PBB sebagai salah satu cara menurunkan angka kematian anak usia di bawah lima tahun serta mencegah penyebaran penyakit. Penggunaan sabun khusus cuci tangan baik berbentuk batang maupun cair sangat disarankan untuk kebersihan tangan yang maksimal.

Perilaku hidup bersih harus dilakukan atas dasar kesadaran oleh setiap anggota keluarga agar terhindar dari penyakit, karena 45% penyakit diare bisa dicegah dengan mencuci tangan.

Kapan saja harus mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, antara lain:

- a) Sebelum dan sesudah memegang makanan
- b) Sesudah buang air besar dan menceboki bayi/anak
- c) Sebelum memberikan air susu ibu
- d) Sesudah memegang binatang
- e) Sesudah berkebun

Manfaat melakukan 5 langkah mencuci tangan yaitu membersihkan dan membunuh kuman yang menempel secara cepat dan efektif karena semua bagian tangan akan dicuci menggunakan sabun.

Cara Cuci Tangan 5 Langkah Pakai Sabun Yang Baik dan Benar

- a) Basahi tangan seluruhnya dengan air bersih mengalir
- b) Gosok sabun ke telapak, punggung tangan dan sela jari-jari
- c) Bersihkan bagian bawah kuku-kuku

- d) Bilas dengan air bersih mengalir
- e) 5) Keringkan tangan dengan handuk/tisu atau keringkan dengan udara/dianginka.

Pentingnya mencuci tangan secara baik dan benar memakai sabun adalah agar kebersihan terjaga secara keseluruhan serta mencegah kuman dan bakteri berpindah dari tangan ke makanan yang akan dikonsumsi dan juga agar tubuh tidak terkena kuman.



Gambar 8.15 5 Langkah Cuci Tangan Pakai Sabun

(<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/bagaimana-5-langkah-cuci-tangan-pakai-sabun>)

10. Lakukan aktifitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan normal

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga/energi dan pembakaran energi. Aktivitas fisik dikategorikan cukup apabila seseorang melakukan latihan fisik atau olah raga selama 30 menit setiap hari atau minimal 3-5 hari dalam seminggu. Beberapa aktivitas fisik yang dapat dilakukan antara lain aktivitas fisik sehari-hari seperti berjalan kaki, berkebun, menyapu, mencuci, mengepel, naik turun tangga dan lain-lain. Latihan fisik adalah semua bentuk aktivitas fisik yang dilakukan secara terstruktur dan terencana, dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani. Beberapa latihan fisik yang dapat dilakukan seperti berlari, jogging, bermain bola, berenang, senam, bersepeda dan lain-lain. Lebih baik jika melakukan olah raga yaitu latihan fisik yang dilakukan berkesinambungan dengan mengikuti aturan tertentu dan bertujuan juga untuk meningkatkan prestasi. Jenis olahraga dapat dipilih sesuai hobinya. Beberapa aktivitas olah raga yang dapat dilakukan seperti sepak bola, bulutangkis, bola basket, tenis meja, voli, futsal dan lain-lain. Untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran dikembangkan juga olah raga rekreasi yang dilakukan oleh masyarakat dengan kegemaran sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat sehingga menimbulkan kegembiraan.

Olahraga rekreasi yang dilakukan oleh masyarakat dengan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat perlu didorong untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran dan kegembiraan. Contoh : menari seperti Tari Poco-Poco dari Papua, Tari Bambu dari Maluku, Tari Jaipong dari Jawa Barat, Tari

Saman dari Aceh, Tari Kecak dari Bali, dan lain – lain. Aktivitas fisik yang teratur akan meningkatkan kesempatan hidup sehat lebih panjang. Dasar sederhana adalah mempertahankan berat badan normal, seimbang kalori yang dimakan dan kalori yang digunakan (dibakar). Karena itu pola konsumsi makanan yang sehat disertai aktivitas fisik dalam lingkungan bebas polusi termasuk yang ada asap rokok akan membantu mengontrol berat badan, sehingga badan akan menjadi lebih sehat.

Dalam rangka meningkatkan aktivitas fisik berkaitan dengan Gizi Seimbang perlu dilaksanakan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Pemantapan hukum dan peraturan perundangan yang mendukung penerapan pola konsumsi makanan beragam, bergizi seimbang dan aman serta aktifitas fisik cukup dan teratur.
- 2) Pendekatan kemitraan dan multi sektor termasuk penguatan mekanisme Jejaring Kerja Nasional Pengendalian PTM
- 3) Peningkatan dan pengembangan sumber daya untuk implementasi kegiatan/aksi
- 4) Pemusatan perhatian pada persamaan hak dan menghilangkan disparitas antar kelompok masyarakat
- 5) Peningkatan intervensi berbasis bukti yang efektif pada berbagai tatanan (rumah tangga, sekolah, tempat umum, tempat kerja dan fasilitas pelayanan kesehatan)
- 6) Pelaksanaan riset operasional dan pengembangan kebijakan dan strategi jangka panjang untuk kelestarian pencegahan PTM berbasis masyarakat

a. Aktivitas fisik dapat mencegah kematian dini

Meningkatnya kematian karena penyakit tidak menular di Indonesia (59,5% menurut Riskesdas, 2010) telah menyadarkan para pengambil kebijakan untuk segera menetapkan kebijakan dalam rangka mencegah kematian dini penduduk. Bukti ilmiah sangat kuat menunjukkan bahwa aktivitas fisik menurunkan risiko kematian dini (meninggal lebih cepat daripada umur rata-rata untuk kelompok penduduk spesifik), dari penyebab kematian utama, seperti penyakit jantung dan kanker.

Efek ini adalah luar biasa melalui 2 kesimpulan: *Pertama*, orang yang melakukan aktivitas fisik aktif selama 7 jam dalam 1 minggu mempunyai risiko 40% lebih rendah mengalami kematian dini dibandingkan mereka yang melakukan aktivitas fisik kurang dari 30 menit seminggu. *Kedua*, tidak perlu melakukan aktivitas dalam jumlah yang sangat banyak atau sangat intensif dan berlebihan untuk menurunkan risiko kematian dini. Penelitian menunjukkan banyak sekali penurunan risiko jika orang melakukan sedikitnya 2,5 jam (150 menit) senam aerobik yang sedang secara intensif (*moderate-intensity aerobic physical activity*) setiap minggu.



Gambar 8.16 Lima Manfaat Aktivitas Fisik.

(<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/apa-saja-manfaat-aktivitas-fisik-30-menit-setiap-hari>)

b. Pentingnya memantau berat badan

Berat badan bayi baru lahir minimal harus mencapai 2.500g agar bayi tumbuh kembang sehat dan cerdas. Pemantauan berat bayi dan anak dilakukan setiap bulan dengan menggunakan Kartu Menuju Sehat (KMS). Anak dinyatakan sehat jika berat badannya naik setiap bulan yaitu grafik berat badan mengikuti garis pertumbuhan atau kenaikan berat badan sama dengan kenaikan berat badan minimum atau lebih yang masih berada di dalam pita hijau KMS.

Untuk orang dewasa digunakan ukuran indeks massa tubuh (IMT) yaitu ukuran yang berkaitan dengan kekurangan atau kelebihan berat badan. Mempertahankan berat badan normal

memungkinkan seseorang dapat mencegah berbagai penyakit tidak menular.

Untuk mengetahui nilai IMT, digunakan rumus :

$$IMT = \frac{BB(kg)}{TB^2(m)}$$

Ket : BB = Berat Badan
(kg) TB = Tinggi Badan
(m)

Batas ambang IMT ditentukan dengan merujuk ketentuan WHO yang membedakan batas ambang normal untuk laki-laki dan perempuan. di Indonesia, berdasarkan hasil penelitian dan pengalaman klinis tidak dibedakan menurut jenis kelamin, dan batas ambang normal yang digunakan adalah 18.5 - <25.0. Seseorang dikategorikan menderita obesitas jika IMTnya ≥ 27.0 .

Cara mempertahankan berat badan normal adalah dengan mempertahankan pola konsumsi makanan dengan susunan gizi seimbang dan beraneka ragam serta mempertahankan kebiasaan latihan fisik/olah raga teratur.



Gambar 8.17 5 Indeks Massa Tubuh (IMT)

(<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/tabel-batas-ambang-indeks-massa-tubuh-imt>)

Bab 9

Manajemen SDM Dalam Bisnis Kuliner

9.1 Pengantar

Kuliner merupakan suatu usaha atau bisnis yang sangat potensial di semua kalangan. Mulai dari anak muda sampai dewasa dan orang tua. Dengan modal yang beraneka ragam dan bisnis kuliner yang bermacam-macam mampu mendatangkan penghasilan yang mengagumkan. Usaha kuliner merupakan salah satu perwujudan industri ekonomi kreatif yang dicanangkan oleh pemerintah. Menurut Dhanita (2015), ada 14 subsektor indikator ekonomi kreatif yaitu kuliner, fashion, arsitektur, periklanan, desain, kerajinan, pasar barang seni, film & fotografi, video, televisi & radio, game, R & D, software, seni pertunjukan, penerbitan & percetakan. Kuliner merupakan bagian life style yang tidak bisa dipisahkan dalam keseharian kehidupan manusia. Oleh karena itu usaha kuliner merupakan salah satu bisnis yang potensial dan menjanjikan untuk mendapatkan penghasilan yang cukup besar.

Untuk menjalankan bisnis kuliner yang konsisten dan suistuinable adalah harus memperhatikan manajemen SDM dalam pengelolaannya. Dalam hal ini adalah tentu saja bagaimana bisa mengatur sumber daya manusia dalam rangka meningkatkan mutu output dari suatu perusahaan. SDM dapat diartikan sebagai unsur orang yang siap, dan mampu memberikan sumbangsih dalam bentuk apapun baik tenaga, ide,

pikiran, gagasan, dan masukan -masukan usaha untuk mencapai tujuan suatu perusahaan. Tidak hanya unsur SDM sebagai input tetapi ada unsur lain yaitu bahan dasar, teknologi, mesin, dan modal yang berproses dalam satu pengelolaan dan pengendalian manajemen untuk menghasilkan output baik barang ataupun jasa yang maksimal dan berkualitas. Sugeng Prayetno, (2018), dengan manajemen SDM yang baik dan benar maka mampu meningkatkan semua daya guna hasil dan memudahkan tujuan suatu perusahaan tercapai. Manajemen SDM adalah salah satu vital dalam menjalankan bisnis, baik itu bisnis kuliner maupun bisnis lainnya. Karena SDM lah yang mampu menggerakkan semua unsur - unsur dalam berbisnis. Apabila manajemen SDM berantakan atau tidak dikontrol dengan baik maka akan berakibat fatal pada bisnis tersebut. Oleh karena itu sering kita mendengar istilah strategi manajemen SDM dalam menjalankan bisnis atau usaha.

9.2 Manajemen SDM (Sumber Daya Manusia)

Dalam menganalisis manajemen SDM alangkah lebih baiknya diawali dari hal yang sifatnya paling mendasar yaitu karakter. Tentu saja karakter ini adalah karakter yang dimiliki oleh seluruh stake holder dari perusahaan itu sendiri. Sampai pada latar belakang pendidikan pun harus dianalisis karena hal tersebut adalah salah satu indikator yang mempengaruhi tumbuhnya jiwa kewirausahaan dan pemikiran bagaimana berwirausaha yang sukses.

Beberapa pengertian Sumber Daya Manusia dan bagaimana pengembangan Sumber Daya Manusia akan dijelaskan dibawah ini.

a. Pengertian SDM Menurut Para Ahli

1. Soni Sumarsono

SDM adalah sekumpulan manusia yang memiliki kemampuan dan usaha kerja yang berguna untuk keberlangsungan produktivitas suatu perusahaan.

2. Hasibuan

SDM ialah gabungan antara kemampuan pola pikir dan fisik yang dimiliki oleh seseorang.

3. M.T. E. Hariandja

SDM adalah suatu unsur yang vital dalam perusahaan karena memerlukan pengelolaan yang baik dan benar untuk mencapai hasil yang maksimal dan berkualitas dalam perusahaan.

4. Mathis & Jackson

SDM adalah suatu kerangka sistem yang terstruktur dalam perusahaan atau organisasi yang berfungsi untuk mengeksplor bakat dan minat atau kemampuan individu mengembangkan tujuan perusahaan secara efektif.

5. Agus Sunyoto

SDM adalah suatu unsur yang vital dan utama serta memiliki peranan penting dalam keberhasilan perusahaan. Karena SDM adalah penggagas, perencana dan penentu tujuan organisasi atau perusahaan.

b. Fungsi SDM

Fungsi SDM adalah sebagai berikut :

1. Sebagai Tenaga Kerja

Manusia atau individu yang memiliki usia produktif dalam bekerja. Baik untuk dirinya sendiri ataupun

bermanfaat untuk orang lain (perusahaan) yang mampu menghasilkan produktivitas barang atau jasa.

2. Sebagai Tenaga Ahli

Artinya SDM memiliki kemampuan khusus sesuai dengan bidang keahliannya pada sebuah organisasi atau perusahaan.

3. Sebagai Pemimpin

Individu yang memiliki kemampuan dan keahlian serta pengalaman yang lebih luas dapat dipilih sebagai pimpinan atau ketua organisasi pada perusahaan.

4. Sebagai Usahawan

Artinya bahwa individu atau manusia tersebut mampu menciptakan suatu pekerjaan atau produk tertentu dan mendapatkan penghasilan.

5. Sebagai Pengembangan Teknologi

Kemampuan utama SDM dalam menemukan ide, gagasan, dan inovasi atau pembaharuan pengembangan teknologi sehingga membawa perubahan kemajuan bagi dirinya, lingkungan dan perusahaan atau organisasi.

c. Pengembangan SDM dengan Menerapkan Manajemen SDM

Manajemen SDM adalah salah satu bagian dari manajemen organisasi yang tugas utamanya adalah pada pengelolaan agar mempunyai kualitas yang baik pada pekerjaannya. Tugas manajemen SDM terbagi menjadi tiga bagian yaitu diantaranya sebagai manajerial (perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, dan pengendalian), sebagai pelaksana (pengadaan, pengembangan, kompensasi, pengintegrasian, pemeliharaan, dan pemutus hubungan kerja), dan sebagai pencapaian tujuan perusahaan secara komprehensif.

Buchari Zainun (2001:17), bahwa manajemen SDM dapat dikatakan penting karena pada dasarnya adalah apabila suatu organisasi perusahaan ingin maju dan berkembang sebaiknya diiringi dengan pengembangan SDM nya. Karena keberhasilan suatu perusahaan dapat terukur dari kualitas SDM yang dimilikinya. SDM lah yang dapat mendorong perusahaan menjadi lebih maju dalam mencapai harapan dan tujuan.

Pengembangan SDM dapat dilakukan dengan mengikut berbagai pendidikan dan pelatihan yang berkelanjutan. Melalui pendidikan dan pelatihan inilah mampu mengembangkan kompetensi pengetahuan dan kepribadian. Pendidikan berhubungan dengan bagaimana menyiapkan atau menyediakan tenaga SDM yang digunakan oleh suatu perusahaan, sementara pelatihan berhubungan dengan bagaimana peningkatan kompetensi atau ketrampilan karyawan yang telah memiliki jabatan tertentu. SDM merupakan unsur strategis yang mampu memberikan value sebagai daya ukur suatu bisnis. Kompetensi SDM tersebut adalah keunggulan kompetitif dari suatu perusahaan. Jadi, dilihat dari segi sumber daya strategis bisnis adalah mendapatkan nilai tambah yang maksimal untuk mengoptimumkan keunggulan kompetitif.

SDM merupakan investasi berharga yang perlu dijaga agar mampu berkembang dan produktif. Sedarmayanti dalam Umar (2004:42), mengatakan indikator sumber daya manusia yang siap kerja yaitu diantaranya adalah dapat terlihat dari setiap tindakannya yang teratur, tanggung jawab, dan mempunyai estimasi masa depan dengan cermat sehingga mampu menyelesaikan setiap permasalahan dengan baik. Sementara menurut Tempe dalam Umar (2004:21), bahwa indikator SDM yang siap kerja adalah responsif dengan pembaharuan teknologi, cerdas tangkas, percaya diri, kreatif dan inovatif, selalu mengembangkan diri dan memiliki track record prestasi.

Menurut Siagian (1997:183), mengembangkan bahwa ada 7 manfaat pengembangan sumber daya manusia, adalah sebagai berikut:

1. Meningkatkan etos kerja
2. Terciptanya harmonisasi antara pimpinan dan bawahan
3. Responsif dalam pengambilan keputusan
4. Terciptanya semangat dan motivasi kerja pada seluruh anggota
5. Tumbuhnya sikap open manajerial
6. Menumbuhkan sikap komunikatif
7. Mampu menyelesaikan konflik secara profesional

Menurut Simamora (1995:19), bahwa dalam konsep sumber daya manusia memiliki filosofi seperti :

1. Seluruh kebijakan dan program yang telah dibuat oleh pimpinan dapat memberikan kepuasan secara materi maupun non materiil bagi seluruh karyawan.
2. Investasi terbesar dalam suatu perusahaan adalah karyawan. Oleh karena itu pengelolaan karyawan harus dilakukan dengan sebaik mungkin agar mampu meningkatkan produktivitas dengan maksimal.
3. Terciptanya budaya kerja yang menyenangkan sehingga para karyawan mampu mengembangkan kemampuan atau kompetensi keahliannya dengan maksimal.
4. Departemen personalia dibentuk dengan tujuan untuk menentukan rasio antara kebutuhan karyawan dan jumlah karyawan yang dimiliki.

d. Aspek SDM dalam Studi Bisnis

Aspek SDM dalam melaksanakan usaha adalah suatu hal yang wajib dimiliki dan dikembangkan dalam studi bisnis. Berikut ini adalah beberapa perencanaan SDM yang harus dilakukan analisis yaitu :

1. Desain pekerjaan

Langkah pertama setelah mendirikan sebuah organisasi adalah kita harus membuat desain usaha atau pekerjaan yang akan dilakukan. Tentu saja perusahaan di bidang manufaktur teknologi tinggi sangat berbeda dengan usaha di bidang kuliner.

2. Deskripsi pekerjaan

Berikutnya adalah membuat job description (jobdesc) sesuai dengan bidang atau departemen masing-masing dari desain usaha atau pekerjaan yang telah dibuat. Hal ini dilakukan untuk menghindari terjadinya tumpang tindih antara pekerjaan yang satu dengan yang lainnya atau saling melempar tugas dan tanggung jawab antar karyawan.

3. Job value

Penentuan job value ini adalah bertujuan untuk menentukan jabatan yang akan diberikan dan tunjangan yang akan diterima bagi karyawan yang akan ditunjuk untuk mendudukinya. Istilah ini biasa disebut dengan jenjang karir.

4. Kapasitas sumber daya manusia

Hal ini berhubungan dengan rasio kapasitas karyawan yang dibutuhkan oleh perusahaan. Baik tenaga ahli maupun tenaga biasa sehingga perusahaan mampu meningkatkan produktivitas dan probabilitasnya dengan maksimal.

5. Recruitment

Dalam hal recruitment perlu diperhatikan beberapa hal dalam mempublikasikan jenis usaha perusahaan dan kualifikasi karyawan yang dibutuhkan. Sehingga kita akan mudah dalam menyeleksi karyawan sesuai dengan tingkat kebutuhan perusahaan. Tentu saja perusahaan harus memiliki tenaga psikolog yang handal agar mampu membaca karakter pribadi dari setiap pelamar sehingga sesuai dengan hasil dan harapan perusahaan dalam menjaring atau recruitment karyawan sesuai dengan kualifikasi pendidikan dan posisi yang akan ditempati.

9.3 Implementasi Manajemen SDM dalam Bisnis Kuliner

Penerapan manajemen SDM yang baik dan sehat merupakan tantangan tersendiri dalam menjalankan usaha kuliner. Oleh karena itu, untuk dapat menaklukkan tantangan tersebut perlu adanya kerjasama antara atasan dan bawahan dalam menerapkan manajemen SDM di dalam bisnis kuliner. Hal ini berlaku untuk semua bisnis kuliner baik yang baru dimulai, baru berkembang ataupun sudah berkembang dengan pesat. Beberapa strategi dasar yang harus dianalisis dalam mengimplementasikan manajemen SDM. Berikut ini adalah langkah-langkahnya yaitu sebagai berikut :

1. *Desain Organisasi*

Suatu bisnis kuliner akan berkembang apabila desain organisasinya sudah terbentuk dan terstruktur dengan jelas sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai secara bersama. Desain organisasi ini bertujuan untuk menggambarkan tugas tanggung jawab dan kewenangan serta tolak ukur keberhasilan dalam bisnis kuliner yang dijalankan.

Hal yang sering dilakukan oleh pebisnis yang sedang berkembang adalah merasa perlu adanya penambahan jumlah karyawan tanpa memikirkan rasio kebutuhan yang

sebenarnya. Padahal yang seharusnya dilakukan adalah mampu mempush karyawan yang ada agar mereka lebih termotivasi dan giat dalam berkontribusi menjalankan bisnis kuliner untuk lebih maju dan berkembang pesat.

Kegiatan yang dapat dilakukan dalam organization design (desain organisasi) yaitu sebagai berikut:

- Menentukan peran dari setiap bidang yang telah didesain
- Definiskan peran dari setiap bidang agar jelas tugas dan tanggung jawabnya
- Menentukan skala prioritas dan rasio karyawan pada setiap bidang sesuai dengan kebutuhan

2. *Talent Acquisition*

Adalah suatu pendekatan strategis yang lebih terukur dalam perekrutan karyawan baru dengan cara mengidentifikasi dan menilai pelamar. Hal ini dilakukan untuk menjaring karyawan baru berdasarkan kualitasnya bukan kuantitasnya. Hal ini dilakukan agar kompetensi keahlian yang mereka miliki dapat disesuaikan dengan tingkat kebutuhan pada perusahaan.

Kegiatan yang dapat dilakukan dalam talent acquisition adalah sebagai berikut:

- Mengenalkan usaha kuliner yang dikemas secara menarik dan menginspirasi sehingga banyak pelamar yang antusias untuk datang melamar
- Memperjelas offering dan kualifikasi kompetensi keahlian yang dibutuhkan
- Mengkomunikasikan atau mempublish info lowongan pekerjaan pada akun-akun atau situs resmi agar dapat dibaca oleh seluruh orang khususnya media sosial yang sednag bnayak digandrungi oleh masyarakat.

- Menggunakan pendekatan strategis dalam perekrutan agar karyawan baru yang diterima memiliki standar kualitas dalam masa percobaan.

3. *Penghargaan dan Imbalan (Remunerasi)*

Karyawan juga manusia yang ingin dihargai. Oleh karena itu berikanlah penghargaan dan apresiasi sesuai dengan kinerja yang diberikan pada perusahaan. Kita harus jeli dan obyektif dalam memberikan reward dan remun kepada karyawan berdasarkan penilaian kinerja yang baik dan memberikan kemajuan pada bisnis kuliner. Bukan malah sebaliknya bersifat subyektif dalam pemberian reward dan remun sehingga menimbulkan kecemburuan sosial diantara karyawan perusahaan.

Kegiatan yang dapat dilakukan dalam pemberian penghargaan dan imbalan (remun) yaitu sebagai berikut:

- Membuat standar gaji secara terstruktur
- Menggunakan skala gaji atau standar gaji yang terstruktur dalam pemberian reward dan remun karyawan
- Mengevaluasi standar gaji yang diberikan dan memberikan promosi atau jenjang karir secara berkala
- Mengagendakan dan menyiapkan penghargaan dan remun karyawan melalui pemilihan karyawan teladan, bonus, dan liburan gratis.
- Mengagendakan kegiatan yang bertujuan untuk menjalin kedekatan dengan keluarga karyawan (silaturahmi) melalui family gathering yang dilakukan setiap tahun.

4. *Talent Development & Retention*

Salah satu tantangan terbesar pada dunia bisnis adalah talent development and retention. Semakin berkembangnya bisnis atau usaha maka kompetensi yang dimiliki oleh

karyawanpun harus mengikuti perkembangan. Prioritaskan karyawan yang memiliki kemampuan dan mengembangkan bisnis dan berikan peluang atau tempat untuk pengembangan kompetensi keahliannya sehingga hal tersebut akan memacu perkembangan bisnis menjadi lebih besar dan karyawan merasa difasilitasi oleh perusahaan untuk pengembangan dirinya baik secara profesional maupun kepribadiannya.

Kegiatan yang dapat dilakukan dalam talent development and retention yaitu sebagai berikut:

- Membuat jadwal training program secara teratur
- Merencanakan dan mengagendakan jenjang karir secara berkala agar semua karyawan memiliki kesuksesan yang sama dalam bekerja.

9.4 Penutup

Berdasarkan uraian penjelasan di atas dapat dibuktikan bahwa implementasi manajemen SDM pada bisnis kuliner mampu mengantarkan perkembangan usaha kuliner itu sendiri. Sikap konsisten dan sustainable yang dipertahankan oleh pengusaha kuliner mampu mendorong peningkatan sumber daya manusia menjadi lebih berkualitas secara profesional maupun mandiri. Apabila bisnis kuliner berkembang artinya kita telah mampu ikut berpartisipasi mewujudkan program pemerintah dalam mengembangkan ekonomi kreatif yang menumbuhkan UMKM pada bidang usaha kuliner.

Bab 10

Perlindungan Rahasia Dagang Pada Bisnis Kuliner

10.1 Pengantar

Bisnis kuliner merupakan salah satu jenis usaha yang tidak akan pernah habis, akan selalu ada setiap saat. Alasannya sangat sederhana, karena makan adalah kebutuhan pokok manusia disegala usia. Tidak heran jika sektor bisnis kuliner selalu berkembang setiap tahunnya. Seiring dengan kemajuan teknologi usaha kuliner semakin beragam jenis dan rasanya. Berbagai teknik untuk mendapatkan kuliner yang menarik diupayakan dan disampaikan kepada konsumen. Sehingga konsumen berbondong-bondong ingin mencoba, seperti ice nitrogen misalnya, yaitu kuliner yang dibuat dengan memadukan proses fisika dan juga kimia. tak hanya rasanya yang nikmat pegolahan es krim nitrogen ini biasanya mengusung konsep open kitchen sehingga para pengunjung dengan bebas bisa melihatnya. Dan itu tentu saja menjadi hiburan tersendiri bagi orang-orang.

Selain teknik pembuatan, teknik distribusi pun semakin dipermudah dengan adanya teknologi. Saat ini hampir tidak ada usaha kuliner yang tidak menggunakan teknologi online dalam proses pemasarannya, khususnya usaha bisnis yang dikelola oleh

generasi milenial atau generasi muda lainnya. Dengan menyediakan pelayanan secara online pemilik bisnis kuliner dapat memperluas jaringannya. Apalagi dimasa pandemi Covi19 ini, penjualan secara online menjadi sebuah alternatif yang bersahabat dengan kebijakan *social distancing*.

Usaha kuliner sebagai usaha yang bergerak seputar makanan dan minuman tentunya sangat tergantung pada bumbu dan racikan atau biasa disebut dengan resep. Resep sebagai modal dasar dari bisnis kuliner memegang peranan sangat penting dalam menentukan sebuah produk kuliner akan digemari atau ditinggalkan. Sekalipun mungkin saat ini banyak konsumen khususnya kaum hawa yang sekalian berkuliner juga ber swa foto di restaurant, kafe atau gerai makanan minuman yang dituju, namun ketika rasa dari menu yang ada tidak berkenan di lidah mereka maka mereka tidak akan kembali karena momen berswa foto cukup satu kali saja. Oleh karena rasa memegang peranan utama dalam usaha kuliner maka reseplah yang menjadi primadona atau memegang prosentase terbesar dalam menentukan berhasil tidaknya usaha kuliner.

Semaraknya perkulineran di Indonesia dibuktikan dengan banyaknya gerai-gerai makanan yang mengusung makanan dan minuman dengan gaya dan sensasi berbeda yang berasal dari temuan-temuan resep yang memunculkan rasa dan jenis kuliner yang baru contohnya seblak, telur gulung, es krim goreng dan lain sebagainya. Muncul pula berbagai resep untuk satu jenis makanan yang memodifikasi kuliner lama dengan mengikuti perkembangan selera konsumen misalnya serabi topping keju, risole mayonnaise dan lain sebagainya. Masing-masing resep tersebut mempunyai kekuatan rasa yang di klaim berbeda dan lebih enak dibandingkan yang konvensional. Resep bakso misalnya, jika diumpakan keberadaan bakso di Indonesia seperti oksigen, ada dimana-mana, namun setiap penjual bakso memiliki resep sendiri sendiri dan memang berbeda cita rasanya satu sama lain. Namun karena satu dan lain hal ada bakso yang

begitu digandrungi konsumen dan pula yang sepi pengunjung, perbedaan rasa ini diakibatkan oleh resep yang berbeda walaupun luarannya ajalah sama-sama semangkuk bakso. Beberapa gerai bakso yang cukup dikenal dan berbeda versi dan rasa antara lain:



Gambar 10.1 Gerai bakso

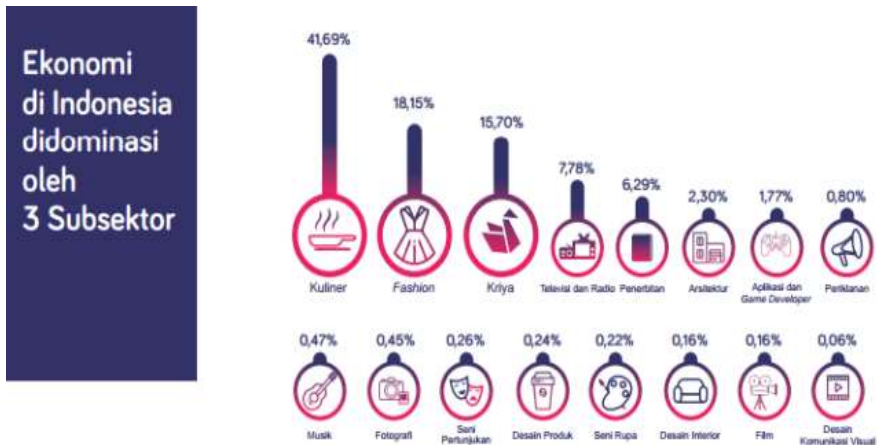
Pesatnya perkembangan industri kuliner memunculkan kompetisi ketat untuk meraih konsumen. Para pengusaha kuliner berlomba adu kreatifitas demi memenangkan kompetisi tersebut, ada yang berhasil ada pula yang gagal. Namun ada beberapa oknum yang berkompetisi dengan tidak jujur, salah satunya dengan mencuri resep rahasia dari kompetitornya, sehingga merugikan pemilik resep yang bersangkutan. untuk itu tulisan ini akan membahas tentang perlindungan bagi pemilik resep khususnya resep yang dirahasiakan kemudian dipergunakan pihak lain tanpa ijin dan upaya hukum apa yang dapat dilakukan pemilik resep tersebut.

10.2 Pembahasan

Pada tahun 2016 Data statistik ekonomi kreatif Indonesia menyebutkan bahwa sejak 2010 hingga 2015, besaran PDB ekonomi kreatif mengalami kenaikan rata-rata 10,14% setiap tahunnya, yaitu dari Rp 525.96 triliun menjadi Rp 852.24 triliun.

Nilai ini memberikan kontribusi terhadap perekonomian nasional berkisar 7,38% sampai 7,66%, yang didominasi oleh tiga

subsektor, yaitu kuliner dengan 41,69%, fesyen 18,15%, dan kriya 15,70%.



Gambar 10.2 Kontribusi PDB Ekonomi Kreatif Berdasarkan 16 Subsektor pada 2016, sumber: Hasil Survei Khusus Ekonomi Kreatif oleh Berkaf dan BPS.

Data diatas menunjukkan bahwa bisnis kuliner merupakan bisnis berpengaruh bagi perekonomian nasional Indonesia, dengan demikian pelaku bisnis kuliner harus sungguh-sungguh dalam menjalankan usahanya tersebut antara lain dengan memahami bahwa resep andalan harus dijaga jangan sampai diambil alih tanpa ijin oleh pihak lain terutama pihak asing yang tentu akan merugikan baginya. Mengingat kemungkinan itu pelaku usaha bisnis di Indonesia harus mengetahui bagaimana melindungi resep andalannya.

Bisnis Kuliner merupakan suatu kegiatan yang memproduksi makanan dan minuman yang akan dijual ke konsumen, tentunya bertujuan untuk menghasilkan keuntungan semaksimal mungkin. Unsur penting dari bisnis kuliner adalah resep.

Resep masakan/minuman adalah takaran yang digunakan untuk membuat masakan (makanan & minuman) yang telah

teruji ke akuratnya. Untuk dapat membuat masakan tentunya juru masak harus menyiapkan bahan-bahan terlebih dahulu untuk diolah menjadi masakan siap saji. 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. Dengan demikian resep makanan dapat dilindungi oleh salah satu hak dari Hak Kekayaan Intelektual (HKI) yaitu Rahasia dagang, karena resep makanan/minuman (resep kuliner) merupakan informasi atau metode membuat makanan/minuman yang dibuat oleh seseorang yang kreatif dan inovatif dan layak mendapat penghargaan berupa HKI dalam hal ini rahasia dagang.

Undang-undang No.30 Tahun 2000 Tentang Rahasia Dagang (UURD) adalah undang-undang yang melindungi berbagai informasi atau metode dibidang teknologi dan bisnis yang memenuhi syarat. Syarat-syarat tersebut adalah metode atau informasi tersebut haruslah sesuatu yang dirahasiakan dan tidak diketahui oleh umum, dijaga kerahasiaannya dan memiliki nilai komersil. Untuk itu Sebuah resep yang tidak umum, dikomersilkan dan dijaga kerahasiaannya memiliki potensi dilindungi Rahasia Dagang.

Klaim bahwa resep kuliner diarahasiakan sehingga tidak diketahui umum, dapat dibuktikan dari cita rasa kuliner tersebut tidak ditemukan ditempat lain dan resepnya belum diketahui banyak orang atau resep kuliner tersebut belum terpublikasi. Sekarang ini dengan adanya media sosial seperti tiktok, Instagram, atau youtube berita tentang dimana ada kuliner yang uniq atau tidak umum akan diserbu konsumen sekalipun harus bersusah payah. Karena keunikan cita rasanya atau sensasi dari kuliner tersebut yang khas dan tidak didapatkan ditempat manapun membuat konsumen rela berkorban untuk mencoba dan menikmatinya. Selain itu perlu diketahui bahwa pengertian tidak ketahu oleh umum juga memiliki arti bahwa resep tersebut

tidak dipublikasi atau tidak disampaikan ke khalayak ramai dengan cara apapun sehingga diduga orang akan dengan mudah membuat kuliner yang sama dari publikasi tersebut, maka jika hal ini dilakukan maka unsur tidak diketahui umum itu gugur.

Nilai komersil artinya resep yang tidak umum tersebut memberikan keuntungan bagi pemiliknya, karena Resep kuliner tersebut dipergunakan pada usaha kulinernya dan dari situ mendatangkan keuntungan finansial. Dengan begitu maka resep kuliner tersebut dapat dikategorikan sebagai resep yang memiliki nilai komersil. Seseorang yang memiliki resep kuliner yang khas atau tidak umum namun tidak menguntungkan untuk pemiliknya karena tidak digemari, maka tidak memenuhi syarat untuk dilindungi Rahasia Dagang.

Syarat terakhir, sebuah resep kuliner akan dilindungi rahasia dagang apabila pemilik resep memang merahasiakan atau menjaga kerahasiaan resep tersebut. Upaya seperti apa yang dapat dikategorikan menjaga kerahasiaan menurut UURD sehingga sebuah resep dilindungi rahasia dagangnya, diatur pada Pasal 3 UURD yang menyatakan bahwa pemilik rahasia dagang atau pemegang hak dapat dianggap sudah menjaga kerahasiaan apabila telah melakukan upaya berupa langkah-langkah yang patut. Dengan demikian upaya merahasiakan dapat dilakukan dengan cara apapun sepanjang upaya tersebut menunjukkan bahwa pemilik resep memang tidak ingin resepnya diketahui oleh pihak lain. Sekalipun upaya itu dilakukan tanpa melalui upaya yang bersifat formil seperti dengan membuat perjanjian secara notaris ataupun perjanjian dibawah tangan. Misalnya seorang pemilik usaha kuliner ketika merekrut karyawan mengatakan bahwa resepnya adalah dirahasiakan dan ketika menjelaskan isi resep dan proses pembuatan masakannya dilakukan dengan berbisik atau dilakukan diruang tertutup dan tidak banyak orang, hal demikian sudah dapat dianggap sebagai Langkah yang patut dianggap menjaga kerahasiaan dari resepnya. Namun alangkah lebih baik lagi jika dibuat perjanjian

tertulis atau lebih baik lagi dihadapan notaris sehingga jika ada pelanggaran ada bukti yang kuat bahwa pemilik resep telah melakukan langkah menjaga kerahasiaan resepnya.

Perjanjian menjaga kerahasiaan sebuah rahasia dagang selain bertujuan agar kerahasiaannya dijaga saat adanya kontrak kerja atau masa seseorang bekerja pada pemilik resep rahasia dagang atau penerima lisensi, juga untuk masa kontrak atau lisensi tersebut sudah berakhir. Kasus-kasus yang ada dimasyarakat biasanya resep masakan yang dirahasiakan dipergunakan oleh mantan karyawan dari pemilik resep yang bersangkutan, kemudian mantan karyawan tersebut akan mempromosikan produknya memiliki rasa dengan produk dari pemilik resep dimana sebelumnya dia berkerja, sebagai contoh : Bakmi....rasa GM, dan lain sebagainya. Hal ini juga bisa dilakukan oleh penerima lisensi yang kontrak nya sudah habis dan tidak diperpanjang lagi.

Seperti hak cipta, perlindungan rahasia dagang diberikan tanpa pendaftaran/pencatatan seperti HKI pada umumnya. Sebuah rahasia dagang akan dilindungi selama rahasia tersebut masih terjaga, belum terpublish di masyarakat atau diketahui oleh umum. Sebuah rahasia dagang dapat dilisensikan, ketika dilisensikan perjanjian lisensi tersebut harus dictatkan ke Direktorat Jenderal Kekayaan Intelektual (DJKI) tanpa harus menguraikan metode atau informasi yang menjadi rahasia dagang. Kelalaian pencatatan lisensi berakibat lisensi tersebut tidak mengikat pada pihak ke 3.

10.3 Penutup

Berdasarkan paparan diatas maka hal-hal pernting yang perlu di ingat untuk melindungi sebuah resep kuliner yang ingin dilindungi rahasia dagang adalah dengan mematuhi syarat-syaratnya, yaitu resep tersebut :

1. Harus merupakan resep yang dirahasiakan atau tidak diketahui oleh umum, artinya tidak ada pihak lain yang

menggunakan resep yang sama atau menghasilkan rasa yang sama.

2. Harus memiliki nilai komersial, dengan mengandalkan resep kuliner tersebut pengusaha kuliner yang bersangkutan meraih keuntungan. Apabila resep tersebut tidak menguntungkan maka resep tersebut tidak komersil.
3. Harus dijaga kerahasiannya dengan berbagai cara, baik perjanjian tertulis secara formil dihadapan notari, perjanjian dibawah tangan atau dengan langkah-langkah yang patut diduga bahwa pemilik resep berupaya menjaga kerahasiaan resep kulinernya.

Karena rahasia dagang perlindungannya tanpa pencatatan atau pun pendftaran disarankan segala bentuk penggunaan resep rahasia tersebut akan digunakan pihak lain dengan perjanjian, lakukkannlah secara tertulis, dan jika resep tersebut dilisensikan maka harus dicatatkan ke DJKI agar melindungi rahasia dagang tersebut.

Beberapa contoh Langkah langkah baik internal maupun eksternal untuk melindungi kerahasiaan resep dan/atau metode pengolahan makanan dan/atau minuman pengusaha kuliner adalah sebagai berikut ini.

- a. File-file terkait resep kuliner disimpan dengan baik.
- b. Berikan judul pada file tersebut “Resep Rahasia Dilarang Mengcopy”.
- c. Selalu mengingatkan kepada karyawan atau pihak terkait lainnya bahwa resep kuliner pada gerai tersebut merupakan resep yang dirahasiakan yang tidak boleh dibocorkan.
- d. Mengingatkan bahwa jika ada kebocoran atau pengungkapan akan dikenakan sanksi berupa pemecatan dan pelaporan kepada pihak berwajib.

- e. Meminimalisir karyawan yang mengetahui resep kuliner yang dirahasiakan tersebut.
- f. Ada Tulisan dilarang masuk atau “staff only” pada ruangan yang didalamnya terdapat data atau file resep rahasia, misalnya diruangan yang didalamnya tersimpan perangkat komputer tempat menyimpan file resep rahasia tersebut.

Hal-hal tersebut diatas merupakan beberapa ide untuk menjaga kerahasiaan sebuah rahasia dagang dalam hal ini resep kuliner. Sehingga unsur bahwa resep yang dirahasiakan itu memang dijaga kerahasiannya melalui langkah dan upaya yang patut dapat dibuktikan.

Namun, karena dalam hukum acara khususnya perdata bukti yang paling tinggi dan kuat adalah bukti tertulis, alangkah lebih baik upaya atau langkah menjaga kerahasiaan dilakukan secara tertulis atau akan lebih kuat lagi jika dilakukan dihadapan notaris. Sekalipun semua masalah pembuktian rahasia dagang dapat diterima atau tidaknya ditangan hakim, namun jika terhadap perjanjian notaril seharusnya hakim memahami kekuatan pembuktian dari perjanjian tersebut sangat kuat dan patut diterima sebagai bukti bahwa ada perjanjian kongkrit yang menunjukkan upaya larangan melakukan pengungkapan rahasia dagang dari si pemilik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, A. U., Asmara, A. A., Asmarany, A., Ardhayanti, L. I., Ramadhani, D. S., & Iskandar, R. D. (2021). A linkage of personal, food, and environmental hygiene to presence of E. coli in Warmino Food Stall. *Gaceta Sanitaria*, 35, S107–S111. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.008>
- Aissaoui, N., Haouari, M., & Hassini, E. (2007). Supplier selection and order lot sizing modeling: A review. *Computers and Operations Research*, 34(12), 3516–3540. <https://doi.org/10.1016/j.cor.2006.01.016>
- Alamri, A. A., & Syntetos, A. A. (2018). Beyond LIFO and FIFO: Exploring an Allocation-In-Fraction-Out (AIFO) policy in a two-warehouse inventory model. *International Journal of Production Economics*, 206(March 2017), 33–45. <https://doi.org/10.1016/j.ijpe.2018.09.025>
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi* (8th ed.). Gramedia Pustaka Utama.
- Amid, A., Ghodsypour, S. H., & O'Brien, C. (2006). Fuzzy multiobjective linear model for supplier selection in a supply chain. *International Journal of Production Economics*, 104(2), 394–407. <https://doi.org/10.1016/j.ijpe.2005.04.012>
- Anggraeni, N. and Handayani, H. T. (2022) 'Penerimaan konsumen dan nilai gizi cendol ikan lele (*Clarias batrachus*) dengan penambahan serbuk kopi', *Agromix*, 13, pp. 1–8.
- Anggraeni, N. O. (2020) 'Pemanfaatan Belut (*Monopterus albus*) pada Pembuatan Cendol Kaya Protein', *Jurnal Agercolere*, 2(2), pp. 47–52. doi: 10.37195/jac.v2i2.118.
- Anggraeni, N., Hakim, L. and Fadhilah, W, F. (2020) 'Peningkatan Kesadaran Masyarakat untuk Gemar Makan Ikan: Pelatihan Pembuatan Es Dawet Belut Manis', *Magistrorum et Scholarium: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), pp. 130–139. doi:

Anggraeni, N., Sastro Darmanto, Y. and Riyadi, P. H. (2016) 'Pemanfaatan Nanokalsium Tulang Ikan Nila (*Oreochromis niloticus*) pada Beras Analog dari Berbagai Macam Ubi Jalar (*Ipomoea batatas* L.)', *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 5(4), pp. 114–122. doi: 10.17728/jatp.187.

Aspiani, M. and Rustiawan, A. (2020) 'Hubungan Pengetahuan, Sikap Penjamah Makanan dan Fasilitas Sanitasi terhadap Keamanan Pangan di Rumah Makan Kawasan Wisata Kuliner Pantai Depok Kabupaten Bantul 2019', *University Research Colloquium*, pp. 1–8.

Association, R. C. (2017). *Culinology: The Intersection of Culinary Art and Food Science* (J. J. Cousminer (ed.); I). Wiley.

Benghozi, P. J., Krob, D., & Rowe, F. (2013). Advances in Intelligent Systems and Computing: Preface. *Advances in Intelligent Systems and Computing*, 205 AISC, 161–182. <https://doi.org/10.1007/978-3-642-37317-6>

Berliana, B., Nelwida, N., & Nurhayati, N. (2020). Massa Protein dan Lemak Daging Dada pada Ayam Broiler yang Mengonsumsi Ransum Mengandung Bawang Hitam (Black garlic) Breast Meat Mass Protein and Fat of Broiler Chicken Consumed Diet Containing Black Garlic. *Sains Peternakan*, 18(1), 15–22.

Budiningsih, Annayanti. 2008. Dasar kompetensi Kejuruan Restoran untuk SMK Kelas X Semester I Seni, Pariwisata, dan teknologi Kerumahtanggaan.Yudhistira.

Byjus. (2022). *Food Production*. <https://byjus.com/biology/food-production/>

Casey, D. K., & Casey, D. (2012). *P Rivate F Ood S Afety and Q Uality S Tandards and the Wto*. 2007.

Central, M. (2001). *Peter Atkins and Ian Bowler (2001) Food in society : economy , culture , geography London : Arnold PART II*

- The Political Economy of Food*. 4(January), 1–2.
- Culinary Kitchen Brigade (Key)*. (2015). 2015.
- Deprá, M. C., Dias, R. R., Zepka, L. Q., & Jacob-Lopes, E. (2022). Building cleaner production: How to anchor sustainability in the food production chain? *Environmental Advances*, 9(May), 100295. <https://doi.org/10.1016/j.envadv.2022.100295>
- Dhanita, Lisa dan Hidayat, A. (2015). Gambaran Adversity Quetient Pada Wirausahawan Melayu Di Bidang Kuliner. *An-Nafs*, Vol.9 No.3.
- Dini. (2012). 5 Konsep Dasar Bisnis Kuliner. Kompas.Com. <https://lifestyle.kompas.com/read/2012/07/13/12221729/~Wirausaha~Tips>
- Dr. Sugeng Prayetno, M.M., CHRA. (2018). Peran Sumber Daya Manusia Dalam Strategi Bisnis. Majalah Manajemen & Bisnis Ganesha. Vol 2 No 1.
- Eddy Soegiarto K dan Mardiana, M. (2016). Perilaku Konsumen dalam Berbelanja Pakaian Wanita di Pasar Pagi Samarinda. *Ekonomia*, 5(3), 298–312.
- Firmansyah, D. M. A. (2018). Perilaku Konsumen (Perilaku konsumen). *Jurnal Agora*, 5 No.(september), 5–299.
- Food hygiene Basic texts*. (2009).
- Hadiwiyanti, R., & Martotenoyo, R. S. (2018). Pemilihan Supplier Bahan Baku Perbaikan Mesin. *Jurnal Sistem Informasi Dan Bisnis Cerdas (SIBC)*, 11(1).
- Hall, M., Sharples, L., Mitchel, R., Macionis, N., & Caambourne, B. (2004). *Food Tourism Around The World* (1st ed.). Routledge.
- Haryanti, D. Y. and Suryaningsih, Y. (2021) 'Food Safety Knowledge of Food Sanitation Hygiene Practices in the Era of Pandemic COVID-19', *The Indonesian Journal of Health Science*, 13(1),

pp. 25–34. doi: 10.32528/ijhs.v13i1.5292.

Hasana, K. R., Hafid, H., & Malesi, L. (2017). NILAI NUTRISI DAGING SAPI SETELAH PERENDAMAN DALAM JUS RIMPANG LAOS (Alpinai Galanga). *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Peternakan Tropis*, 4(1), 13. <https://doi.org/10.33772/jitro.v4i1.2719>

<http://cutrisanurzinahfonna.blogspot.com/2013/09/pengertian-resep-masakan-dan-standar.html>

<http://eprints.binadarma.ac.id/7702/1/Aspek%20Sumber%20Daya%20Manusia%20skb%20minggu%20ke%208.pdf>.

<http://lasiamana.blogspot.com/2011/06/make-recipe-and-menu.html>

[https://www.google.com/search.gambar aneka glass](https://www.google.com/search.gambar+aneka+glass)

<https://foodizz.id/artikel/4-langkah-membangun-sumber-daya-manusia-di-dalam-bisnis-kuliner-2>.

<https://karyailmiah.unipasby.ac.id/wp-content/uploads/2018/01/gdlhub-susilowati-295-1-diana.pdf>

<https://kumparan.com/soprema-ugm1494294022902/inilah-tiga-subsektor-industri-kreatif-yang-menjadi-unggulan-perekonomian-kreatif/3>

<https://listonic.com/kitchen-utensils-list>

<https://lmsspada.kemdikbud.go.id/mod/forum/discuss.php?d=6356>.

<https://travelingyuk.com/es-krim-nitrogen>

<https://www.jurnal.ideaspublishing.co.id/index.php/ideas/article/view/726/328>

Irwansyah, R., Listya, K., Setiorini, A., Hanika, I. M., Hasan, M., Utomo, K. P., Bairizki, A., Lestari, A. S., Rahayu, D. W. S., Butarbutar, M., Nupus, H., Hasbi, I., Elvera, & Triwardhani,

- D. (2021). Perilaku Konsumen. In *Widina*.
- Jiang, Q., Zhang, M., & Xu, B. (2020). Application of ultrasonic technology in postharvested fruits and vegetables storage: A review. *Ultrasonics Sonochemistry*, 69(April), 105261. <https://doi.org/10.1016/j.ultsonch.2020.105261>
- Jurnal Emik, Volume 4 Nomor 1 Juni 2021, Bisnis Kuliner Rintisan di Masa Pandemi Covid19, Aulya Ika Pratiwi A.B
- Jurnal Manajemen dan Bisnis ISSN : 1829-8486 (print) Volume 15, No. 2, April 2018 <http://journal.undiknas.ac.id/index.php/magister-manajemen/> 192 Strategi Pemasaran Bisnis Kuliner Menggunakan Influencer Melalui Media Sosial Instagram by Made Resta Handika (1) Gede Sri Darma (2)
- Kemenkes RI 2013. Pedoman PGRS(Pelayanan Gisi Rumah Sakit) Jakarta RI
- Kemenparekraf. (2022). *Kuliner*. Kemenparekraf.Go.Id. <https://kemenparekraf.go.id/layanan/Subsektor-Ekonomi-Kreatif/Kuliner>
- Kizzie-Hayford, N., Dabie, K., Kyei-Asante, B., Ampofo-Asiama, J., Zahn, S., Jaros, D., & Rohm, H. (2021). Storage temperature of tiger nuts (*Cyperus esculentus* L) affects enzyme activity, proximate composition and properties of lactic acid fermented tiger nut milk derived thereof. *Lwt*, 137(August 2020), 110417. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2020.110417>
- Kurniasih, W. (2021). 17 Makanan Khas Indonesia Yang Mendunia. Gramedia.Com. <https://www.gramedia.com/best-seller/makanan-khas-indonesia-yang-mendunia/>
- Kusaeri, A., Hermansyah, M., & Bashori, H. (2016). Analisis Pemilihan Supplier menggunakan Pendekatan Metode Analitical Hierarchy Process di Pt XX. *Journal Knowledge*

- Kushner, A. (2022). No Title.
<https://www.approve.com/blog/material-procurement/>
- Lestari, T. R. P. (2020) 'Keamanan Pangan Sebagai Salah Satu Upaya Perlindungan Hak Masyarakat Sebagai Konsumen', *Aspirasi: Jurnal Masalah-masalah Sosial*, 11(1), pp. 57–72. doi: 10.46807/aspirasi.v11i1.1523.
- Maiz, E., Urkia, I., Bereciartu, A., Urdaneta, E., & Alliot, X. (2019). Introducing novel fruits and vegetables: Effects of involving children in artistic plating of food. *Food Quality and Preference*, 77(January), 172–183.
<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2019.05.006>
- Manthou, E., Coeuret, G., Chaillou, S., & Nychas, G. J. E. (2022). Metagenetic characterization of bacterial communities associated with ready-to-eat leafy vegetables and study of temperature effect on their composition during storage. *Food Research International*, 158(June), 111563.
<https://doi.org/10.1016/j.foodres.2022.111563>
- Mathis, R.L. & J.H. Jackson. 2006. Human Resource Management: Manajemen Sumber Daya Manusia. Terjemahan Dian Angelia(Jakarta: Salemba Empat).
- Meena, P. L., Sarmah, S. P., & Sarkar, A. (2011). Sourcing decisions under risks of catastrophic event disruptions. *Transportation Research Part E: Logistics and Transportation Review*, 47(6), 1058–1074.
<https://doi.org/10.1016/j.tre.2011.03.003>
- Mehmood, A., & Zeb, A. (2020). Effects of different cooking techniques on bioactive contents of leafy vegetables. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 22(August), 100246.
<https://doi.org/10.1016/j.ijgfs.2020.100246>

Mitchell, M., & Hall, D. (2005). *Rural Tourism and Sustainable Business* (I. Kirkpatrick & M. Mitchell (eds.)). Channel View Publications.

palace-foods. (2019). *How the Food Manufacturing Process Works*.
<https://palacefoodsinc.com/co-packing/how-the-food-manufacturing-process-works/>

Park, N., Sledge, T., Benninghoff, A. D., & Walsh, M. K. (2023). Influence of different food models and storage temperatures on the bacterial growth inhibition by maltodextrin laurate and sucrose laurate and investigation of their cytotoxicity. *Food Control*, 143(March 2022), 109295.
<https://doi.org/10.1016/j.foodcont.2022.109295>

Pengetahuan Tata Boga I (Food Product Operation). PPLP Dhyana Pura Bali.

PintarIlmu. (2019, September 4). *Pengertian Makanan Indonesia dan Klasifikasi makanan Indonesia | Prinsip Dasar Makanan Indonesia*. Pustakamadani.Com.
<https://www.pustakamadani.com/2019/09/pengertian-makanan-indonesia-dan.html>

Pujotomo, D., Umaindra, M. A., & Wicaksono, P. A. (2018). Perancangan Model Pemilihan Supplier Produk Cetakan Dengan Menggunakan Grey Based Topsis (Studi Kasus: Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang). *J@ti Undip: Jurnal Teknik Industri*, 13(2), 99.
<https://doi.org/10.14710/jati.13.2.99-108>

Purwanto, A. et al. (2021) 'Peningkatan Keamanan Pangan Melalui Pelatihan ISO 22000:2018 Sistem Manajemen Keamanan Pangan Pada Industri Kemasan Makanan di Tangerang', *Journal of Community Service and Engagement (JOCOSAE)*, 01(02), pp. 13–20. Available at: <https://jocosae.org/index.php/jocosae/article/view/10>.

Puspasari, H. U. D. (2019). *Persaingan Usaha Pada Industri Kuliner (Studi Tentang Pelaku Usaha Kuliner Sate Ayam di Kabupaten*

Ponorogo). 1–10.

- Ramadhani, N., Herlina, H., & Pratiwi, A. C. (2019). Perbandingan Kadar Protein Telur Pada Telur Ayam Dengan Metode Spektrofotometri Vis. *Kartika : Jurnal Ilmiah Farmasi*, 6(2), 53. <https://doi.org/10.26874/kjif.v6i2.142>
- Ratih, D. (2021). *Pengelompokan Makanan yang Perlu Kamu Ketahui*. Dream.Co.Id.
<https://www.dream.co.id/culinary/pengelompokan-makanan-yang-perlu-kamu-ketahui-210129a.html>
- Salmin, Moehyi. 1992. *Penyelenggaraan Makanan Institutsi dan Jasa Boga*. Jakarta: Ghratara.
- San-J. (2021). *YOUR GUIDE TO RESTAURANT SANITATION*.
<https://san-j.com/blog/guide-to-restaurant-sanitation/>
- Sigit, M., Putri, W. R., & Pratama, J. W. (2021). Perbandingan Kadar Lemak, Protein Dan Bahan Kering Tanpa Lemak (BKTL) Pada Susu Sapi Segar Di Kota Kediri Dan Kabupaten Kediri. *Ilmiah Fillia Cendekia*, 6(1), 11–21.
- Sirna, J. Adinegara; Strategi Pengembangan Desa Wisata Menjadi Desa Unggul Berdaya Saing Dan Mandiri Tahun 2001
- Suta Guna, Sirna, R. Utama; *Pork Satay Menu Creation as Culinary Tourism Baha Tourism Village, Badung, Bali, Indonesia, (International Journal of Current Science Research and Review ISSN: 2581-8341 Volume 05 Issue 04 April 2022 DOI: 10.47191/ijcsrr/V5-i4-54, Impact Factor: 5.995 IJCSRR @ 2022)*.
- Suta Guna, Sirna, R. Utama; *Transformation of Traditional Food with Duck Basic for Culinary Business Continuity in Ubud Tourist Village, Gianyar, Bali, Indonesia (Technium Vol. 2, Issue 7 pp.42-49 (2020) ISSN: 2668-778X www.techniumscience.com)*
- Sutrasmawati, E. (2008). Pengaruh Kompetisi Produk Dalam

Meningkatkan Kinerja Pemasaran Melalui Competitive Advantage. *Jurnal Bisnis Dan Ekonomi (JBE)*, 15(2), 91–97.

Tahar, N., Fitrah, M., & David, N. A. M. (2017). Penentu Kadar Protein Daging Ikan Terbang (*Hyrundichthys oxycephalus*) Sebagai Substitusi Tepung Dalam Formulasi Biskuit Nurshalati Tahar, Muhammad Fitrah, Nur Annisa Maulidia David. *Jurnal Farmasi*, 5(36), 251–257.

Tobey, J. A. (1920). Hygiene and Sanitation. *American Journal of Public Health*, 10(2), 169–169.
<https://doi.org/10.2105/ajph.10.2.169-a>

Tohyhan Priyanto. 2018. Peralatan Dapur. Deepublish

Trafialek, J. (2019). The Role of Suppliers of Raw Materials in Ensuring Food Safety. *Global Journal of Nutrition & Food Science*, 1(4), 1–2.
<https://doi.org/10.33552/gjnfs.2019.01.000517>

Truong, hanh. (2021). *Raw Materials in Food Manufacturing*.
<https://ziphacp.com/food-manufacturing/raw-materials.html>

Umam, E. (2022). 30 Makanan Internasional Paling Enak. Gramedia.Com. <https://www.gramedia.com/best-seller/makanan-internasional-paling-enak/>

Undang-undang nomor 10 tahun 2009 tentang Kepariwisataaan.

Undang-Undang-No.7-Tahun-1996. (2017). Undang-Undang-No.7-Tahun-1996 Tentang : Pangan. *Jurnal Sosial Humaniora*, 8(2), 4.

Utab, P. (2022). No Title. <https://persianutab.com/food-raw-materials-are-the-main-needs-of-the-food-industry/?lang=en>

Vedantu. (2022). *Food Production*.
<https://www.vedantu.com/biology/food-production>

- Vinet, L., & Zhedanov, A. (2011). Panduan Kerja Codex : Revisi 1. *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1689–1699.
- Wijaya, C. H. (2011). Ruang Lingkup Pengaturan Pangan dan Kegunaannya. *Modul 1*, 1–27.
- Wikibuku. (2012). *Resep*. <https://id.wikibooks.org/wiki/Resep> (diakses pada tanggal 30 Desember 2017)
- Zainun, Buchari, Manajemen Sumber Daya Manusia Indonesia, Jakarta: Gunung, 2001.
- Zhang, Z., Lu, Y., & Lu, R. (2021). Development and evaluation of an apple infield grading and sorting system. *Postharvest Biology and Technology*, 180(December 2020), 111588. <https://doi.org/10.1016/j.postharvbio.2021.111588>

BIODATA PENULIS



Novia Anggraeni, S.Pi., M.Sc. lahir di Semarang, pada 10 Juli 1994 sebagai anak pertama dari empat bersaudara dari pasangan Bambang Irawan dan Suyanti. Wanita yang kerap disapa Opik ini telah menyelesaikan pendidikan sarjana di Program Studi Teknologi Hasil Periklanan, Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan, Universitas Diponegoro pada tahun 2015.

Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan di Program Studi Ilmu dan Teknologi Pangan, Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Gadjah Mada, dan mendapatkan gelar Master pada tahun 2019. Saat ini, penulis menjadi salah Satu dosen di Program Studi Teknologi Pangan, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Nasional Karangturi Semarang.



I Gusti Ayu Ika Monika Prastyandhari, S.Pd., M.Pd lahir di Desa Ekasari, Kecamatan Melaya Kabupaten Jembrana Provinsi Bali, tanggal 1 Oktober 1983. Lulus pada tahun 2019 hingga mendapatkan gelar Magister Pendidikan Jurusan Administrasi Pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha

Singaraja. Saat ini tercatat sebagai dosen tetap di Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Ekonomika, Bisnis dan Humaniora, Universitas Dhyana Pura. Selain mengajar juga aktif terlibat dalam pelaksanaan kegiatan tridharma diantaranya adalah penelitian dan pengabdian masyarakat. Sebagai narasumber dalam kegiatan pengabdian dan saat ini ditugaskan sebagai sebagai tim pengelola jurnal

Media Edukasi dan sekretaris Program Studi. Penelitian yang berhasil di danai oleh Lembaga tahun 2020 berjudul Determinasi Kepemimpinan Kepala Sekolah, Kompetensi Guru, terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas XI di SMK Pratama Widya Mandala Badung dan pengabdian pada tahun 2021 yang berjudul PKM Pengolahan Tepung Labu Kuning (waluh) bagi Kelompok Wanita Tani (KWT) Dewi Catur, Desa Catur, Kecamatan Kintamani Kabupaten Bangli



Dahlia Elianarni, S.TP., M.Sc lahir di kota Sidoarjo pada 10 Mei 1997. Ia berhasil menyelesaikan program pascasarjana dan mendapat gelar Magister Science pada program studi Ilmu dan Teknologi Pangan Universitas Gadjah Mada. Saat ini ia tercatat sebagai dosen tetap dan mengajar mata kuliah managing and presenting business concept di Akademi Kuliner dan Patiseri Ottimmo Internasional, Surabaya, Jawa Timur. Selain mengajar ia juga aktif dalam kegiatan tridarma seperti penelitian dan pengabdian. Saat ini ia dipercaya sebagai training coordinator untuk pelatihan luar negeri pada Indonesian Halal Training and Education Center. Ia aktif dalam berorganisasi yaitu event and programe dividion pada English spoken community. Ia juga berhasil menjadi best presenter pada seminar nasional PATPI cabang Surabaya tahun 2022 dengan sub tema pangan fungsional dan Kesehatan. Ia juga pernah menjadi poster presenter pada Asean Food Conference 16th di bali. Ia juga memiliki sertifikat kompetensi ISO 22000 tentang food safety and management system dan Food handler dari BSN. Ia juga kerap menjuarai

lomba paduan suara baik dalam tingkat nasional dan internasional Bersama dengan PSM Gita Widya Giri UPN “Veteran” Jawa Timur. Berikut adalah publikasi yang dimilikinya :

1. Optimation 1,2 formulation of meat analog from cowpea (*Vigna Unguiculata* L Walp) protein curds and cocoyams (*Xanthosoma sagittifolium*) modification starch as filler : Original Article (2021)
2. Characteristics of chili powder (*Capsicum Frutescens* L.) with maltodextrin encapsulants from starch of white yam (*Dioscorea Alata* : Conference Paper (2019)



Anang Martoyo, SP., MM. lahir di Klaten, 22 Maret 1972. Penulis berhasil menyelesaikan pendidikan Sarjana (S1) Jurusan Agronomi di Fakultas Pertanian Universitas Jember pada tahun 1997 dan menempuh pendidikan Magister Manajemen (S2) konsentrasi Manajemen Pemasaran di Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Universitas Winaya Mukti Bandung, lulus pada tahun 2017.

Pada tahun 1998 s/d 2000 bekerja sebagai Tenaga Pengawas Lapangan di PT Perkebunan Nusantara (*persero*) tbk. Kebun Sumberjambe Banyuwangi, pada kurun 2000 s/d 2018 bekerja di PT Tiga Serangkai International pada bagian operasional dengan jabatan terakhir sebagai Deputy Branch Manager, dan pada tahun 2018 hingga saat ini bekerja sebagai Dosen Tetap Yayasan di Institut Teknologi dan Bisnis Bank Rakyat Indonesia (BRI Institute) pada Program Studi Kewirausahaan.

Hasil karya tulis terpublikasi berupa Book Chapter:

1. Peningkatan Ekonomi Desa Wisata Tanjung Lesung
2. Manajemen Bisnis

Hasil karya tulis belum terpublikasi berupa modul kuliah terdiri dari:

1. Modul Kuliah Kewirausahaan
2. Modul Kuliah Pengantar Manajemen & Bisnis
3. Modul Kuliah Studi Kelayakan Bisnis
4. Modul Kuliah Penemuan Peluang & Ide Bisnis

Pelatihan profesional yang pernah diikuti penulis diantaranya:

1. Penyusunan modul UMKM Rumah Kreatif BUMN Bank BRI
2. ToT Penyusunan Modul UMKM, IPB & YBIG
3. Pelatihan Menjadi Top Peneliti *Mixed Methods* ERKU



Ni Ketut Wiradnyani, SP., M.Si, lahir di Blimbingsari, 11 Mei 1967. Menyelesaikan studi sarjana di Universitas Mataram dan Magister di Universitas Udayana, saat ini ia bekerja sebagai dosen di Program Studi Gizi Universitas Dhyana Pura. Sebelumnya ia aktif mengajar di Universitas Dhyana Pura pada Mata Kuliah ; Fundamental dietary culinary, Mata Kuliah Pilihan Antiageing dan Politeknik Internasional Bali pada Mata Kuliah Pengetahuan Menu, Pangan dan Gizi. Selain kesibukannya di kampus, ia juga tercatat sebagai Asesor di LSP Food Production Parindo/BNSP) serta aktif melakukan Assesment di Pusat Pendidikan dan Latihan Pariwisata Dhyana Pura, dan beberapa Lembaga lainnya pada Bidang Food Production dan telah mengajar mahasiswa serta beberapa Chief dari Hotel di Bali sejak tahun 2004. Aktiv sebagai peneliti, melakukan pengabdian dan pemenang beberapa Hibah DPRM Kemenriastek DIKTI dan Hibah Internal Perguruan Tinggi Universitas Dhyana Pura. Penulis Buku Monograf “Loloh Sinom Dibalik Kaca Bening Antiageing Antidiabetes Rakyat Jelata “Sebagai Therapyst persefektif Antioksidan pada Rumah Terapy Antioksidan sekaligus sebagai Owner yang mengaplikasikan hasil-hasil Research pada produk yang dipergunakan oleh penderita penyakit Degeneratif. Aktif pada beberapa Kegiatan Masyarakat diantaranya sebagai Ketua Dewan Pakar Nasional pada Organisasi Jaringan Pendampingan Kemasyarakatan skala Nasional (JPKPN) dan sebagai Ketua Bidang Penelitian pada Organisasi Media Independent Online (MIO), Team Panitia inti Kesehatan penerapan pola makan sehat kajian Antioksidan pada PESPARAWI KE VIII dan masih banyak kegiatan lain yang diikuti.



I Ketut Sirna, SH., MM lahir di Jembrana Bali pada tanggal 26 April 1962. Sebagai Dosen Tetap dan aktif di Universitas Dhyana Pura, Program Studi Manajemen, dan sebagai peneliti di bidang Manajemen, Pariwisata, Hotel, Ekonomi, Social dan Budaya, dan aktif dalam pengabdian masyarakat serta sebagai pendamping desa wisata di Bali

barat, pada kegiatan akademik dipercaya sebagai Pembimbing Akademik untuk Mahasiswa Prodi Manajemen, dan sebagai Instruktur pelatihan Perhotelan di PPLP Dhyana Pura dari tahun 1997 sampai sekarang, dan beberapa pengalaman yang menarik, pernah bekerja sebagai praktisi di hotel bintang lima, sedari tahun 1984-1993, sebagai front liner, dari tahun 1994-2002, sebagai cost controller, dari tahun, 2002-2008 sebagai Log & Purchasing manajer, dari tahun 2009-2011, sebagai Training Manajer, dari tahun 2011-2018 sebagai Quality Assurance Manajer, dan bergabung aktif sebagai Asesor Kompetensi Hotel bagian Front office dari tahun 2010 sampai sekarang, dan dari tahun 2014 sampai sekarang masih dipercaya sebagai Tim & Lead Auditor hotel bintang di LSU Bina Harapan Mulia, dan tahun 2020, dipercaya sebagai Auditor & Lead Auditor CHSE di bidang Hotel, Pondok Wisata, Restoran, Destinasi dari Kemenparekraf/TUV Rheninland. Dan catatan penting pada hotel bintang lima pernah sebagai Ketua Proper tahun 2011-2017, untuk Lingkungan hotel, dalam penyusunan AMDAL, UPL, UKL bekerjasama dengan Pertamina Pesero, dengan meraih peringkat Proper Biru.

Adapun beberapa buku yang pernah ditulis, diantaranya berjudul :

1. Strategi Pengembangan Desa Wisata Menjadi Desa Unggul Berdaya Saing Dan Mandiri
2. Bahan Ajar Keselamatan Kesehatan Kerja Karyawan,
3. Manajemen Risiko Hotel
4. Buku Kebencanaan Hospitality Industry
5. Bahan ajar Manajemen Operasi.



Leni Susanti, BIBM. Hons., M.Si lahir di Kabupaten Purbalingga pada tanggal 26 Desember 1984. Lulus pada tahun 2015 dengan gelar Magister of Science di Universitas Jenderal Soedirman setelah sebelumnya menempuh pendidikan strata 1 dengan gelar Bachelor of International

Business and Management with Honors dari Northern University of Malaysia pada tahun 2010. Saat ini ia tercatat sebagai dosen tetap prodi S1 Manajemen di Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan (UMPP). Selain mengajar ia juga berperan sebagai editor di Jurnal Neraca yang bernaung di bawah bendera FEB UMPP. Penelitian yang didanai oleh Ristekdikti yaitu Analisis Persepsi Pengembangan Tpi Kota Pekalongan Menjadi Wisata Pendidikan (*Prototype Program Go Fish Education*) tahun 2017 dan Perancangan Sistem Motivasi Karyawan yang Efektif Berbasis Model ABCD tahun 2018 serta hibah dari RisetMu dengan judul Openness Muhammadiyah to Women Leader in Amal Usaha Muhammadiyah Kota Pekalongan tahun 2019. Adapun karya buku yang telah ditulisnya yaitu (1)

Manajemen Sumber Daya Manusia, (2) Transformasi Indonesia Menuju Cashless Society, (3) Obat Herbal: Sebuah Pengantar Fitoterapi, (4) Perilaku Organisasi, (5) Manajemen Bisnis.



Ni Putu Eny Sulistyadewi, S.Gz., M.Si

lahir di Kapal (Kabupaten Badung) pada tanggal 16 Maret 1988. Ia merupakan lulusan DIII Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Gizi tahun 2009, kemudian melanjutkan ke Strata 1 di Program Studi Gizi dan Kesehatan Universitas Brawijaya lulus tahun 2011. Selanjutnya melanjutkan ke Strata 2 di Program Studi Ilmu dan Teknologi

Pangan Universitas Udayana lulus tahun 2014. Pernah bekerja sebagai Staff Customer Relationship Tanagement (CRM) pada Divisi Nutrisionist di PT Suryaprana Nutrisindo (2011-2012). Sejak tahun 2015 – sekarang menjadi dosen tetap Program Studi Ilmu Gizi Universitas Dhyana Pura pada mata kuliah Ilmu Gizi Dasar, Gizi Dalam Daur Kehidupan, Fundamental Dietary Culinary I (FDC I), Fundamental Dietary Culinary II (FDC II), Penilaian Status Gizi, Manajemen Industri Pelayanan Makanan, Isu dan Kajian Gizi Mutakhir, Gizi Olahraga, dan Dasar Penyuluhan dan Konsultasi Gizi. Selain itu, juga sebagai Instruktur di Pusat Pelatihan dan Latihan Pariwisata (PPLP) Dhyana Pura Bagian Tata Boga pada mata kuliah Ilmu Pangan dan Sanitasi, Kesehatan dan Keamanan (2015 – sekarang). Pernah menjabat sebagai Ketua Program Studi Ilmu Gizi Universitas Dhyana Pura (2017 – 2019) dan mulai tahun 2019 – sekarang sebagai Sekretaris Program Studi Ilmu Gizi Universitas Dhyana Pura. Aktif sebagai anggota Persatuan

Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI) dan juga merupakan salah satu pengurus di DPD Persagi Bali (2017 – sekarang) dan DPD Pergizi Pangan Provinsi Bali (2018 – sekarang). Selain mengajar, ia juga aktif dalam kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi lainnya yaitu pada penelitian dan pengabdian kepada masyarakat. Saat ini, ia pun diberikan tanggungjawab sebagai Ketua Pengelola Jurnal Aplikasi Ipteks (Paradharma) Universitas Dhyana Pura (2017 – sekarang) dan sebagai Ketua Audit Stunting Provinsi Bali Pakar Bidang Gizi. Penelitian yang pernah didanai Ristekdikti yaitu Penelitian Hibah Dikti PDP tahun 2018 dengan judul “Konsumsi Makanan Jajanan dan Status Gizi Pada Remaja di Kecamatan Abiansema, Badung – Bali”. Sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat, ia juga terlibat aktif pada “Pengabdian Masyarakat PKM Posyandu Banjar Mungsengan, Desa Catur, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli” dengan Materi Gizi Seimbang Bagi Balita tahun 2020, dan beberapa kali sebagai narasumber baik pada seminar lokal dan nasional, webinar, diskusi ilmiah dan dialog interaktif di radio.



Dr. Yati, S.Pd., M.Pd adalah penulis yang lahir di Cirebon, 7 Agustus 1986 Provinsi Jawa Barat. Pada tahun 2017 penulis diberi kesempatan untuk melanjutkan S3 di Universitas Negeri Malang Prodi Pendidikan Ekonomi melalui BPPDN dari Kementerian Pendidikan Riset dan Teknologi dan telah lulus pada tahun 2021.

Ia bekerja sebagai Dosen Tetap di Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon pada tahun 2014 sampai dengan sekarang. Ia juga diamanahi menjadi reviewer jurnal Pendidikan Ekonomi di Universitas Gunung Jati Cirebon mulai tahun 2018 sampai saat

ini. Pernah lolos Hibah Penelitian Pengabdian Masyarakat yang dibiayai oleh Dana PNBP tahun 2021 Universitas Negeri Malang dengan judul Kreativitas Pengembangan Usaha Kuliner Dan Batik Trusmi Dalam Meningkatkan Keberlanjutan Ekonomi Wisata Di Kabupaten Cirebon. Ia pun pernah menerbitkan artikel pada jurnal internasional terindeks Scopus pada Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry (TOJQI) Volume 12, Issue 6, July 2021: 5486-5495 Culinary Business Prospects In Tourism Economic Development In Cirebon, West Java Indonesia.



Dr. Rr. Aline Gratika Nugrahani. SH.MH. Sejak 1992 sampai saat ini menjadi dosen di Fakultas Hukum Universitas Trisakti, dan sejak tahun 2015 menjadi sekretaris Pusat Studi Hak Kekayaan Intelektual Fakultas Hukum Universitas Trisakti, pada tahun yang sama disumpah sebagai

Konsultan Kekayaan Intelektual. Mulai 2018 sampai saat ini menjadi Pelaksana Harian Himpunan Konsultan Dan Pemerhati HKI Alumni Usakti (HIKAT). Buku/Karya Tulis yang ditulis sejak 2019-2022 diantaranya:

1. Perlindungan Paten Tanaman Berdasarkan Undang-Undang No.29 Tahun 2000 Tentang Perlindungan Varietas Tanaman (2022)
2. Perlindungan Paten Obat Di Indonesia Dan Pelaksanaanya Oleh Pemerintah Pada Era Pandemi (2022)

3. Larangan Penggunaan Kata Keterangan Produk Sebagai Merek Obat Berdasarkan Undang-Undang N0.20.Tahun 2016 (2022)
4. Hak Kekayaan Intelektual Pada Teknologi Dan Permasalahannya (2022)
5. Hak Kekayaan Intelektual Pada Artificial Intellegence (2022)
6. Perlindungan Hak Cipta Pada Metaverse Melalui Non Fungible Token (Nft) (2022)
7. Buku Ajar Hak Kekayaan Industri (2021)
8. Protection Of Local Products Through The Law Of Geographical Indication (2021)
9. Peluang Invensi Kayu Bajakah Menjadi Paten Obat Kanker Payudara Berdasarkan Undang-Undang Paten No 13 Tahun 2018
10. Perlindungan Produk Bermuatan Kearifan Lokal Melalui Indikasi Geografis (Studi Terhadap Indikasi Geografis Kopi Gayo) 2019
11. Pelanggaran Hak Cipta Sebagai Dampak Perkembangan Teknologi.2019
12. Urgensi Good Corporate Governance Terhadap Penanggulangan Pelanggaran Hak Kekayaan Intelektual 2019
13. Sistem Protocol Madrid Sebagai Upaya Perlindungan Merek Pada Pasar Ekspor: Eksistensi Dan Kosekuensi. 2018
14. Problematika Hak Cipta Atas Foto Monyet Selfi. 2018

PENGANTAR BISNIS KULINER

Memasak tidak hanya melibatkan tujuan penuaan bahan, tetapi juga tujuan mensterilkan, meningkatkan nilai gizi, dan meningkatkan pencernaan. Jadi mulailah dengan konsep itu dan pikirkan tentang teknik memasak apa yang Anda pilih dan bagaimana Anda menggunakan teknik itu. Prinsip dasar praktik memasak adalah menyediakan panas, kualitas dan kuantitas bahan, yang dipengaruhi oleh banyak faktor.

Dalam dunia kuliner diperlukan sebuah strategi khusus supaya seseorang yang menggeluti bidang bisnis kuliner memiliki ketahanan dan kemandirian usahanya. Oleh karenanya melalui buku ini akan dibahas secara detail mengenai persiapan sampai pada prospek tentang bisnis kuliner.

TOHAR MEDIA

No Anggota IKAPI : 022/SSL/2019
Workshop : JL. Rappocini Raya Lr.II A No 13 Kota Makassar
Redaksi : JL. Muhktar dg Tompo Kabupaten Gowa
Perumahan Nayla Regency Blok D No 25
Telp. (0411) 8987659 Hp. 085299993635
<https://toharmedia.co.id>

ISBN 978-623-8148-24-0

