

INVENTARISASI MAKANAN TRADISIONAL JAWA SERTA ALTERNATIF PENGEMBANGANNYA

Endang Nurhayati, Mulyana, Venny Indria Ekowati, Avi Meilawati
Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Yogyakarta

Abstrak

Penelitian ini mempunyai tiga tujuan penelitian, yaitu: (1) Menyusun inventarisasi secara terperinci mengenai makanan tradisional Jawa di Kabupaten Bantul yang meliputi: (a) Jenis-jenis makanan tradisional yang terdapat di 27 pasar tradisional Kabupaten Bantul, (b) Cara pengolahan makanan tradisional, (c) Aspek ekonomis makanan tradisional, dan (d) Dokumentasi makanan tradisional yang terdapat di 27 pasar tradisional Kabupaten Bantul. Tujuan (2) yaitu Menyusun *prototype* buku mengenai makanan tradisional di Kabupaten Bantul, dan (3) Menyusun alternatif pengembangan makanan tradisional yang terdapat di 27 pasar tradisional Kabupaten Bantul agar lebih bernilai ekonomi.

Jenis penelitian ini adalah penelitian survey dengan metode deskriptif. Penelitian ini dilakukan di 29 pasar tradisional di Kabupaten Bantul. Data pada penelitian ini diperoleh dengan studi pustaka, wawancara, dan dokumentasi. Data yang diperoleh dari pendekatan ini diolah melalui tiga tahap yaitu: reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Uji validitas dilakukan validitas isi (*content validity*) dan validitas konstruksi (*construct validity*).

Bahan utama yang paling banyak digunakan untuk membuat makanan tradisional adalah singkong, tepung beras, dan ketan. Berdasarkan cara pengolahannya dapat dikategorisasikan menjadi empat, yaitu: (1) dikukus, (2) digoreng, (3) dibakar, dan (4) direbus. Alternatif pengembangan yang dapat dilakukan adalah (a) identifikasi dan inventarisasi makanan tradisional, (b) menyusun profil makanan tradisional, (c) fasilitasi kepada asosiasi jasa boga, restoran, perhotelan, Perguruan Tinggi dan masyarakat dalam penyebaran informasi, sosialisasi dan promosi, (d) pelatihan bagi tenaga penyuluh dan pendamping program, (e) mendorong pengembangan pusat-pusat makanan tradisional, (f) pemberian kredit lunak.

Kata kunci: inventarisasi, makanan tradisional Jawa, alternatif pengembangan

Abstract

This study aims: (1) to inventory the Javanese traditional food in Bantul in (a) kind of traditional food in 27 markets in Bantul, (b) how to cook, (c) the economic aspects of traditional food, (d) documentation of traditional food. (2) make prototype of traditional food in Bantul, (3) make an alternative developing of selling traditional food.

This methods of collecting the data are survey with a descriptive perspective. The sources of the data in this study were written sources, interviews, and documentation. This study use content validity construct validity.

The findings show that (1) Traditional food were made from cassava, rice flour, and sticky rice. (2) Traditional food were made by steam, fry, bake, and boil. (3) The alternative ways to sell traditional food are: (a) identification and inventory traditional food, (b) make the traditional food profile, (c) give facilities to food association, restaurant, hotels, and university to promote it, (d) facilities to who provides elucidation, (e) promote the developing of traditional food centre, (f) give credits to agent of traditional food.

Keywords: inventory, traditional food in Bantul, developing alternative

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Berbagai jenis makanan dapat dipakai sebagai salah satu ukuran tingginya kebudayaan dari bangsa yang bersangkutan. Makanan tradisional merupakan wujud budaya yang berciri kedaerahan, spesifik, beranek macam dan jenis yang mencerminkan potensi alam daerah masing-masing. Makanan tidak hanya sebagai sarana untuk pemenuhan kebutuhan gizi seseorang, tetapi juga berguna untuk mempertahankan hubungan antar manusia, dapat pula dijual dan dipromosikan untuk menunjang pariwisata yang selanjutnya dapat mendukung pendapatan suatu daerah. Terkait dengan makanan tradisional, masyarakat Indonesia sejak dahulu kala sudah memiliki budaya tentang makanan tradisional yang mantap. Berbagai daerah di Indonesia

mempunyai beranekaragam masakan, jajanan dan minuman tradisional yang memungkinkan masyarakat Indonesia memilih dan mengkonsumsi makanan yang lezat, sehat dan aman, sesuai dengan moral budaya dan keyakinan masyarakat (Susanto dalam Rosyidi, 2006).

Demikian juga di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Jenis makanan tradisional yang ada di Yogyakarta cukup beragam. Menurut penelitian Retnaningsih dan Pratiwi (1999), jenis makanan tradisional yang ada di Kota Yogyakarta ada sejumlah 73 jenis dari bahan baku non umbi. Rata-rata kandungan gizi (energi, protein dan lemak) dari makanan tradisional non umbi per ukuran penyajian tersebut yaitu : energi (34,39 s/d. 215,84 kkal), protein (0,8 s/d. 15,59 g) dan lemak (0,6 s/d. 16,67 g). Sedangkan jenis makanan tradisional dari bahan baku umbi-umbian ada sejumlah 44 jenis, dengan rata-rata kandungan gizi (energi, protein dan lemak) per ukuran penyajian adalah sebagai berikut: energi (88 s/d. 502 kkal), protein (0,60 s/d. 5,60 g) dan lemak (0,30 s/d. 28,10 g) (Retnaningsih dan Pratiwi, 2004). Kandungan gizi yang sangat bervariasi dari makanan tradisional itu disebabkan oleh variasi jenis makanan beserta komposisi bahan penyusunnya dan harga dari makanan tradisional.

Penelitian di atas, dilakukan di Kota Yogyakarta. Sedangkan untuk Kabupaten Bantul belum pernah dilakukan penelitian mengenai jenis makanan tradisional. Padahal Kabupaten Bantul merupakan salah satu kabupaten yang memiliki keragaman budaya. Hal tersebut dikarenakan masyarakat pemangku tradisinya masih setia mempertahankan budaya seperti halnya pelestarian makanan tradisional. Masyarakat Bantul juga merupakan masyarakat agraris yang masih tergantung pada pertanian. Oleh karena itu, Bantul merupakan daerah penghasil bahan baku produk makanan tradisional. Sehingga dimungkinkan Bantul akan mempunyai makanan tradisional yang lebih beragam dibandingkan dengan daerah lain di DIY.

Hingga saat ini peta makanan tradisional, khususnya di daerah Bantul memang belum terinventarisasi dengan baik. Hal ini terbukti dengan sulitnya mahasiswa serta masyarakat untuk mendapatkan data makanan dan sosiobudayanya. Oleh karena itu, penelitian ini akan berusaha melakukan inventarisasi makanan tradisional di daerah Kabupaten Bantul. Inventarisasi ini merupakan langkah awal untuk mengetahui potensi makanan tradisional Bantul dalam rangka meningkatkan dan menggalakkan pengembangan pangan lokal. Inventarisasi dilakukan dengan melakukan survey di 27 pasar tradisional Kabupaten Bantul. Inventarisasi dilakukan secara terperinci, sampai pada bahan dan cara pembuatan dengan tujuan agar dapat dicari alternatif pengembangan sehingga berdaya guna secara ekonomi dalam meningkatkan pendapatan. Hasil inventarisasi diharapkan juga dapat menjadi *prototype* buku dan *data base* tentang makanan tradisional di Kabupaten Bantul.

Tujuan yang diharapkan dalam penelitian ini adalah:

- a. Menyusun inventarisasi secara terperinci mengenai makanan tradisional Jawa di Kabupaten Bantul yang meliputi:
 - 1) Jenis-jenis makanan tradisional yang terdapat di pasar tradisional Kabupaten Bantul
 - 2) Cara pengolahan makanan tradisional yang terdapat di pasar tradisional Kabupaten Bantul
 - 3) Aspek ekonomis makanan tradisional yang terdapat di pasar tradisional Kabupaten Bantul
 - 4) Dokumentasi makanan tradisional yang terdapat di pasar tradisional Kabupaten Bantul
- b. Menyusun *prototype* buku tentang makanan tradisional di Kabupaten Bantul
- c. Menyusun alternatif pengembangan makanan tradisional Jawa di Kabupaten Bantul sehingga berdaya guna secara ekonomi.

Pengertian dan Fungsi Makanan Tradisional

Kesejarahan pemerintahan di Indonesia mendukung bahwa Indonesia mempunyai ragam budaya, adat, tradisi dan kehidupan yang khas dan otonom, termasuk penyediaan bahan pangan. Sebagai Negara berbasis pertanian dan kelautan memungkinkan tersedianya ketahanan pangan yang kuat. Pangan tradisional berbasis pada sumber alam hayati dan ternak lokal yang dihasilkan di daerah tersebut. Sumber bahan pangan yang tersedia diolah oleh masyarakat lokal menjadi makanan tradisional yang khas.

Seiring kemajuan era keterbukaan komunikasi, makanan tradisional juga mengalami dampak buruk globalisasi, yaitu keterpinggiran. Makanan tradisional mulai ditinggalkan oleh masyarakat lokal. Karena itu, perlu digalakkan lagi rasa cinta terhadap makanan tradisional, khususnya Daerah Istimewa Yogyakarta sebagai fokus budaya Indonesia. Seperti yang diungkapkan oleh walikota Depok bahwa pangan lokal memiliki keunggulan tersendiri daripada pangan impor.

Gerakan mencintai makanan lokal (tradisional), harus terus digalakkan. Sebab, menurut Walikota Depok Dr Ir H Nur Mahmudi Ismail MSi, makanan tradisional seperti jagung, ubi jalar, singkong, mbili, kimpul, ganyong, dan sejenisnya memiliki gizi tinggi. Disamping memiliki gizi tinggi, juga alami karena tidak mengandung zat kimia. Sementara makanan sekarang justru berbahaya bagi kesehatan manusia, karena banyak mengandung zat kimia dan campuran bahan-bahan berbahaya (<http://www.suamerdeka.com>).

Dirunut dari definisinya, makanan tradisional adalah makanan dan minuman, termasuk makanan jajanan serta bahan campuran yang digunakan secara tradisional dan telah lama berkembang secara spesifik di daerah atau masyarakat Indonesia. Biasanya makanan tradisional diolah dari resep yang sudah dikenal masyarakat setempat dengan bahan-bahan yang diperoleh dari sumber lokal yang memiliki citarasa yang relatif sesuai dengan selera masyarakat setempat (<http://www.deptan.go.id>).

Kuhnlein and Receveur (Kwik, 2008) mendefinisikan makanan tradisional sebagai implikasi sebuah proses social kebudayaan. *“Traditional food systems of indigenous peoples can be defined to items that are from the local, natural environment that are culturally acceptable. It also includes the sociocultural meanings, acquisition/processing techniques, use, composition, and nutritional consequences for the people using the food”* (Kuhnlein and Receveur 1996: 417).

Dari pengertian ini, makanan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai bahan makanan pokok yang dikonsumsi semata, tetapi juga mempunyai fungsi sebagai symbol identitas suatu masyarakat tertentu.

Jenis Makanan

Secara umum, sumber makanan terbagi menjadi dua golongan besar, yaitu makanan yang bersumber dari hewani dan makanan yang bersumber dari makanan hayati. Data deptan (<http://www.deptan.go.id/pesantren/bkp>) menunjukkan bahwa ada empat kelompok pangan yang dikonsumsi masyarakat, yaitu kelompok pangan pokok, pangan tradisional, pangan lokal, dan pangan asli.

Pangan Pokok, adalah pangan sumber karbohidrat yang sering dikonsumsi atau dikonsumsi secara teratur sebagai makanan utama, selingan, sebagai sarapan atau sebagai makanan pembuka atau penutup. Pangan Tradisional, adalah makanan yang dikonsumsi masyarakat golongan etnik dan wilayah yang spesifik, diolah dari resep yang dikenal masyarakat, bahan-bahannya diperoleh dari sumber lokal dan memiliki rasa yang relatif sesuai dengan selera masyarakat setempat. Pangan Lokal, adalah pangan yang diproduksi setempat (satu wilayah/daerah) untuk tujuan ekonomi dan atau konsumsi. Pangan lokal tersebut berupa bahan pangan baik komoditas primer maupun sekunder. Pangan asli, adalah pangan yang asalnya secara biologis ditemukan di suatu daerah (<http://www.deptan.go.id>).

Dari keempat kelompok tersebut, semua dianggap memenuhi pengertian dari makanan tradisional. Yaitu bahwa makanan tradisional dikonsumsi oleh etnik tertentu, dengan sumber bahan yang terdapat di sekitarnya, termasuk pangan pokok ataupun selingan. Sedangkan kelompok bahan pangan dapat dibedakan sebagai berikut.

- a. Padi-padian : beras, jagung, sorghum dan terigu
- b. Umbi-umbian : ubi kayu, ubi jalar, kentang, talas dan sagu
- c. Pangan hewani : ikan, daging, susu dan telur
- d. Minyak dan lemak : minyak kelapa, minyak sawit
- e. Buah/biji berminyak : kelapa daging
- f. Kacang-kacangan : kedelai, kacang tanah, kacang hijau
- g. Gula : gula pasir, gula merah
- h. Sayur dan buah : semua jenis sayuran dan buah-buahan yang biasa dikonsumsi
- i. Lain-lain : teh, kopi, coklat, sirup, bumbu-bumbuan, makanan dan minuman

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian survey dengan metode deskriptif. Penelitian survey merupakan penelitian yang mengumpulkan data pada saat tertentu dengan tiga tujuan penting, yaitu mendeskripsikan keadaan alami, mengidentifikasi secara terukur, dan menentukan hubungan sesuatu yang hidup (Sukardi, 2011: 193). Metode survey dianggap paling baik karena penelitian ini salah satunya memang bertujuan

untuk memperoleh dan mengumpulkan data asli (*original data*) untuk mendeskripsikan keadaan populasi. Berikut ini merupakan gambaran tahapan penelitian.

Penelitian ini dilakukan di pasar tradisional di Kabupaten Bantul. Namun berdasarkan data yang diperoleh, ada dua buah pasar yang tidak bisa menjadi lokasi penelitian karena merupakan pasar hewan, yaitu: (1) Pasar hewan Pandak dan (2) Pasar hewan Imogiri. Rincian nama-nama pasar tersebut dapat dilihat di bawah ini (Kantor Pengelolaan Pasar Kabupaten Bantul, 2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jenis Makanan Tradisional yang Terbuat dari Bahan Baku Singkong dan Ubi jalar

Berdasarkan hasil survey, makanan tradisional yang terbuat dari bahan baku singkong adalah: (1) Timus, (2) Gethuk, (3) Cenil, (4) Thiwul Ayu, (5) Thiwul, (6) Gathot, (7) Gethuk Goreng, (8) Lenthuk, (9) Sawut, (10) Lemet, dan (11) Growol. Makanan-makanan tersebut diolah dengan cara dikukus dan digoreng. Penjelasan rinci cara pengolahan, dan bahan-bahannya adalah sebagai berikut.

(1) Timus



Gambar 1. Timus

- a. Bahan baku untuk membuat Timus adalah ubi jalar. Bahan yang lain berupa: gula pasir, kelapa parut, garam, tepung kanji/pati singkong, dan minyak goreng. Peralatan yang dibutuhkan adalah pisau, soblok untuk mengukus, lumpang dan alu untuk menumbuk.
- b. Cara mengolah: kupas ubi jalar, cuci bersih, lalu kukus. Setelah ubi jalar matang ditumbuk halus, tambahkan bahan yang lain campur rata. Adonan berikutnya dibentuk/dicetak oval dengan ukuran dalam kepalan tangan orang dewasa, lalu digoreng hingga warna kuning keemasan, angkat tiriskan. Olahan ini siap dipasarkan.

Timus di jual perbiji berkisar antara Rp. 500,- hingga Rp. 1000,-. Nilai ekonomis penjualan Timus, jika dibanding dengan makanan modern terbilang masih sangat murah. Makanan modern yang beredar di pasar yang sama, bernilai jual lebih tinggi, rata-rata di atas Rp. 2000,- Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa makanan tradisional perlu diupayakan cara untuk mengembangkan ke kualitas yang lebih baik agar memiliki daya saing dan daya jual tinggi, setidaknya sama dengan makanan modern yang beredar di pasar yang sama. Makanan ini ditemukan diseluruh pasar yang di survey.

(2) Gethuk



Gambar 2. Gethuk

- a. Bahan baku untuk membuat Gethuk adalah singkong. Bahan yang lain adalah: garam dan kelapa parut, serta gula Jawa untuk gethuk manis, Gethuk Ayu, dan Gethuk Lindri. Peralatan yang diperlukan adalah pisau, soblok atau alat pengukus, alat penumbuk, gilingan daging untuk Gethuk Lindri, dan tambir atau tampah.
- b. Cara mengolah: kupas singkong, cuci bersih, lalu dikukus. Setelah matang, singkong ditaburi garam secukupnya, dan ditumbuk halus. Hasil tumbukan diratakan di tambir atau nyiru. Gethuk siap dipasarkan dan penghidangannya dengan ditaburi kelapa parut.

Gethuk Manis, Gethuk Ayu, dan Gethuk Lindri, dalam menumbuk ditambahkan gula Jawa atau gula pasir sesuai keperluan. Gethuk Manis ditumbuk sampai halus saja, sehingga teksturnya halus dan tidak sangat pekat. Berbeda dengan Gethuk Manis, Gethuk Ayu ditumbuk sampai pekat, sehingga bertekstur halus pekat/alot. Berikutnya, untuk Gethuk Lindri cara menghaluskannya menggunakan alat penggiling daging. Hasilnya dipotong-potong sekitar 4 sampai 5 cm. Gethuk Lindri biasanya diberi warna merah, coklat, kuning dan hijau. Gethuk Lindri dihidangkan dengan ditaburi kelapa parut, atau kelapa parut yang dicampur gula pasir. Gethuk-gethuk tersebut siap dipasarkan. Secara nilai ekonomis Gethuk Lindri dan Gethuk Ayu, memiliki daya jual tinggi dibanding gethuk yang lainnya. Hal ini disebabkan tampilan dan tambahan bahan yang lain. Gethuk dijual diseluruh pasar yang disurvei, kecuali Gethuk Ayu hanya ditemukan di pasar Bantul dan pasar Ngipik.

(3) Gethuk Goreng



- a. Bahan baku sama dengan Gethuk yang lain, dan ditambah tepung terigu dan minyak goreng.
- b. Cara mengolah, sama Gethuk Ayu. Hasil tumbukan dicetak bulat-bulat sebesar kelereng dan digoreng. Hasilnya siap dipasarkan.

Gambar 3. Gethuk goreng

Gethuk goreng dibanding dengan gethuk lainnya memiliki harga jual yang lebih tinggi, karena proses pembuatannya lebih lama, serta dibutuhkan bahan tambahan minyak goreng. Gethuk Goreng tidak ditemukan di pasar Pundong. Hal ini disebabkan pedagangnya tidak berjualan di pasar lain, sedangkan pedagang lain mengatakan terlalu ribet untuk membuat, dan membutuhkan waktu lama. Pembeliannya tidak terlalu banyak.

(4) Cenil



- a. Bahan baku untuk membuat Cenil adalah: tepung kanji, gula pasir, kelapa parut, garam, dan pewarna makanan. Peralatan yang dibutuhkan adalah panci pengukus, baskom, dan nampan.
- b. Cara mengolah: campur tepung kanji, gula pasir dan sedikit garam, kemudian diberi air sedikit demi sedikit dan diuleni sampai kalis. Bentuk bulat-bulat kecil, dan dikukus. Cara penghidangan taburi cenil dengan kelapa parut.

Gambar 4. Cenil

Cenil ditemukan disemua pasar yang disurvei. Makanan ini memiliki harga jual yang relatif sama, antara Rp.500,- sampai Rp.1000,- untuk wilayah kota seperti pasar Bantul, dan Niten. Meskipun demikian di Niten masih melayani harga Rp.500,- karena kasihan, atau tidak tega, apalagi pelanggan. Makanan ini terjual diseluruh pasar yang disurvei.

(5) Thiwul dan Thiwul Ayu



- a. Bahan baku untuk membuat Thiwul dan Thiwul Ayu sama. Bahan utama adalah tepung gaplek/singkong kering, gula dan gula pasir untuk Thiwul Ayu, garam, air, dan kelapa parut. Peralatan yang digunakan adalah: Dandang, kukusan, atau panci pengukus, dan tambir atau tampah.

Gambar 5. Thiwul ayu Gambar 6. Thiwul

- b. Cara mengolah: Tepung singkong, gula, dan garam dicampur rata. Adonan tepung dituangi air sedikit-sedikit hingga merata sampai adonan membentuk butiran-butiran pasir. Kemudian adonan dikukus sampai matang. Cara penyajian Thiwul ditaburi dengan kelapa parut. Thiwul ini dijual di seluruh pasar yang disurvei. Thiwul ini dijual dengan harga antara Rp. 500, 00 sampai dengan Rp. 1.000,00 per-bungkus. Jadi nilai penjualan Thiwul berkisar antara Rp. 50.000,00 sampai Rp. 100.000,00.

(6) Gathot



- a. Bahan baku untuk membuat Gathot adalah: gaplek atau singkong kering, kelapa, gula pasir, garam, dan air. Peralatan yang digunakan adalah: panci, ember, parut, dan kompor.
- b. Cara mengolah: Gaplek atau singkong kering direndam dengan air. Gaplek yang sudah direndam kemudian dicampur dengan gula serta garam dan dikukus sampai matang. Cara penyajian Gathot ditaburi dengan kelapa parut. Gathot ini dijual hampir diseluruh pasar yang disurvei. Thiwul ini dijual dengan harga antara Rp. 500, 00 sampai dengan Rp. 1.000,00 per-bungkus. Nilai penjualan Thiwul berkisar antara Rp. 50.000,00 sampai Rp. 100.000,00.

Gambar 7. Gathot

(7) Lenthuk

- a. Bahan baku untuk membuat Lenthuk adalah: Singkong, tepung terigu, bawang putih, merica, kemiri, dan garam. Peralatan yang digunakan untuk membuat Lenthuk adalah: Wajan, baskom, cobek, muntu, soblok, dan kompor.
- b. Cara mengolah: Singkong dikupas dan dikukus. Singkong yang telah dikukus kemudian ditumbuk dan dicampur dengan tepung terigu, bawang putih, merica, kemiri, dan gula. Adonan singkong kemudian dibentuk bulat-bulat dan digoreng hingga berwarna kuning keemasan. Lenthuk memiliki harga jual Rp.500,- per-biji. Nilai penjualan Lenthuk perhari jika habis mencapai Rp. 15.000,-. Lenthuk dijual di pasar Turi, Ngangkruk dan Pundong.

(8) Sawut

- a. Bahan baku untuk membuat Sawut adalah: singkong, gula jawa, dan kelapa. Peralatan yang digunakan untuk membuat Sawut adalah: soblok, pisau, parut, dan kompor.
- b. Cara mengolah: Singkong dikupas kemudian dikokrok. Singkong yang telah dikokrok kemudian dikukus bersama dengan gula Jawa. Setelah matang Sawut dicampur dengan kelapa parut. Sawut dijual di pasar Argomulya dan Niten. Sawut per-kemasan dijual dengan harga antara Rp. 500,- hingga Rp. 1.000,-. Nilai penjualan Sawut jika habis, per-hari berkisar antara Rp. 7.500,- hingga Rp. 15.000,-.

(9) Lemet

- a. Bahan baku untuk membuat Lemet adalah: singkong, gula Jawa, dan kelapa. Peralatan yang digunakan untuk membuat Lemet adalah: panci, parut, pisau, dan kompor.
- b. Cara mengolah: Singkong dikupas dan diparut. Singkong yang telah diparut dicampur dengan gula Jawa. Adonan singkong kemudian dibungkus dengan daun pisang dan dikukus sampai matang. Lemet memiliki harga jual Rp.500,- per-biji. Jumlah Lemet yang dijual setiap harinya 200 biji. Jadi nilai penjualan Lemet jika habis mencapai Rp. 200.000,- Lemet dijual di pasar Niten, Gathak, Mangiran, Turi, Celep, Ngangkruk, Pundhong dan Imogiri.

(10) Growol

- a. Bahan baku untuk membuat Growol adalah: singkong, gula pasir, dan air. Peralatan yang digunakan untuk membuat Growol adalah: panci, pisau, dan kompor.
- b. Cara mengolah: Singkong dikupas kemudian direndam selama 3 hari. Singkong yang telah direndam kemudian dicuci bersih lalu dikukus. Singkong yang telah dikukus dicampur dengan gula pasir kemudian ditumbuk, kemudian dicetak dalam bakul. Hasil cetakan dinamakan satu ompak. Untuk setiap bakulnya. Growol ditemukan dijual di pasar Ngangkruk, Turi, Pundong, Celep, Mangiran, dan Niten. Growol terjual setiap harinya berkisar tiga sampai empat ompak. Per-ompak bernilai jual Rp.30.000,-.

Jenis Makanan Tradisional yang Terbuat dari Bahan Baku Tepung Beras

Berdasarkan hasil survey, makanan tradisional yang terbuat dari bahan baku tepung beras adalah: (1) nagasari, (2) lapis, (3) apem, (4) adrem, (5) srabi, (6) cara, (7) jenang sum-sum, (8) jenang abang, (9) cucur. Makanan-makanan tersebut diolah dengan cara dikukus dan digoreng. Penjelasan rinci cara pengolahan, dan bahan-bahannya adalah sebagai berikut.



Gambar 8. Kue nagasari (bagian luar)



Gambar 9. Kue nagasari (bagian luar)¹

Nagasari adalah sejenis kue tradisional yang terbuat dari bahan baku utama tepung beras. Kue ini cukup terkenal sehingga seringkali disajikan dalam acara-acara pertemuan. Nagasari juga merupakan salah satu kue basah yang kerap menjadi bagian dalam upacara tradisional Jawa seperti upacara bakti kepada leluhur. Kue ini dimasak dengan cara dikukus. Selain sebagai nama makanan, nagasari juga merupakan nama dari salah satu motif batik. Nama *nagasari* (*Palaquium rostratum*) juga diabadikan sebagai nama pohon suci

¹ <http://inforeseps.com/resep-kue-nagasari.html>

yang kayunya dipercaya dapat memberikan manfaat perlindungan dari roh jahat, dan tenung. Juga bermanfaat untuk keselamatan dan kewibawaan.

Bahan :

- 1) 250 gr gula pasir
- 2) 250 gr tepung beras
- 3) 100 gr tepung tapioka
- 4) 700 ml santan
- 5) garam secukupnya
- 6) daun pandan
- 7) pisang raja
- 8) daun pisang

Cara Membuat Kue Nagasari :

- 1) Masak santan, daun pandan, dan gula sampai gula meleleh
- 2) Larutkan tepung beras dengan sedikit air, masukkan dalam campuran santan.
- 3) Masak di atas api kecil
- 4) Aduk terus sampai setengah matang dan mengental.
- 5) Angkat adonan
- 6) Ambil selembar daun pisang, taruh beberapa sendok adonan. Letakkan potongan pisang di tengah-tengah adonan dan tutup lagi dengan adonan.
- 7) Bungkus rapi, kemudian lipat bagian ujung daun pisang.
- 8) Kukus selama 45 menit

Pembuatan kue *nagasari* yang dijual di pasar-pasar di kabupaten Bantul, umumnya masih menggunakan cara tradisional dan dibuat oleh industri rumahan. Alat-alat yang digunakan cukup sederhana, antara lain: baskom, *soblok* (alat pengukus tradisional), dan kompor. Daya jual pedangang di pasar tradisional untuk kue ini antara 20-30 buah/ hari. Untuk kue tradisional yang dijual di pasar, bahannya belum menggunakan bahan tambahan. Akan tetapi pada masa sekarang ini, bahan pembuat *nagasari* dapat diganti dengan tepung hankue agar lebih kenyal. Selain itu, santan juga seringkali diganti dengan susu rendah lemak. Berdasarkan hasil wawancara dengan para produsen *nagasari*, disebutkan bahwa kue ini tidak diberi bahan tambahan seperti pengawet maupun pewarna.

Kue Lapis



Gambar 11. Kue Lapis Modern²

Lapis adalah sejenis kue tradisional yang terbuat dari bahan baku utama tepung beras dengan campuran tepung sagu. Kue ini cukup terkenal karena cara pembuatannya sederhana dan mudah. Kue ini juga termasuk kue basah. Lapis seringkali disajikan dalam upacara-upacara tradisional Jawa seperti upacara *Srah-srahan* atau *Peningsetan*, yang merupakan rangkaian upacara pernikahan adat Jawa.

Bahan : 300 gram tepung beras, 80 gram tepung sagu, 300 gram gula pasir atau sesuai selera, ½ sdt garam, 1 liter santan kelapa, daun pandan secukupnya, pewarna sesuai selera.

Cara Membuat Kue Lapis Tepung Beras:

- 1) Masak santan bersama daun pandan dan garam sambil diaduk hingga mendidih.
- 2) Angkat adonan, biarkan sampai tidak begitu panas (hangat)
- 3) Campurkan tepung beras, tepung sagu, dan gula pasir, aduk rata.
- 4) Tuangkan santan sedikit demi sedikit sambil dicampur merata, sehingga menjadi encer.
- 5) Bagi adonan menjadi beberapa bagian, tergantung pada banyaknya lapisan warna yang akan dibuat.
- 6) Beri pewarna sesuai selera atau satu bagian biarkan putih. Tuang adonan pertama sekitar 50-100 ml atau sesuai selera ke dalam loyang panas yang sudah diolesi minyak. Kukus hingga adonan mulai mengeras lalu lanjutkan dengan menuangkan adonan berikutnya secara berselang-seling sesuai dengan banyaknya warna yang dikehendaki.
- 7) Kukus kurang lebih 30 menit.
- 8) Angkat, dinginkan lalu keluarkan dari loyang.
- 9) Potong-potong kemudian sajikan

Kue lapis yang dijual di pasar-pasar tradisional di Kabupaten Bantul, mayoritas masih berupa kue lapis tradisional. Kue ini termasuk jenis kue basah. Kue lapis yang masih tradisional biasanya hanya memiliki dua warna (merah-putih, pink-putih, hijau-putih, dan lain-lain). Tetapi saat ini juga sudah ada kue lapis di kabupaten Bantul yang memiliki tiga warna. Sedangkan kue lapis modern biasanya mempunyai warna yang

² http://www.onzeplek.nl/forum/forum_posts.asp?TID=466

lebih variatif, antara 4-6 warna. Pembuatan kue *lapis* yang dijual di pasar-pasar di kabupaten Bantul, umumnya masih menggunakan cara tradisional dan dibuat oleh industri rumahan. Alat-alat yang digunakan cukup sederhana, antara lain: loyang, panci, dan baskom. Bahkan ketika mengukus, masih banyak masyarakat pedesaan yang menggunakan tungku dan kayu bakar. Daya jual pedagang di pasar tradisional untuk kue ini antara 15-20 buah/ hari.

Kue Apem



Gambar 10. Kue Apem

Kue apem adalah sejenis kue tradisional yang terbuat dari bahan baku utama tepung beras. Kue ini populer di kalangan orang Jawa. Di tengah-tengah maraknya industri *bakery*, kue apem tetap bisa bertahan dikarenakan rasanya yang khas. Tekstur yang empuk dan lembut juga merupakan daya tarik jajanan tradisional ini. Selain dari segi rasa, kue apem juga mempunyai makna yang penting bagi masyarakat Jawa. Apem dipercaya berasal dari kata dari bahasa Arab *afuum* yang berarti pemberian maaf (ampunan) atau pengayoman.

Oleh karena itu, apem akrab dengan orang Jawa, karena kue ini bukan saja dipandang sebagai makanan, tetapi juga sebagai bentuk doa untuk memperoleh pengampunan dan pengayoman. Hampir semua ritual upacara tradisional Jawa menggunakan apem sebagai sesajian. Misalnya dalam upacara selama masa kehamilan, upacara tradisional sunatan, upacara pernikahan, sampai upacara kematian. Bahkan tradisi-tradisi unik di Jawa juga terkait dengan kue ini. Misalnya upacara *ngapem* di lingkungan kraton Yogyakarta yang dipimpin oleh permaisuri Sultan Hamengkubuwana. Terdapat pula upacara Ruwahan yang kegiatan utamanya membuat kue apem. Ruwahan dilaksanakan menjelang bulan Ramadhan. Apem pada upacara ini bermakna permohonan ampun agar bersih dari dosa, sebelum menjalankan ibadah puasa. Selain itu terdapat pula upacara sebar apem yang dikenal dengan nama Upacara Yaa Qo Wi Yuu. Pada upacara ini disebar kurang lebih 4 ton apem yang diperebutkan oleh pengunjung. Apem yang didapat pada upacara ini dipercaya mempunyai khasiat dapat menyuburkan tanah, melariskan jualan, dan lain-lain.

Bahan :

- 1) 250 gram tepung beras
- 2) 100 gram tepung kanji
- 3) 150 gram gula pasir
- 4) 400 cc santan
- 5) Ragi
- 6) Garam secukupnya
- 7) Satu butir telur
- 8) Kelapa parut

Cara Membuat Kue Apem:

- 1) Semua bahan (kecuali minyak/mentega) di campur menjadi satu dan di beri air secukupnya. Campurkan sedikit demi sedikit sampai menjadi adonan yang bisa dibentuk.
- 2) Dicampur sampai lembut
- 3) Pukul-pukul adonan selama 15 menit.
- 4) Masukkan telur dan kelapa parut.
- 5) Adonan diaduk dan di diamkan (kurang lebih 1 jam) sampai mengembang
- 6) Adonan dituangkan ke cetakan kemudian dibakar. Cetakan dalam keadaan panas dan sudah di olesi minyak/mentega

Pembuatan kue *apem* yang dijual di pasar-pasar di kabupaten Bantul, umumnya masih menggunakan cara tradisional dan dibuat oleh industri rumahan. Alat-alat yang digunakan cukup sederhana, antara lain: Cetakan alumunium, *sothil* (spatula) ukuran kecil, dan kompor minyak. Daya jual pedangang di pasar tradisional untuk kue ini kurang lebih 10 kg/ hari atau setara dengan 40 buah apem/ hari.

Adrem



Gambar 12. Adrem

Adrem adalah kue tradisional khas Bantul. Terutama di Bantul daerah selatan. Kue ini dipercaya merupakan makanan khas yang asli dari Bantul. Bahan utama pembuatan adrem adalah tepung beras. Kue ini menjadi favorit dikarenakan rasanya yang manis, tahan lama untuk disimpan, bahkan sampai dua minggu. Jika sudah agak keras, maka adrem dapat dikukus kembali untuk melembutkan teksturnya. Adrem juga digunakan dalam upacara tradisional, misalnya pada saat *jagong bayi*. Bahkan adrem selalu dapat dijumpai sebagai kue di hari raya Lebaran di setiap rumah di daerah Bantul, Yogyakarta.

Bahan : 1 kg tepung beras, 8 ons gula pasir, 700 ml santan kelapa, minyak goreng, vanili, garam secukupnya.
Cara Membuat Adrem

- 1) Gula jawa atau gula pasir direbus bersama dengan kelapa parut dan diberi air putih 1 cangkir. Kemudian dipanaskan/dimasak sampai mengental lalu diturunkan ditunggu sampai dingin.

- 2) Tepung beras diletakkan dalam baskom lalu dicampur dengan larutan gula dan kelapa
- 3) Dicampur sampai halus kurang lebih selama dua jam, kemudian diberi vanili
- 4) Jika sudah menjadi adonan, panaskan minyak goreng.
- 5) Siapkan daun pisang diolesi dengan minyak goreng untuk membuat bulatan-bulatan adrem terserah besar kecilnya sesuai selera.
- 6) Adonan yang sudah menjadi bulat, digoreng lalu dijepit memakai bambu panjang yang berbentuk lidi, yang digunakan untuk menjepit adrem supaya berbentuk .
- 7) Angkat adrem jika sudah kecoklatan (matang).

Adrem yang dijual di pasar-pasar tradisional di Kabupaten Bantul umumnya masih menggunakan cara tradisional dan dibuat oleh industri rumahan. Alat-alat yang digunakan cukup sederhana, antara lain: cetakan, panci, penggorengan, dan bambu sebagai penjepit. Daya jual pedagang di pasar tradisional untuk kue ini biasanya mencapai 300 buah/ hari. Berdasarkan survey yang dilakukan, kue ini dijual di hampir semua pasar tradisional di kabupaten Bantul.

Srabi



Gambar 13. Srabi

Srabi adalah makanan tradisional yang terdapat di berbagai daerah. Srabi dikenal luas di Bandung, Solo, maupun Yogyakarta. Bahan maupun cara memasak srabi di setiap daerah tidak sama. Srabi khas Yogyakarta termasuk srabi yang bahan-bahan dan cara memasaknya cukup sederhana. Srabi juga sering digunakan dalam upacara tradisional, terutama pada saat *selapanan* bayi (selamatan pada waktu bayi berumur 35 hari), dan upacara *wiwit*. Upacara *wiwit* adalah upacara yang dilakukan oleh para petani, sebelum memulai panen.

Bahan:

- 1) 200 gram tepung beras
- 2) 25 gram tepung sagu
- 3) 25 gram tepung terigu
- 4) 1 sendok makan garam
- 5) 1 sendok makan baking powder
- 6) 150 gram kelapa parut
- 7) 200 gram tepung beras
- 8) 700 cc santan, dari 1 butir kelapa

Bahan Saus Santan Serabi

- 1) 1 sendok teh garam
- 2) 2 sendok makan maizena yang dilarutkan dengan air
- 3) daun pandan
- 4) gula pasir sesuai selera
- 5) 150 gram gula merah, disisir
- 6) 500 cc

Cara Membuat Srabi:

- 1) Pertama-tama, campurkan tepung terigu, tepung beras, tepung sagu, baking powder, dan garam, aduk menjadi satu dengan sebagian santan sambil diuleni merata sampai adonan menjadi tidak lengket
- 2) Tuangkan sisa santan, tepuk-teuk adonan dengan tangan.
- 3) Diamkan adonan selama 1 jam.
- 4) Panaskan cetakan, lalu olesi cetakan dengan minyak goreng. Ambil sekitar 1 sendok sayur kecil adonan kue, tuang ke dalam cetakan. Diamkan hingga adonan kue berlubang, taburi kelapa parut, lalu tutup cetakan dan panggang hingga matang, angkat.
- 5) Membuat saus santan atau kuahnya: Campurkan seluruh bahan-bahan membuat saus, kemudian masak dengan menggunakan api kecil hingga matang, lalu disaring.

Srabi yang dijual di pasar-pasar tradisional di Kabupaten Bantul umumnya masih menggunakan cara tradisional dan dibuat oleh industri rumahan. Srabi yang dijual di pasar juga tidak selalu menggunakan saus santan, sehingga rasanya kurang manis. Alat-alat yang digunakan dalam proses pembuatan srabi masih cukup sederhana, antara lain: layah (cobek) dan *keren* kayu bakar. Daya jual pedagang di pasar tradisional untuk kue ini biasanya mencapai 40 bungkus/ hari. Biasanya dalam 1 bungkus berisi 8 buah kue srabi.

Cara



Gambar 13. Kue Cara Tradisional

Gambar 14. Kue Cara Modern³

Cara termasuk jenis kue tradisional dengan bahan baku utama tepung beras. Kue ini merupakan salah satu varian kue basah yang mampu bertahan dan tidak pernah sepi peminat. Kue ini memang enak karena ciri khas rasanya yang manis dan gurih. Kue ini agak sukar dibuat dibandingkan kue tradisional lainnya karena bentuknya harus merekah sempurna. Bagi pemula, mungkin perlu dua atau tiga kali membuat untuk mendapatkan bentuk yang sempurna. Kue cara yang dijual di pasar-pasar tradisional biasanya hanya dibuat satu warna saja. Sedangkan kue cara yang modern sudah menggunakan bermacam-macam warna agar terlihat lebih menarik dan membangkitkan nafsu makan.

Bahan :

- 1) 250 gram tepung beras
- 2) 125 gram gula pasir
- 3) Garam secukupnya
- 4) ½ butir kelapa, ambil santannya, kurang lebih 400 ml
- 5) ½ butir telur kocok
- 6) Pewarna yang disesuaikan dengan selera

Cara pembuatan Kue Cara:

- 1) Campurkan tepung beras, gula pasir, dan garam. Tuangkan santan dalam campuran bahan. Campur adonan sampai kalis. Tambahkan sisa santan sedikit demi sedikit sambil terus diaduk dengan tangan.
- 2) Setelah adonan agak cair, aduk dengan sendok hingga adonan licin.
- 3) Masukkan telur kocok, aduk rata.
- 4) Diamkan adonan selama 30 menit.
- 5) Bagi adonan sejumlah warna yang diinginkan untuk kue.
- 6) Panaskan cetakan kue cara di atas api sampai berasap. Tuang adonan putih kemudian campurkan dengan adonan merah dan hijau. Tunggu sampai matang
- 7) Lepaskan kue dengan alat, sisipkan di bawah adonan sedikit demi sedikit sehingga *kue cara* bisa merekah dengan indah.

Kue cara yang dijual di pasar-pasar tradisional di Kabupaten Bantul umumnya masih menggunakan cara tradisional dan dibuat oleh industri rumahan. Alat-alat yang digunakan cukup sederhana, antara lain: cetakan, panci, penggorengan, dan kompor minyak atau kayu. Daya jual pedagang di pasar tradisional untuk kue ini biasanya menggunakan bahan tepung beras 3kg/ hari. Biasanya kue ini habis terjual setiap harinya.

Jenang Sumsum



Gambar 15. Jenang Sumsum tradisional



Gambar 16. Jenang Sumsum penyajian modern⁴

Jenang sumsum adalah makanan tradisional yang termasuk jenis bubur. Jenang sumsum dikenal luas dan termasuk makanan tradisional yang sampai sekarang masih menjadi favorit. Untuk memasak jenang sumsum, diperlukan ketelitian dan kesabaran agar teksturnya halus dan cita rasanya gurih. Jenang sumsum juga banyak digunakan dalam upacara tradisional Jawa seperti upacara *tingkeban*, pernikahan adat Jawa, dan lain-lain.

Bahan Jenang:

- 1) 100 gram Tepung beras
- 2) 3 lembar daun pandan (bersihkan dan sobek lalu simpul)
- 3) 650 santan kental (hasil parutan 1 butir kelapa tua)
- 4) 1/2 sendok teh garam

Cara Membuat Jenang:

- 1) Bagilah santan ke dalam dua wadah yang berbeda, panaskan santan pada wadah pertama bersama dengan simpulan daun pandan menggunakan api kecil sambil terus diaduk, jangan sampai santan pecah.

Bahan Kuah:

- 1) 100 ml air bersih
- 2) 200 gram gula merah (disisir halus)
- 3) 2 lembar daun pandan (bersihkan dan buat simpul)

³ <http://emma-sukamasak.blogspot.com/2011/09/bahan-500-garamtepung-beras-125.html>

⁴ <http://behindkapulaga.blogspot.com/2009/03/bubur-sum-sum.html>

- 2) Santan pada wadah kedua dicampur dengan tepung beras dan garam, aduk-aduk hingga semua bahan tercampur rata. Kemudian tuangkan pada wadah kedua kedalam campuran santan pada wadah pertama yang sedang dipanaskan, aduk-aduk terus kedua campuran hingga menjadi bubur yang kental. Setelah dirasa cukup matang segera angkat dan biarkan dingin.

Cara Membuat Kuah:

1. Campurkanlah air bersama gula serta daun pandan dan aduk-aduk hingga menyatu dan rata.
2. Kemudian rebuslah campuran gula dengan menggunakan api sedang hingga mengental, jika dirasa cukup segera angkat dan sisihkan hingga dingin.

Jenang sumsum yang dijual di pasar-pasar tradisional di Kabupaten Bantul umumnya masih menggunakan cara tradisional dan dibuat oleh industri rumahan. Jenang ini tidak banyak mengalami perubahan bentuk maupun cara penyajian. Alat-alat yang digunakan dalam proses pembuatan jenang sumsum masih cukup sederhana, antara lain: Sendok sayur, panci, ayak, dan parut. Daya jual pedagang di pasar tradisional untuk kue ini biasanya mencapai 1,5 kg per hari dengan rata-rata keuntungan Rp. 25.000,-/, dengan modal Rp. 150.000,- .

Jenang Abang



Gambar 16. Jenang Abang di pasar tradisional



Gambar 17. Jenang Abang dan rangkaiannya⁵

Jenang abang, seperti halnya jenang sumsum, juga termasuk makanan tradisional yang sejenis bubur. Jenang abang dikenal luas dan termasuk makanan tradisional yang sampai sekarang masih menjadi favorit. Untuk memasak jenang abang, diperlukan ketelitian dan kesabaran agar teksturnya halus dan cita rasanya gurih. Jenang abang juga banyak digunakan dalam upacara tradisional Jawa seperti upacara kelahiran, pernikahan adat Jawa, dan lain-lain.

Bahan-Bahan yang Dibutuhkan

- 1) 250 gram beras
- 2) 1000 ml santan encer
- 3) 500 ml santan kental
- 4) 250 gram gula merah sisir
- 5) 2 helai daun pandan yang dibentuk simpul
- 6) Garam secukupnya

Cara Membuat

- 1) Masaklah beras dicampur dengan santan encer, garam dan daun pandan hingga mengental menjadi bubur.
- 2) Jika sudah tuangkan santan yang kental tunggu beberapa saat kemudian angkat
- 3) Tambahkan sisiran gula merah aduk hingga warnanya berubah.

Jenang abang yang dijual di pasar-pasar tradisional di Kabupaten Bantul umumnya masih menggunakan cara tradisional dan dibuat oleh industri rumahan. Jenang ini tidak banyak mengalami perubahan bentuk maupun cara penyajian. Alat-alat yang digunakan dalam proses pembuatan jenang abang masih cukup sederhana, antara lain: Sendok sayur, panci, ayak, dan parut. Daya jual pedagang di pasar tradisional untuk kue ini biasanya mencapai 1,5 kg per hari dengan rata-rata keuntungan Rp. 25.000, dengan modal Rp. 150.000,- .

Kue Cucur



Gambar. Cucur

Cucur termasuk jenis kue tradisional dengan bahan baku utama tepung beras. Kue ini merupakan salah satu varian kue basah yang mampu bertahan dan tidak pernah sepi peminat. Kue ini memang enak karena ciri rasanya yang khas, yaitu rasa manis gula merah. Kue cucur yang dijual di pasar biasanya bentuknya kurang sempurna. Tidak begitu berserat, terlalu banyak minyak, dan bagian tengah tidak timbul. Kue Cucur yang dijual di pasar-pasar tradisional biasanya hanya dibuat satu warna saja. Sedangkan kue Cucur yang modern sudah menggunakan bermacam-macam warna agar terlihat lebih menarik dan membangkitkan nafsu

⁵ <http://www.timlo.net/baca/62136/jenang-abang-putih-wajib-disajikan-untuk-simbol-kelahiran/>

makan.

Bahan-bahan :

- 1) 300 ml air
- 2) 175 gram gula merah
- 3) 3 lembar daun pandan
- 4) 175 gram tepung beras
- 5) 70 gram tepung terigu sedang
- 6) 1/2 sendok teh garam
- 7) Minyak goreng secukupnya

Cara Membuat Kue Cucur:

- 1) Rebus air bersama gula merah serta daun pandan sambil diaduk-aduk, setelah gula sudah larut semua saringlah hasil rebusan dan biarkan tetap hangat.
- 2) Campurkanlah tepung beras, tepung terigu serta garam, aduk-aduklah campuran hingga merata. Lalu tuangkan larutan gula sedikit demi sedikit sambil diaduk-aduk dan dipukul-pukul hingga larutan gula habis.
- 3) Diamkan selama kurang lebih 35 menit.
- 4) Panaskan minyak di dalam wajan cekung, lalu masukkanlah adonan kue cucur ke dalam wajan dan gorenglah adonan sambil disiram-siram dengan menggunakan minyak panas dalam wajan hingga adonan yang digoreng membentuk serat-serat.
- 5) Angkat dan tiriskan

Kue Cucur yang dijual di pasar-pasar tradisional di Kabupaten Bantul umumnya masih menggunakan cara tradisional dan dibuat oleh industri rumahan. Alat-alat yang digunakan cukup sederhana, antara lain: cetakan, panci, penggorengan, dan kompor minyak atau kayu. Daya jual pedagang di pasar tradisional untuk kue ini biasanya menggunakan bahan tepung beras 1,5kg/ hari. Biasanya kue ini habis terjual setiap harinya. Pedagang mengaku, hasil penjualan kue cucur cukup untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.

3. Jenis Makanan Tradisional yang terbuat dari Bahan selain Singkong dan Beras

(11) Tempe Benguk, Tempe Kara, Tempe Gembus, dan Tempe Kedelai



Gambar 17. Tempe benguk bacem



Gambar 18. Tempe gembus bacem

- a. Bahan baku pembuatan tempe benguk, kara, gembus, dan kedelai adalah kacang benguk, kacang kara, kacang kedelai, kedelai, ampas tahu. Alat yang diperlukan adalah panci untuk merebus, tenggok untuk menginjak saat membersihkan kulitnya, tambir, atau tampah pisau dan telenan untuk memotong benguk. Daun pisang untuk membungkus.
- b. Cara pembuatan: kukus benguk, kara atau kedelai sampai empuk. Bersihkan kulitnya dengan cara menginjak-injak. Rendam kacang kara, dan potongan benguk yang sudah bersih selama sehari semalam dengan berkali-kali mengganti air agar racunnya hilang. Hari kedua kacang kara, benguk, kedelai direbus, setelah empuk diangkat, ditiriskan, didinginkan lalu diusari/diberi ragi tempe sampai rata. Kacang yang sudah diberi ragi lalu dibungkus dengan daun pisang. Bungkus kacang ditutup kain atau dikumpulkan agar hangam semalam, pagi lepas kerukupnya dan diurai. Sore tempe sudah jadi. Proses pembuatan Tempe Gembus sama seperti tempe yang lain. Ampas tahu dikukus, setelah matang didinginkan dan diberi ragi lalu dibungkus dengan daun, ditutup kain atau penutup yang lain semalam, diurai dan paginya tempe siap diolah.
- c. Cara membuat tempe bacem: rebus tempe dengan air kelapa, gula Jawa, bawang putih, bawang merah, ketumbar, salam, daun jeruk purut, jahe, dan garam, sampai agak kering. Jika sudah dingin tempe digoreng, dan siap dipasarkan.
- d. Cara membuat tempe besengek: masak tempe dengan santal kental, bawang putih, bawang merah, ketumbar, miri, salam, daun jeruk purut, sereh, gula Jawa, masak sampai empuk dan kuah tinggal sedikit.

Tempe besengek siap dipasarkan. Berdasarkan hasil survey tempe kedelai bacem ditemukan disemua pasar, sedangkan tempe benguk ditemukan di pasar Turi, Celep, Ngangkruk, Mangiran, Gathak, Pundong dan Niten. Harga jual pertempe kedelai Rp.500,- sampai Rp.1000,-, sedangkan tempe kara dan benguk Rp. 500,- perbiji. kemampuan jual setiap hari sekitar 50 buah, sehingga nilai ekonomi yang didapat berkisar Rp. 25000,- sampai Rp. 50.000,-. Tempe kedelai dan Tempe Gembus, dalam perkembangannya diolah dengan adonan terigu dan terkenal dengan nama tempe kemul. Tempe ini memiliki harga jual rata-rata Rp.1000,- perbiji.

(12) Karang



Gambar 18. Karang

- a. Bahan baku Karang adalah rumput laut basah. Alat yang dibutuhkan adalah panci untuk memasak dan cetakan
- b. Cara mengolah: rumput laut dicuci bersih, lalu dimasak dengan air sampai hancur dan menjadi bubur. Bubur rumput laut dicetak dengan batok tipis, setelah dingin dilepas, bentuknya mirip gula Jawa. karangan biasanya dimakan dengan Kethak Nyunyuk dan lombok hijau, atau Kethak Nyunyuk disambal bawang. Karang kalau dimakan tanpa kethak rasanya tawar agak amis. Karang dijual perbiji seharga Rp.500,- saja. Makanan ini terdapat di pasar yang dekat pantai selatan, yaitu pasar Pundhong, Ngangkruk, Turi, Celep, dan Sorobayan.

Makanan ini juga tidak setiap saat bisa ditemukan, karena rumput laut bisa dipetik pada musim-musim tertentu. Rumput laut sebetulnya bisa dibuat camilan yang berdaya jual tinggi. Caranya dengan merubah cara masak. Misalnya: digoreng dengan tepung terigu, dan bumbu krispi, hasilnya menjadi rumput laut krispi. Rumput laut krispi telah diproduksi di wilayah Baron dan sekitarnya. Harga perkilogram mencapai Rp.50.000,-. Cara ini yang perlu disosialisasikan di wilayah Bantul, agar pedagang Karang, bisa meraih nilai jual rumput laut lebih tinggi.

(13) Monte

- a. Bahan baku Monte adalah sagu mutiara, gula pasir, kelapa parut. Alat yang diperlukan adalah panci pengukus, daun pisang, tusuk gigi.
- b. Cara mengolah: rendam sagu mutiara selama 2 sampai 3 jam lalu diangkat dan ditiriskan. Campur kelapa parut, gula pasir dan sagu mutiara, aduk rata. Adonan kemudian dibungkus daun pisang, lalu dikukus sampai matang. Monte perbungkus dijual Rp.1000,- Monte sebetulnya bukan makanan khas Jawa. Orang Jawa tidak berbudaya makan sagu. Seiring meluasnya jangkauan dagang antarwilayah, maka sagu akhirnya dikenal orang Jawa, tidak terkecuali sagu mutiara. Olahan sagu diberlakukan sama dengan model olahan bahan baku setempat, yang rata-rata dicampur gula dan kelapa. Hasil survey, Monte dijual diseluruh pasar di Kabupaten Bantul. Nilai ekonomi penjualan Monte, tidal terlalu beda dengan makanan yang lainnya. Perhari rata-rata terjual antara 30 sampai 50 bungkus. Untuk menaikkan nilai ekonomi, sagu mutiara bisa diolah dengan tepung Hung Kwe, hasilnya berupa puding. Puding dijual lebih mahal dari pada Monte. Harga puding dapat mencapai Rp.2.500,- hingga Rp. 3.000,- perbiji.

(14) Hawuk-hawuk

- a. Bahan bakunya adalah tepung ketan, kelapa parut, gula pasir, pewarna makanan. Peralatan yang dibutuhkan yaitu panci pengukus, tambir, dan baskom.
- b. Cara mengolah: semua bahan dicampur rata, lalu dikukus. Setelah matang dituang di tambir yang dialasi daun pisang lalu dipadatkan. Setelah dingin makanan ini dipotong-potong. Hawuk-hawuk dijual perpotong Rp.1.000,-. Kemampuan jual Hawuk-hawuk rata-rata perhari satu tambir atau sekitar 50 potong, sehingga nilai uang yang bisa didapat sekitar Rp. 50.000,-. Hawuk-hawuk dijual di pasar Niten, Argamulya, dan Bantul. Adonan hawuk-hawuk sebetulnya bisa diolah dengan cara dibakar. Olahan ini dinamakan Sagon. Cara membakar bisa dengan cobek, atau dioven untuk cara yang lebih modern. Olahan sagon memiliki daya jual lebih tinggi. Sagon tradisional dijual Rp. 2000,- perbiji. Untuk sagon oven perloyang biasa dijual Rp. 25.000,- sampai Rp. 30.000,-.

(15) Getas



Gambar 19. Getas

- a. Bahan baku untuk membuat Getas adalah tepung ketan. Bahan yang lain berupa: santan, gula pasir, garam, dan minyak goreng. Peralatan yang dibutuhkan adalah baskom dan wajan.

- b. Cara mengolah: campur tepung ketan, santan, dan garam, aduk rata sampai menjadi adonan yang tidak terlalu cair. Kemudian adonan dikepal-kepal dan digoreng. Goreng kembali getas yang sudah jadi di dalam gula pasir yang sudah menjadi karamel. Getas siap dijual. Getas dijual di pasar Babrik. Getas dijual Rp. 500,- per biji. Kemampuan jual Getas rata-rata perhari adalah 300 biji, sehingga nilai uang yang dapat sekitar Rp. 150.000,-.

(16) Lemper



Gambar 20. Lemper

- a. Bahan baku untuk membuat Lemper adalah ketan. Bahan yang lain berupa: daging ayam, santan, bawang merah, bawang putih, daun jeruk, garam, dan minyak goreng. Peralatan yang dibutuhkan adalah pisau, soblok untuk mengukus, wajan untuk menumis.

- b. Cara mengolah: cuci bersih ketan kemudian kukus sampai setengah matang. Setelah ketan dikukus campur ketan dengan santan dan garam sampai santan meresap, kukus kembali sampai ketan matang. Untuk membuat isian lempur panaskan minyak goreng, tumis bumbu yang telah dihaluskan kemudian masukkan daging ayam yang telah dicincang dan tambahkan santan, masak sampai matang. Bungkus ketan yang telah diisi dengan isian Lemper dengan daun pisang. Kukus kembali ketan yang telah dibungkus dengan daun pisang sampai matang. Makanan ini ditemukan diseluruh pasar yang di survey. Lemper merupakan makanan tergolong mewah. Lemper biasa dihidangkan pada hajatan. Harga jual lempur termasuk tinggi, per biji dijual Rp. 1.500,- sampai Rp. 2.000,-. Daya jual Lemper tergantung bulan baik. Untuk bulan Besar, Lemper banyak dipesan oleh pembeli. Saat seperti ini omset penjualan bisa mencapai 300 bahkan sampai 500 buah. Waktu seperti ini biasanya keuntungan bisa dirasakan.

(17) Jadah



Gambar 21. Jadah

- a. Bahan baku untuk membuat Jadah adalah ketan. Bahan yang lain adalah: kelapa parut, garam, dan air. Peralatan yang diperlukan adalah pisau, parut, soblok atau alat pengukus, dan alat penumbuk.
- b. Cara mengolah: cuci bersih ketan kemudian kukus sampai setengah matang. Campur ketan yang telah dikukus setengah matang dengan air panas, garam, dan kelapa parut, kemudian aduk sampai rata dan air terserap ketan. Kemudian kukus kembali ketan samapai matang. Keluarkan ketan yang sudah matang dari kukusan, tumbuk selagi masih dalam keadaan panas hingga ketan menjadi halus dan liat dan padat. Ambil kira-kira 2 sendok makan ketan, buatlah bentuk bulat, lalu dipipihkan setebal kira-kira 1½ cm. Makanan ini ditemukan diseluruh pasar yang di survey. Jadah biasa dijual Rp. 500,- untuk potongan kecil dan Rp. 1.000,- untuk potongan besar. rata-rata penjualan mencapai 75 sampai 100 potong. Jadah biasa dipesan para pedagang sayur keliling, sehingga daya jual relatif stabil jumlahnya.

(18) Semar Mendem



Gambar 22. Semar mendem

- a. Bahan baku untuk membuat Semar Mendem adalah ketan. Bahan yang lain berupa: daging ayam, santan, bawang merah, bawang putih, daun jeruk, serei, garam, tepung terigu, air, telur, dan minyak goreng. Peralatan yang dibutuhkan adalah pisau, soblok untuk mengukus, wajan untuk menumis.

- b. Cara mengolah: cuci bersih ketan kemudian kukus sampai setengah matang. Setelah ketan dikukus campur ketan dengan santan dan garam sampai santan meresap, kukus kembali sampai ketan matang. Untuk membuat isian Semar Medem panaskan minyak goreng, tumis bumbu yang telah dihaluskan kemudian masukkan daging ayam yang telah dicincang dan tambahkan santan, masak sampai matang. Untuk membuat kulit Semar Mendem campur tepung terigu, telur, garam, dan air, aduk sampai rata. Kemudian dadar tipis adonan kulit dengan menggunakan wajan. Ambil ketan yang sudah dikukus kemudian bentuk bulat dan pipihkan, isikan dengan bahan isi dan tutup kembali dengan dibentuk lonjong memanjang. Letakan ketan yang sudah diisi tadi pada selembar kulit dadar kemudian bungkus seperti amplop. Makanan ini ditemukan diseluruh pasar yang di survey. Semar mendem dijual Rp. 1500,- per biji. Kemampuan jual rata-rata perhari 75 biji.

(19) Wajik



Gambar 23. Wajik

- a. Bahan untuk membuat Wajik adalah ketan. Bahan yang lain berupa: santan, gula Jawa, air, daun pandan, dan garam. Peralatan yang dibutuhkan adalah soblok untuk mengukus, panci, baskom, dan loyang.
- c. Cara mengolah: cuci bersih ketan kemudian kukus sampai setengah matang. Kemudian angkat ketan setengah matang dan rendam ketan kira-kira 10 menit di dalam air mendidih yang telah disiapkan, selanjutnya kukus kembali ketan hingga matang. Masak santan bersama gula merah, daun pandan dan garam sambil diaduk-aduk hingga kental. Masukkan ketan yang sudah matang ke dalam larutan santan dan aduk sampai rata. Kemudian masak hingga larutan santan dan gula merah terserap merata ke dalam ketan dan dikukus. Siapkan loyang persegi empat kemudian olesi cetakan dengan menggunakan minyak goreng, tuangkan adonan wajik ke dalam loyang tersebut dan dinginkan. Setelah adonan wajik dingin, potong-potong bentuk persegi. Makanan ini dijual diseluruh pasar yang disurvei. Wajik dan Jadah merupakan makanan satu kesatuan. Wajik dan Jadah, biasa dijual Rp. 500,- untuk potongan kecil dan Rp. 1.000,- untuk potongan besar. Rata-rata penjualan mencapai 75 sampai 100 potong. Jadah dan wajik biasa dipesan para pedagang sayur keliling, sehingga daya jual relatif stabil jumlahnya.

(20) Klepon



Gambar 24. Klepon

- a. Bahan untuk membuat Klepon adalah tepung ketan. Bahan yang lain berupa: santan, gula Jawa, air, air daun suji (untuk pewarna hijau), daun pandan, kelapa parut, dan garam. Peralatan yang dibutuhkan adalah panci dan baskom.
- b. Cara mengolah: campur tepung ketan dengan santan, air, air daun suji dan garam aduk sampai rata. Ambil sedikit adonan lalu pipihkan isikan dengan gula Jawa di tengahnya, tutup dan bulatkan. Rebus air dengan daun pandan hingga mendidih, masukan adonan Klepon yang sudah jadi, masak sampai matang.

Gulingkan klepon yang sudah matang di atas kelapa parut. Makanan ini dijual diseluruh pasar yang disurvei. Klepon dijual Rp.1000,- per-kemasan. Kemampuan menjual bisa 100 kemasan, karena banyak dipesan para pedagang sayuran keliling. Klepon biasanya dijual bersama-sama dengan Lopis, dan Cenil.

(21) Ketan Ireng

- a. Bahan baku: ketan hitam, kelapa, gula pasir, dan kelapa parut. Peralatan yang dibutuhkan adalah panci pengukus dan tambir.
- b. Cara mengolah: ketan hitam direndam semalam. Ketan yang telah direndam lalu dicampur dengan bahan yang lain, diratakan lalu dikukus sampai matang. Ketan kemudian dicetak bulat-bulat atau bisa juga diratakan ditambir, lalu dipotong-potong. Ketan hitam ditemukan di pasar Niten. Perbiji dijual Rp. 500,-.

Rata-rata penjualan mencapai 75 sampai 100 potong/biji. Ketan hitam biasa dijual bersama-sama Thiwul dan Gathot. Makanan ini biasa dipesan para pedagang sayur keliling.

KESIMPULAN

Bahan utama yang paling banyak digunakan untuk membuat makanan tradisional adalah singkong (27%), kemudian tepung beras (22%), dan ketan (15%). Singkong diolah menjadi makanan tradisional sebagai berikut: (1) madu sari, (2) gethuk, (3) mendut, (4) gathot, (5) thiwul, (6) bengawan solo, (7) sawut, (8) lenthuk, (9) geplak, (10) utri, dan (11) growol. Singkong juga dapat diolah menjadi pati singkong. Pati singkong kemudian diolah menjadi makanan tradisional seperti cethyl dan cendhol. Tepung beras diolah menjadi: (1) nagasari, (2) lapis, (3) apem, (4) adrem, (5) srabi, (6) cara, (7) jenang sungsum, (8) jenang abang, dan (9) cucur. Sedangkan ketan akan diolah menjadi: (1) semar mendem, (2) hawuk-hawuk, (3) wajik, (4) jadah, (5) lempur.

Makanan tradisional di kabupaten Bantul, berdasarkan cara pengolahannya dapat dikategorisasikan menjadi empat, yaitu: (1) dikukus, (2) digoreng, (3) dibakar, dan (4) direbus.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pedagang dan produsen makanan tradisional di daerah Bantul, beberapa alternatif pengembangan yang dapat dilakukan adalah (a) identifikasi dan inventarisasi makanan tradisional, bekerjasama dengan Pusat Kajian Makanan Tradisional dan Perguruan Tinggi, (b) menyusun profil makanan tradisional di daerah sebagai bahan informasi pangan dan penyuluhan, (c) fasilitasi kepada asosiasi jasa boga, restoran, perhotelan, Perguruan Tinggi dan masyarakat dalam penyebaran informasi, sosialisasi dan promosi, (d) pelatihan bagi tenaga penyuluh dan pendamping program mengenai informasi yang terkait dengan makanan tradisional (seperti menu dan pengembangan resep makanan, pengemasan, tata boga, mutu gizi, citarasa dan sanitasi), (e) mendorong pengembangan pusat-pusat makanan tradisional (Traditional Food Centre) bersama instansi terkait, swasta dan masyarakat, (f) pemberian kredit lunak untuk tambahan modal.

DAFTAR PUSTAKA

- Jessica Kwik. 2008. Traditional Food Knowledge: A Case Study of an Immigrant Canadian “Foodscape” Environments: a journal of interdisciplinary studies/revue d’études interdisciplinaires.
- Kantor Pengelolaan Pasar Kabupaten Bantul. 2010. *Lokasi Pasar yang Dikelola Kabupaten Tahun 2010*. diunduh dari <http://pasar.bantulkab.go.id/documents/20100930092108-lokasi-pasar-yang-dikelola-kab> pada 14 April 2013.
- Rosyidi, Djalal. 2011. Macam-Macam Makanan Tradisional yang Terbuat dari Hasil Ternak yang Beredar di Kota Malang. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Hasil Ternak*, Agustus 2006, Hal 24-34 Vol. 1, No. ISSN : 1978 – 0303.
- Sukardi. 2011. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Bumi Aksara.
<http://www.suamerdeka.com/v1/index.php/read/news/2013/03/07/148082/Gerakan-Makanan-Tradisional-Harus-Digalakkan>
<http://www.deptan.go.id/pesantren/bkp/organisasi.htm>