**Jurnal Pendidikan, Tata Boga dan Teknologi**
**Vol/ : 1 No.1 2019**
**ISSN : xxxxxxxxx**
**DOI : https://10.24036/xxxxx**

# PENGOLAHAN DAN PENYAJIAN MAKANAN NEGARA JEPANG

**Ayu Tri Mulya, Ivo Amanda, Salma Rema Khair**

**Program Studi Diploma III Tata Boga**

**Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan**

**Universitas Negeri Padang**

**Email : Ayutrimulya@gmail.com_ivocakila@gmail.com_salmaremakhair@gmail.com**

## ABSTRAK

Jepang mempunyai keberagaman budaya yang masih dijalankan oleh masyarakat setempat. Mulai dari makanan khasnya,cara penyajiannya,tata cara mkannya dan laian sebagainya.tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apa saja makanan khas dari Negara jepang,bagaimana penyajian makanan khas jepdang ,dan bagaimana tata cara makanan orang jepang. Jenis penelitian ini kuantitatif ,mengumpulkan data dari hasil penelitian, buku sumber. Makanan khas dari Negara jepang seperti Onigiri, Tempura, Sashimi, Shabu-shabu, Sukiyaki ,Udon. Cara penyajian makanan jepang, makanan disajikan secara bertahap, mulai dari hidangan pembuka, sup, hidangan utama, dan diakhiri dengan hidangan penutup. Masakan Jepang dihidangkan semuanya secara sekaligus. tata cara makan seperti : Sikap duduk ketika makan, oshibori atau handuk membersihkan tangan,mengucapkan kalimat itadakimasu,chawan digunakan sebagai tempat untuk nasi atau sup,mengembalikan chawan ketempat semula setelah selesai makan,kanpai atau bersulang digunakan budaya jepang . Itu semua merupakan makanan khas ,tata cara penyajian makanan,dan tata cara makan orang jepang.

**Kata kunci: Makanan Khas, Penyajian makanan, Tata Cara Makan Negara Jepang**

## Pendahuluan

Jepang mempunyai keberagaman budaya yang masih dijalankan oleh masyarakat setempat. Diantaranya: **Hanami**, Tradisi Jepang dalam menikmati keindahan bunga, khususnya bunga sakura. Mekarnya bunga sakura merupakan lambang kebahagiaan telah tibanya musim

semi. Selain itu, hanami juga berarti piknik dengan menggelar tikar untuk pesta makan-makan di bawah pohon sakura. **Seppuku**, Upacara untuk bunuh diri dan di luar Jepang lebih populer dengan istilah Harakiri. Ritual Seppuku biasanya memerlukan keterlibatan aktif paling tidak dua orang, satu yang mau bunuh diri dan satu lagi adalah pendampingnya (Kaishakunin) yang bertugas memenggal kepala orang yang melakukan Seppuku. Hanya saja, dalam pemenggalan itu leher yang dipenggal tidak boleh betul-betul putus, harus ada daging yang membuat kepala yang dipenggal tetap menempel pada tubuhnya. **Matsuri,** diselenggarakan untuk mendoakan keberhasilan tangkapan ikan dan keberhasilan panen (beras, gandum, kacang, jawawut, jagung), kesuksesan dalam bisnis, kesembuhan dan kekebalan terhadap penyakit, keselamatan dari bencana, dan sebagai ucapan terima kasih setelah berhasil dalam menyelesaikan suatu tugas berat. Matsuri juga diadakan untuk merayakan tradisi yang berkaitan dengan pergantian musim atau mendoakan arwah tokoh terkenal.

Pada umumnya, bahan-bahan masakan Jepang berupa: beras, hasil pertanian (sayuran dan kacang-kacangan), dan makanan laut. Bumbu berupa dashi yang dibuat dari konbu, ikan dan shiitake, ditambah miso dan shōyu. Berbeda dengan masakan negara-negara lain, makanan Jepang sama sekali tidak menggunakan bumbu berupa rempah-rempah dari biji-bijian (merica) atau penyedap yanng mengandung biji (seperti cabai) yang harus ditumbuk atau dihaluskan. Masakan Jepang juga tidak menggunakan bumbu yang berbau tajam seperti bawang putih. Kacang kedelai merupakan bahan utama makanan olahan. Penyedap biasanya berupa sayur-sayuran beraroma harum yang dipotong-potong halus atau diparut.

## Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Lokasi penelitian fokus pada masakan khas jepang. Fokus penilitian adalah makanan khas, cara penyajian, dan tata cara makan. Teknik dalam pengumpulan data dengan studi literature dokumentasi. Sumber data dikumpilkan dengan mengkaji berbagai sumber litratur.

## Pembahasan

### 1. Makanan khas jepang

1. **Onigiri**, merupakan makanan khas Jepang yang berbahan utama nasi putih. Nasi putih ini dipadatkan dengan tangan atau dengan pencetak khusus onigiri. Umumnya, Onigiri dibungkus dengan lembaran rumput laut dan diisi dengan udang, mayonnaise, daun bawang, *ume* (asaman buah plum), dan *tarako* & *mentaiko* (telur ikan terbang).
2. **Tempura,** lebih dikenal sebagai makanan khas Jepang. Sebenarnya tempura diperkenalkan oleh bangsa Portugis pada abad ke-15. Tempura memiliki arti "memasak". Kini, tempura sudah mendunia dan sangat populer di berbagai negara. Tempura terbuat dari makanan laut dan sayuran yang dimasak dengan cara digoreng dan dibalut dengan tepung renyah.
3. **Sushi**, merupakan makanan khas Jepang yang sangat populer bukan hanya di negara asalnya tapi juga di luar negara Jepang, termasuk Indonesia. Sushi dibuat dari nasi dengan tambahan makanan laut, telur, dan sayuran segar. Sushi memiliki banyak kelebihan, selain penampilannya yang cantik dan menggugah selera, sushi juga memiliki rasa yang enak dan termasuk makanan yang sehat. Sushi biasanya disantap sebagai menu sarapan pagi, tetapi sushi juga disediakan pada saat ada acara-acara tertentu. Sushi dinikmati dengan wasabi dan kecap asin.
4. **Sashimi,** merupakan makanan khas Jepang yang hampir sama dengan sushi. Sashimi lebih dulu ada sebelum sushi. Perbedaan sashimi dengan sushi terletak pada nasi. Sashimi merupakan makanan mentah murni khas Jepang. Sashimi terbuat dari makanan laut yang disantap bersama kecap asin dan wasabi.
5. **Shabu-shabu,** merupakan makanan khas Jepang yang berisi irisan tipis daging, tahu, jamur dan sayuran. Daging yang biasanya dipakai adalah daging sapi, tetapi terkadang dipakai daging ayam, ikan, dan gurita. Shabu-shabu dimasak di dalam sebuah panci khusus. Daging shabu-shabu dinikmati bersama saus Jepang yang mengandung wijen yang disebut *gomadare*.
6. **Sukiyaki,** Sama seperti shabu-shabu, sukiyaki merupakan makanan khas Jepang yang disajikan di dalam sebuah panci dengan maksud sambil dimasak. Sukiyaki berisi irisan daging sapi yang tipis, sayuran, jamur, dan tahu. Cara memasak sukiyaki adalah dengan

direbus. Irisan daging sukiyaki disantap dengan cara dicelupkan ke dalam kocokan telur ayam yang disajikan di mangkuk kecil yang terpisah.

7. **Udon,** berasal dari Tiongkok. Kata udon sendiri berasal dari kata Tiongkok, yaitu *wonton* (artinya pangsit), yang kemudian dilafalkan dengan kata undon/udon.Udon merupakan mie ala Jepang yang terbuat dari tepung terigu. Biasanya, Udon memiliki ukuran yang lebih besar dibandingkan dengan ukuran mie pada umumnya. Selain ukuran tersebut, udon memiliki ukuran yang tipis dan kecil-kecil. Udon juga memiliki berbagai macam jenis berdasarkan cara memasaknya dan isinya.
8. **Ramen,** Orang Jepang sangat menyukai ramen untuk disantap sebagai makanan sehari-hari. Sebenarnya, ramen bisa dikatakan sebagai 'mie instannya orang Jepang'. Ramen dikemas di dalam sebuah *cup*. Cara memasak ramen juga sama dengan memasak mie instan di dalam *cup*, yaitu cukup menambahkan air panas saja ke dalamnya dan tunggu hingga mie menjadi lunak dan siap untuk disantap.
9. **Takoyaki,** Takoyaki sendiri memiliki arti 'gurita panggang'. Takoyaki merupakan makanan khas Jepang yang termasuk ke dalam kategori cemilan. Adonan takoyaki berbahan dasar tepung terigu. Takoyaki diisi dengan gurita, keju, dan daun bawang. Setelah matang, takoyaki diberi tambahan saus mayonnaise, rumput laut, dan serutan ikan cakalang yang menambah nikmat pada saat disantap.
10. **Mochi,** berasal dari kota Sukabumi, padahal sebenanrya mochi berasal dari Jepang. Mochi terbuat dari tepung beras ketan yang dibuat seperti pasta yang kemudian dibentuk. Di Jepang, mochi dibuat pada saat ada acara tradisional bernama '*Mochitsuki'*. Makanan ini dibuat pada tahun baru. Awalnya, mochi berbentuk segitiga namun dalam perkembangannya bentuk mochi menjadi bervariasi. Dalam perkembangannya, isi mochi pun menjadi lebih beragam dan lebih menarik, seperti isi es krim, cokelat, dan lain-lain.

## 2. Cara Penyajian makanan jepang

Makanan utama di Jepang terdiri dari nasi (kadang-kadang dicampur palawija), sup dan lauk. Lain halnya dari masakan Cina atau masakan Eropa,

masakan Jepang tidak mengenal tahapan (course) dalam penyajian. Dalam budaya makan Eropa atau Cina, makanan disajikan secara bertahap, mulai dari hidangan pembuka, sup, hidangan utama, dan diakhiri dengan hidangan penutup. Masakan Jepang dihidangkan semuanya secara sekaligus. Dalam hal penyajian hidangan, dalam masakan Jepang tidak dikenal perbedaan antara tata cara penyajian di rumah dengan tata cara penyajian di restoran. Jamuan makan dan kaiseki merupakan pengecualian karena makanan disajikan secara bertahap.

Dalam hal menikmati makanan, masakan Jepang bisa dengan mudah dibedakan dari masakan Eropa atau masakan Cina. Rasa dicampur sewaktu makanan Jepang berada di dalam mulut. Asinan sayur-sayuran mungkin terasa terlalu asin kalau dimakan begitu saja, namun asinan terasa lebih enak ketika dimakan dengan nasi putih. Dalam masakan Jepang, bahan makanan tidak diolah secara berlebihan. Makanan harus mempunyai rasa asli bahan makanan tersebut. Cara memasak atau penyiapan makanan hanya bertujuan menampilkan rasa asli dari bahan makanan. Makanan juga sama sekali tidak dimasak dengan bumbu yang berbau tajam. Masakan Jepang tidak mengenal teknik memasak yang bisa merusak penampilan bahan dan kesegaran bahan makanan.

Peralatan makan untuk masakan Jepang umumnya dibuat dari keramik, porselen, atau kayu yang dipernis dengan urushi. Di rumah keluarga Jepang, setiap anggota keluarga memiliki mangkuk nasi dan sumpit sendiri, dan tidak saling dipertukarkan dengan milik anggota keluarga yang lain. Sumpit yang dipakai bisa berupa sumpit kayu, sumpit bambu, atau sumpit sekali pakai. Sebelum teknik pembuatan keramik dikenal di Jepang, sebagian besar alat makan dibuat dari kayu yang dipernis. Alat makan dari porselen umumnya diberi hiasan gambar-gambar yang berfungsi sebagai penghias hidangan.Masakan Jepang memiliki aturan yang sangat longgar menyangkut bentuk alat makan dari keramik. Piring bisa saja berwarna gelap atau berbentuk persegi empat, sehingga sangat mencolok dibandingkan piring makanan Eropa atau Amerika. Alat makan untuk makanan Jepang terlihat sangat berbeda dengan alat makan untuk masakan Cina atau Korea. Masakan Cina menggunakan piring bundar dari porselen dengan hiasan

sederhana, sementara masakan Korea memakai porselen putih tanpa hiasan atau alat makan dari logam.

### 3. Tata Cara Makan

1. Sikap duduk ketika makan

   Sikap duduk ketika makan Sekarang di Jepang sudah terdapat banyak restoran yang cara penyajian ala Barat. Namun, untuk beberapa acara resmi, mereka tetap menjaga tradisi saat makan.Meja besar sudah umum untuk dijadikan tempat makan bersama, terlebih meja yang digunakan memiliki ukuran yang lebih tinggi. Orang disana biasanya akan makan dengan sikap duduk melipatkan kaki, biasanya disebut Seiza. Bila kamu perhatikan, dibawah kaki tersebut disediakan bantalan tipis untuk menahan tulang bergesekan dengan lantai. Selain itu, lantainya pun dilapisi alas jerami yang biasa disebut tatami. Jadi ga usah takut kesemutan, semua penyebab kesemutan sudah diminimalisir.

2. Oshibori

   Oshibori atau handuk untuk membersihkan tangan, disediakan sebelum kita menyantap makanan. Etikanya, oshibori hanya digunakan untuk tangan. Dan tidak baik bila kamu menggunakan Oshibori untuk membersihkan anggota badan lainnya. Setelah oshibori digunakan, kamu harus lipatkan kembali dan simpan ditempat semula.

3. Mengucapkan kalimat Itadakimasu

   Hal ini sudah menjadi tradisi orang-orang Jepang sebelum menyantap makanan, mereka akan mengucapkan itadakimasu yang artinya selamat makan.Tapi tunggu dulu, jangan langsung makan. Sebelum menyantap makanan, masyarakat Jepang biasanya akan memuji makanan yang telah disediakan oleh tuan rumah sebagai ungkapan terima kasih. Karena memang, makanan yang disajikan akan dikemas sedemikian rupa agar terlihat cantik, inilah uniknya makanan Jepang. Liat saja, makanan yang disediakan di supermarket aja dikemas sangat indah.

Disana, keindahan dalam penyajian makanan menjadi salah satu kewajiban agar orang yang melihatnya akan terasa tertarik untuk segera menyantapnya.Namun ketika kamu sedang makan, ada beberapa hal yang harus kamu perhatikan juga. Contohnya jangan membicarakan hal-hal jorok seperti tentang toilet, jangan bersendawa, dan jangan memainkan sumpit.Setelah selesai makan, etikanya orang Jepang akan mengatakan Gochisosama sebagai tanda terima kasih pada orang yang menyediakan makanan.

4. Chawan

Chawan Di Jepang chawan digunakan sebagai tempat untuk nasi atau sup. Rata-rata nasi disana disajikan dengan cara dikepal-kepal dan dilapisi rumput laut yang kita kenal dengan sebutan onigiri. Hal ini sudah menjadi lumrah walau pembuatannya agak sedikit ribet.Namun untuk nasi yang tidak dibentuk onigiri, kamu bisa menggunakan chawan untuk tempat nasinya.Selain itu, penggunaan chawan pun diharuskan menggunakan tangan kiri dan sumpit dipegang dengan tangan kanan. Lalu bagaimana dengan orang yang kidal? Di Indonesia sendiri, orang kidal dipaksakan memakan dengan menggunakan tangan kanan, ternyata masalah ini sempat terjadi di Jepang hingga adanya restorasi Meiji, ketika budaya barat masuk ke Jepang, orang kidal bisa dengan leluasa memilih tangan mana untuk memegang sumpit.

5. Setelah selesai makan, kamu bisa mengembalikan chawan ditempat semula.

6. Ohashi

Menggunakan sumpit Ohashi atau penggunaan sumpit. Cara menggunakan sumpit juga harus diperhatikan karena bila salah akan membuat orang disekitarnya sensitif.

Tidak ada salahnya anda belajar dulu menggunakan sumpit dan terapkan dikehidupan sehari-hari.Hal lain yang harus diperhatikan adalah ketika kamu mulai makan, jangan mulai memegang sumpit terlebih dahulu. Kamu harus memulai memegang chawan, setelah chawan ditempatkan dimeja atau dipegang oleh tangan kiri, kamu bisa mulai mengambil sumpit. Setelah makanan habis, sumpit bisa diletakan disamping chawan seperti semula.

7. Kanpai

Kanpai atau bersulang digunakan dibudaya Jepang, namun sangat tidak lazim bila seseorang menyeduhkan minuman ke gelasnya sendiri, hal ini dianggap kurang sopan. Bila kamu ingin menuangkan minuman, kamu harus pegang botol tersebut dengan kedua tangan kamu lalu tuangkan, dimulai pada orang yang lebih tua dulu, kemudian orang-orang sekitarnya, dan yang terakhir untuk diri sendiri.Bagi kamu yang kebagian dituangkan minuman, kamu harus memegang air tersebut dengan kedua tangan sebagai tanda

# Simpulan dan saran

# Simpulan

Jepang mempunyai keberagaman budaya yang masih dijalankan oleh masyarakat setempat. Mulai dari (1) makanan khasnya seperti : (a) Onigiri, merupakan makanan khas Jepang yang berbahan utama nasi putih.(b) Tempura, lebih dikenal sebagai makanan khas Jepang. (c) Sushi, merupakan makanan khas Jepang yang sangat populer bukan hanya di negara asalnya tapi juga di luar negara Jepang, termasuk Indonesia. (d) Sashimi, merupakan makanan khas Jepang yang hampir sama dengan sushi. Perbedaan sashimi dengan sushi terletak pada nasi. (e) Shabu-shabu, merupakan makanan khas Jepang yang berisi irisan tipis daging, tahu, jamur dan sayuran (f) Sukiyaki, Sama seperti shabu-shabu, sukiyaki merupakan makanan khas Jepang yang disajikan di dalam sebuah panci dengan maksud sambil dimasak. (g) Udon, berasal dari Tiongkok. Kata udon sendiri berasal dari kata Tiongkok, yaitu *wonton* (artinya pangsit), yang kemudian dilafalkan dengan kata undon/udon.Udon merupakan mie ala Jepang yang terbuat dari tepung terigu. Selain makanan khasnya jepang juga terkenal dengan cara penyajian makanan jepang, makanan disajikan secara bertahap, mulai dari hidangan pembuka, sup, hidangan utama, dan diakhiri dengan hidangan penutup. Masakan Jepang dihidangkan semuanya secara sekaligus. Dalam hal penyajian hidangan, dalam masakan Jepang tidak dikenal perbedaan antara tata cara penyajian di rumah dengan tata cara penyajian di restoran. Jamuan makan dan kaiseki merupakan pengecualian karena makanan disajikan secara bertahap. Selain makanan khasnya dan cara penyajian mkanannya Negara jepang juga memperhatikan tata cara makan seperti : Sikap duduk ketika makan, oshibori atau handuk membersihkan tangan,mengucapkan kalimat itadakimasu,chawan digunakan sebagai tempat untuk nasi atau sup,mengembalikan chawan ketempat semula setelah selesai makan,kanpai atau bersulang digunakan budaya jepang . itu semua merupakan tata cara makan orang jepang tentunya jika kira berada dijepang kita harus ikut menyesuaikan diri mulai dari cara penayajian makan sampai ke tata cara makan harus diikuti selagi itu tidak merusak kaidah agama kita.

## Saran

Sebagai seorang mahasiswa/mahasiswi yang sedang belajar tentang makanan khas Negara jepang, cara penyajianya ataupun tata cara makan orang jepang,kita harus tau apa saja makanan khas setiap negara terutama ketika kita belajar pengolahn penyajian mkanan oriental ,setidaknya kita menguasai apa saja makanan khas dari Negara asian ,karena kami saat ini mendapatkan meteri tentang jepang jadi kami mengulik semua tentang jepang mulai dari makanan khasnya ,cara penyajiannya,ataupun tata cara makanya,semoga dengan adanya tugas ini bisa membantu dan memberi manfaat bagi pembaca .

## Daftar pustaka:

Indriani. 2007. *Japanese Food Favorit ala Cafe*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Dapur Aliza. 2011. *Kue Mochi untuk Jualan.* Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Arif NA. 2010. *Dengan Pujian, Bukan Kemarahan*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Susanto S. 2007. *Popular Food Variasi Sushi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Alamsyah Y. 2008. *Seri Usaha Kecil & Menengah: Tempura*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Ramdhan HE. 2010. *99 Ide Bisnis Kreatif Di Dunia*. Jakarta: Penebar Plus.
Fita D. 2009. *Berburu Makanan KejuMooo di Jakarta & Bandung*. Jakarta: Bukune.