

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Indonesia memiliki banyak sekali daerah bagian sehingga hal itu menjadikan Indonesia juga turut mempunyai beraneka ragam budaya. Budaya tersebut tidak hanya bahasa, baju adat, atau rumah adat saja, melainkan makanan tradisional dari setiap daerah juga menambah keanekaragaman budaya di Indonesia. Banyaknya rempah-rempah turut berperan dalam menambah ragam makanan tradisional sehingga setiap satu daerah memiliki makanan tradisional lebih dari satu. Makanan tradisional khas suatu daerah adalah menu makanan yang menjadi ciri khusus suatu daerah(Candra et al., 2023)

Selain itu, sebagian besar masakan tradisional di Indonesia masih menggunakan resep turun temurun, sehingga cita rasanya tetap konsisten(Darwis, 2022). Makanan tradisional sangat erat kaitannya dengan budaya, dan semuanya terasa natural dalam penyajian dan penyajiannya. Setiap makanan tradisional Indonesia memiliki cerita dan filosofi tersendiri di balik bahan dan cara pembuatannya (Krisnawati, 2022). Makanan ini biasanya memiliki rasa yang berbeda dan luar biasa, membuatnya populer di kalangan penduduk setempat. Penyajiannya juga khas, dengan daun pisang dan daun pandan yang digunakan secara tradisional, menarik perhatian banyak orang luar.

Masakan dari daerah Sumatera Utara sangat bervariasi . Keragaman ini berasal dari suku-suku yang tinggal di Provinsi Sumatera Utara yaitu Suku Batak, yang terbagi menjadi 5 sub suku yaitu Batak Toba, Batak Karo, Batak Simalungun, Batak Pakpak, dan Batak Mandailing. Setiap sub suku mempunyai keunikan dan ciri khas tersendiri. Oleh karena itu, variabilitas masakan khas Suku Batak ini perlu diperkenalkan ke seluruh Indonesia agar masyarakat Indonesia mendapatkan edukasi tentang masakan khas Suku Batak. Hal ini merupakan salah satu warisan budaya yang perlu dilindungi dan dilestarikan (Saragih, 2020)

Masakan tradisional setiap daerah memiliki ciri khas tersendiri, yang dipengaruhi oleh geografi, budaya, dan adat istiadat daerah tersebut. Meskipun Sumatera Utara memiliki banyak ragam masakan tradisional yang beraneka ragam dan disukai masyarakat, namun ada juga beberapa ragam kuliner tradisional yang hampir terlupakan atau hilang daya tariknya. Bahkan, beberapa jenis makanan tradisional yang lain sudah sama sekali tidak ditemukan lagi keberadaannya, apalagi memakannya. Beberapa bahan untuk makanan tradisional tersebut mungkin sulit dicari, atau bahkan tidak ditemukan lagi. Ada juga karena perubahan sudut pandang masyarakat sekarang yang sedikit banyak mulai menolak makanan-makanan tradisional tersebut tidak lagi sesuai dengan jamannya(Sudarmanto,2019)

Hare adalah makanan khas Batak yang sering ditemukan di pesta-pesta orang Batak, dan terutama untuk daerah toba samosir. Hare yang terbuat dari tepung beras, timun, kencur, kunyit. Lalu dimasak dengan menggunakan santan kelapa sampai seperti bubur.

Hare merupakan makanan berbentuk bubur dengan warna kuning yang mencolok, biasanya hare dihidangkan menggunakan daun pisang dan menggunakan sendok yang terbuat dari bayon(daun pandan). Hare merupakan makanan tradisional Batak Toba berkhasiat untuk menyehatkan tubuh serta menambah stamina. Hare pada zaman dahulu selalu diberikan kepada ibu muda saat hamil muda. Perempuan yang sulit hamil juga sering disugahi makanan tradisional ini karena dipercaya dapat meningkatkan kesuburan (Anonim, 2017).

Di tengah meningkatnya kesadaran akan pentingnya konsumsi makanan sehat dan bergizi, informasi mengenai kandungan zat gizi dalam makanan tradisional menjadi sangat penting. Salah satu pendekatan untuk mengkaji nilai gizi tersebut adalah melalui **analisis proksimat** , yaitu laboratorium untuk mengetahui kadar , abu, lemak, protein, karbohidrat, dan serat pangan dalam suatu bahan makanan. Kandungan serat khususnya memiliki peranan penting

dalam kesehatan pencernaan dan pencegahan berbagai penyakit tidak menular. Namun hingga saat ini, data ilmiah mengenai komposisi gizi dan serat dalam makanan tradisional suku Batak Toba masih sangat terbatas. ((Wahyuni, 2023)

Kadar proksimat mencakup komponen gizi dasar seperti air, abu, protein, lemak, dan karbohidrat yang menjadi indikator kualitas gizi suatu makanan. Sedangkan kadar serat merupakan parameter penting yang berkontribusi terhadap kesehatan pencernaan dan pencegahan penyakit tidak menular. Mengetahui kadar proksimat dan serat makanan tradisional seperti *hare* sangatlah penting, terutama dalam konteks pengembangan pangan lokal dan pelestarian budaya kuliner nusantara. Informasi tersebut juga dapat dijadikan dasar ilmiah dalam kompilasi rekomendasi gizi berbasis makanan tradisional sebagai alternatif pangan bergizi seimbang. (Nurhasanah, 2024)

Meskipun *hare* memiliki peran penting dalam budaya Batak Toba, informasi ilmiah mengenai kandungannya, khususnya kadar proksimat dan serat, masih terbatas. *Hare* sangat penting untuk mendukung upaya pelestarian serta mempromosikan makanan lokal yang bernilai gizi tinggi. Dengan mengetahui kandungan gizi *hare*, makanan ini berpotensi untuk dikembangkan sebagai alternatif pangan lokal yang bergizi dan mendukung ketahanan pangan. Hal ini sejalan dengan upaya diversifikasi pangan untuk mengurangi ketergantungan pada bahan pangan impor. (Sitorus, 2020)

Pengetahuan mengenai makanan ini merupakan bagian dari warisan budaya Batak Toba yang diturunkan secara turun-temurun berdasarkan pengalaman hidup masyarakatnya. Namun, saat ini makanan tradisional mulai dilupakan oleh generasi muda yang lebih memilih makanan modern karena dianggap lebih menarik, lebih bersih, dan memiliki kandungan gizi yang lebih tinggi. (Sibarani et al., n.d.)

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti gambaran kadar proksimat dan serat makanan tradisional *hare* suku Batak Toba. *Hare* sebagai kearifan lokal dari suku Batak Toba. Makanan tradisional

hare sampai sekarang analisis proksimat dan serat belum terdokumentasi dalam penelitian. Adapun latar belakang pemilihan lokasi penelitian ini, dikarenakan lokasi ini memiliki mayoritas penduduk bersuku Batak yang merupakan suku asli dari masakan budaya hare.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran kadar proksimat dan kadar serat makanan tradisional hare suku Batak Toba ?

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan umum

Mengetahui gambaran kadar proksimat dan serat makanan tradisional hare suku Batak Toba?

b. Tujuan Khusus

- a. Mengamati komposisi bahan yang digunakan dalam proses pembuatan hare
- b. Mengamati proses pengolahan hare.
- c. Menentukan kadar proksimat makanan tradisional hare.
- d. Menentukan kadar serat makanan tradisional hare.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat bagi penulis

Menambah ilmu pengetahuan,tentang kadar proksimat dan kadar serat makanan tradisional sebagai kearifan lokal Batak Toba.

b. Manfaat bagi masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang kadar proksimat dan serat sebagai pelestarian kearifan lokal dari suku Batak Toba.

c. Manfaat bagi institusi

Untuk referensi tentang makanan tradisional hare suku Batak Toba