

MAKANAN TRADISIONAL MASYARAKAT BANGKA BELITUNG “LEMPAH KUNING”

¹⁾Harlina Evi Susanti; ²⁾Sri Tavika; ³⁾Akbar Al Masjid

Kebudayaan Daerah

Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa

Email: ¹⁾ harlinaevisusanti339@gmail.com ²⁾ sritavikaa@gmail.com ³⁾ almasjida@ustjogja.ac.id

Abstrak

Penelitian ini berfokus untuk membahas tentang makanan khas yang berasal dari pulau Bangka Belitung. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu bagaimana sejarah serta proses pembuatan makanan khas Bangka Belitung yang berupa lempah kuning. Lempah kuning merupakan makanan khas yang sangat populer di kalangan masyarakat Bangka Belitung. Penelitian ini menggunakan metode jenis penelitian deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data yang berupa observasi serta melakukan wawancara kepada narasumber. Hasil penelitian menunjukkan sejarah lempah kuning serta bahan dan cara yang digunakan dalam membuat lempah kuning. Lempah kuning ini sendiri merupakan hidangan khas Bangka Belitung, ciri khas makanan ini bewarna kuning dengan bahan dasar ikan dari hasil laut dan warna kuning tersebut dihasilkan dari campuran salah satu bahan masakan yaitu kunyit. Dengan segala bentuk ekspresi lingkungan yang dituangkan oleh masyarakat sekitar pulau Bangka Belitung sehingga menghasilkan masakan lempah kuning yang menjadi makanan tradisional.

Kata kunci : Makanan Indonesia, Tradisional, Lempah kuning

Abstract

This study focuses on discussing the typical food originating from the island of Bangka Belitung. This study aims to find out how the history and the process of making Bangka Belitung's special food in the form of yellow spices. Yellow spices are a typical food that is very popular among the people of Bangka Belitung. This study uses a qualitative descriptive type of research method with data collection techniques in the form of observation and conducting interviews with informants. The results showed the history of yellow spices and the ingredients and methods used in making yellow spices. This yellow spice itself is a typical dish of Bangka Belitung, the characteristic of this food is yellow with the basic ingredients of fish from sea products and the yellow color is produced from a mixture of one of the ingredients, namely turmeric. With all forms of environmental expressions poured out by the people around the island of Bangka Belitung so as to produce yellow spices which became traditional food.

Keywords: Indonesian Food, Traditional, Lempah kuning

PENDAHULUAN

Negara Indonesia merupakan salah satu Negara yang memiliki kekayaan sumber daya alam yang sangat melimpah tidak hanya itu Indonesia juga memiliki berbagai macam keanekaragaman baik dari suku, budaya, adat istiadat, agama serta keanekaragaman lainnya seperti kuliner tradisional. Kuliner merupakan salah satu kekayaan yang dimiliki oleh bangsa Indonesia, kuliner tradisional itu sendiri merupakan makanan warisan leluhur yang memiliki ciri khas sebuah daerah yang ada di pulau nusantara dimana bahan yang digunakan masih secara tradisional, kuliner tradisional ini sendiri telah lama berkembang secara spesifik di daerah lokal dan diolah dari resep yang telah ada secara turun temurun oleh masyarakat dengan sumber bahan lokal yang ada di daerah setempat.

Dengan adanya keanekaragaman jenis kuliner menjadikan Indonesia sebagai negara yang mempunyai nilai ekonomi yang dijadikan sebagai harga diri bangsa serta dapat menumbuhkan ekonomi bangsa yang dapat bersumber dari makanan tradisional. Banyak sekali jenis makanan tradisional yang dimiliki oleh bangsa Indonesia serta banyak keanekaragaman jenis makanan baik tradisional maupun modern yang dimiliki oleh Negara Indonesia.

Makanan yang memiliki ciri khas tradisional dari berbagai daerah dapat menjadikan Indonesia sebagai negara yang unik karena memiliki beragam jenis makanan khas dari berbagai daerah salah satunya yaitu makanan khas yang berasal di daerah Bangka Belitung. Bangka Belitung merupakan salah satu provinsi yang berada di negara Indonesia, Bangka Belitung sendiri merupakan pulau yang memiliki berbagai macam kebudayaan dan

keberagaman baik dari agama maupun keberagaman dari segi jenis kuliner, salah satu jenis kuliner yang dimiliki oleh masyarakat Bangka Belitung yaitu lempah kuning, lempah kuning merupakan makanan khas asli Bangka Belitung yang memiliki cita rasa yang khas tersendiri, yang diolah langsung dari bumbu-bumbu yang berasal dari alam yang berada di lingkungan setempat masyarakat pulau Bangka Belitung.

Masyarakat Bangka Belitung sangat gemar membuat lempah kuning untuk dijadikan makanan rumahan atau biasa dimakan untuk lauk pauk sehari-hari, kita tahu bahwa pulau Bangka Belitung sendiri merupakan pulau yang dikelilingi oleh lautan, maka dari itu tidak heran lagi jika masyarakat Bangka Belitung sering mengolah atau mengonsumsi makanan dari hasil laut. Sehingga Lempah kuning menggunakan bahan dasar dari ikan, jadi tidak heran jika masyarakat Bangka Belitung bisa terus mengonsumsi ikan untuk dijadikan masakan lempah kuning. Adapun penulisan artikel ini untuk menyajikan mengenai makanan tradisional masyarakat Bangka Belitung yaitu masakan lempah kuning.

METODE

Untuk mendapatkan pemahaman lebih luas mengenai makanan khas Bangka Belitung yaitu lempah kuning maka peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif, dengan teknik pengumpulan data yang menggunakan observasi dan melakukan wawancara kepada narasumber. Teknik yang digunakan dalam observasi dan wawancara menggunakan pedoman pertanyaan yang akan di observasi dan di tanyakan kepada narasumber dalam kegiatan untuk dijadikan bukti penelitian. Penelitian ini dilakukan untuk menggali

lebih dalam mengenai makanan khas bangka Belitung yaitu lempah kuning, dengan langsung melakukan observasi dan wawancara kepada narasumber maka informasi yang didapat akan lebih valid untuk digunakan dalam pembuatan artikel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Lempah kuning merupakan hidangan khas Bangka Belitung, ciri khas makanan ini berwarna kuning dengan bahan dasar ikan dari hasil laut. Lempah kuning merupakan makanan yang telah ada semenjak dahulu kala hingga sampai saat ini masih dilestarikan dan dihidangkan, lempah kuning pada dasarnya menggambarkan kehidupan masyarakat pulau Bangka Belitung yang tinggal di wilayah kepulauan yang dekat dengan laut dan sebagian besar masyarakat memiliki mata pencaharian sebagai nelayan. Lempah kuning merupakan wujud dari ekspresi masyarakat pulau Bangka Belitung dalam menggambarkan lingkungan tempat mereka tinggal, bahan masakan ini juga cukup mudah untuk di dapatkan daerah setempat.

Dikarenakan bahan masakan lempah kuning ini cukup populer dan bahan mudah untuk didapatkan di daerah setempat, maka masyarakat Bangka Belitung sering memasak hidangan ini, sehingga bisa dikatakan lempah kuning merupakan masakan rumahan yang mudah di jumpai di masyarakat Bangka Belitung, selain sebagai masakan rumahan, masakan khas Bangka Belitung yaitu lempah kuning ini juga sering dihidangkan pada saat hari baik maupun acara baik seperti pernikahan, acara adat dan lain sebagainya. Dari hasil wawancara adapun alat dan bahan yang digunakan untuk membuat masakan khas Bangka

Belitung yaitu lempah kuning ini cukup sederhana yaitu untuk alat kita dapat menyediakan peralatan seperti kompor, panci atau wajan, dan sepatula. Sedangkan bahan yang digunakan untuk membuat hidangan lempah kuning ini dalam satu kali masak yaitu 3 ekor ikan kakap ukuran sedang, masing-masing dipotong menjadi dua atau tiga bagian, 1 buah nanas dipotong tipis-tipis, 2 sendok makan air asam jawa, 1 ½ liter air, dan gula pasir secukupnya, dan adapun bumbu halusnya yaitu 5 siung bawang putih, 7 siung bawang merah, 10 buah cabai rawit, 4 cm kunyit, 3 cm lengkuas, memarkan, 2 butir kemiri, 1 sendok makan terasi dan garam secukupnya.

Adapun cara untuk memasak hidangan lempah kuning ini juga cukup sederhana yaitu dimana bumbubumbu seperti terasi, kunyit, kemiri, cabai, bawang merah, bawang putih terlebih dahulu dihaluskan, kemudian dicampur dengan air yang sudah diberi hasil perasan asam jawa, kemudian rebus air masukkan bumbu halus dan masukkan lengkuas dan potongan nanas, rebus hingga mendidih, dan setelah itu masukkan ikan dan masak hingga ikan matang dan kuah terasa sedap, lalu matikan api, dan lempah kuning siap untuk dihidangkan.

Lempah kuning juga merupakan hidangan yang dapat menggambarkan kondisi lingkungan dan tempat tinggal masyarakat setempat, cita rasa yang dihasilkan oleh masakan lempah kuning yang asam dan sedikit pedas sangat menggambarkan bentuk cuaca panas yang ada di daerah pulau Bangka Belitung, lempah kuning sangat cocok untuk dimakan menggunkan nasi pada dasarnya lempah ini sangat enak untuk dijadikan lauk karena rasanya yang asam dan sedikit pedas sehingga pada saat kita makan makanan ini suhu tubuh menjadi turun karena keluarnya

keringat tubuh pada saat mengkonsumsinya.

Dalam Artikel kebudayaan.Kemdikbud (2015), Nilai budaya yang terkandung dalam masakan lempah kuning adalah nilai-nilai kekeluargaan dan kebersamaan. Lempah kuning selalu hadir sebagai menu utama dalam berbagai aktifitas adat, baik itu upacara adat, perayaan-perayaan hari besar, ritual adat, pada saat hajatan, maupun dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Pulau Bangka Belitung . lempah kuning pada akhirnya menjadi makanan yang dimakan secara bersama-sama oleh sebagian besar individu dalam masyarakat dan pada akhirnya baik secara sadar ataupun tidak, lempah kuning menjadi pengikat solidaritas individu dalam masyarakat Pulau Bangka Belitung.

PEMBAHASAN

Makanan adalah ekspresi budaya yang dikonsumsi oleh masyarakat sehari-hari sehingga sekaligus dapat menghasilkan kebudayaan di dalam makanan tersebut. Dalam kehidupan sehari-hari kita dapat mengamati bahwa makanan sering dikaitkan dengan ciri khas suatu daerah tertentu. seperti makanan tradisionan lempah kuning yang dihidangkan dalam berbagai aktifitas adat, baik itu upacara adat, perayaan-perayaan hari besar, ritual adat, pada saat hajatan, maupun dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Pulau Bangka Belitung. Makanan juga dapat diartikan sebagai sebagai simbol peradaban yang ada didalam kehidupan masyarakat.

Menurut Koentjaraningrat dalam Rudi Setiawan (2016: 121-122), ada tiga wujud kebudayaan, yakni: (1) ide, gagasan, nilai, atau norma, (2) aktifitas atau pola tindakan manusia dalam masyarakat, dan (3) benda-benda hasil karya manusia.¹⁵ Ide, gagasan, nilai atau norma sebagai

wujud pertama kebudayaan berbentuk abstrak. Ide, gagasan, nilai atau norma sebagai suatu “pikiran masyarakat” berkembang saling terkait satu sama lain sebagai suatu sistem kultural yang disebut “adat istiadat”. Sementara itu, wujud kebudayaan yang kedua merupakan sistem sosial yakni aktivitas atau tindakan manusia yang membentuk pola-pola perilaku masyarakat yang dilandasi oleh adat istiadat. Sistem sosial ini berwujud konkret sehingga bisa diamati di dalam keseharian kegiatan masyarakat. Wujud kebudayaan yang ketiga adalah benda-benda fisik yang sifatnya konkret berupa benda-benda dari segala hasil ciptaan, karya, tindakan, aktivitas, atau perbuatan manusia dalam masyarakat. Ketiga wujud kebudayaan itu tidak terpisah satu sama lain.

Berdasarkan gagasan Koentjaraningrat itu, kita dapat menyimpulkan bahwa di balik makanan sebagai produk budaya, ada sistem sosial berupa aktivitas yang membentuk pola-pola perilaku dalam masyarakat maupun sistem kultural berupa ide, gagasan, atau nilai yang menjiwai hidup masyarakat. Makanan sebagai hasil karya konkret dalam budaya tidak dapat dipisahkan dari aktivitas makan maupun nilai-nilai filosofis yang mendasarinya di dalam masyarakat.

Sehingga dapat kita artikan bahwa makanan merupakan bentuk budaya yang bersifat tradisional dalam kehidupan masyarakat. Makanan tradisional atau makanan warisan dari leluhur ini merupakan makanan yang telah dilestarikan secara turun temurun di nusantara sehingga sering dikaitkan dengan ritual sosial maupun spiritual tertentu.

Menurut Dwi Setiati (2008: 3-4), Makanan tradisional pada dasarnya merupakan hasil budi daya masyarakat di suatu daerah yang dikembangkan secara turun temurun sehingga menjadi tradisi dalam masyarakat tersebut. Tentu saja

dalam hal ini potensi alam sekitar yang menjadi wilayah tempat tinggal masyarakat tersebut tidak dapat diabaikan begitu saja. Potensi alam sangat berperan dalam penyediaan bahan baku yang diperlukan dalam membuat makanan.

Di tengah pesatnya perkembangan seni memasak yang menghasilkan jenis-jenis masakan atau makanan olahan dalam bentuk yang baru dan lezat, keberadaan makanan tradisional tetap melekat dalam kehidupan masyarakat. Disamping munculnya kecenderungan untuk tampil dengan gaya hidup yang berbeda dari sebagian masyarakat, termasuk dalam hal pemilihan makanan, pada kenyataannya masih tetap banyak orang yang berminat untuk menyantap makanan tradisional. Bangka Belitung merupakan suatu daerah yang sangat kaya dengan berbagai jenis makanan tradisional. Sampai saat ini keberadaan makanan tradisional Bangka Belitung masih tetap bertahan.

Salah satu masakan tradisional yang kini masih dijumpai keberadaannya di Bangka Belitung yaitu masakan lempah kuning. Lempah kuning sendiri merupakan makanan yang sangat populer dikalangan masyarakat Bangka Belitung, makanan yang berbahan dasar ikan dan memiliki warna kuning ini sangat mudah untuk dijumpai di daerah pulau Bangka Belitung. Selain itu makanan lempah kuning memiliki cita rasa yang sangat unik yaitu asam dan sedikit pedas, makanan lempah kuning sangat cocok bagi masyarakat pecinta kombinasi rasa asam dan pedas suatu makanan. Makanan tradisional Lempah kuning ini merupakan hasil dari sebuah wujud ekspresi dalam kehidupan masyarakat pulau Bangka Belitung yang tinggal diwilayah kepulauan yang dekat dengan laut dan memiliki cuaca yang panas. Menurut Dwi setiati (2008: 26-27), Lempah Kuning merupakan hidangan yang biasa disajikan di tengah keluarga dalam

kehidupan sehari-hari. Bahan baku lempah kuning bisa berupa ikan, tulang rusuk sapi, atau ayam, sedang bumbu-bumbunya berupa lengkuas, cabai merah, bawang merah, bawang, putih, terasi, asam jawa, kunyit, dan belimbing sayur. Bumbu-bumbu tersebut dihaluskan dan tidak perlu ditumis, tetapi langsung diaduk bersama air yang sudah disiapkan di kuali, kemudian dimasak sampai mendidih. Setelah air mendidih, masukkan ikan atau iga sapi yang sudah dibersihkan, lalu dimasak sampai bumbu meresap didalam daging ikan atau iga sapi.

Perlu diketahui bahwa lempah merupakan jenis masakan berkuah karena itu lebih nikmat kalau disajikan dalam keadaan panas. Untuk membuat lempah kuning dengan bahan baku ikan biasanya orang memilih menggunakan ikan cerisi, kembung, tenggiri, dan pari. Jenis-jenis ikan tersebut mudah diperoleh di perairan sekitar Bangka Belitung. Namun, ridak jarang juga orang memasak ikan air tawar, seperti gabus, lele, sepat, betok, ikan mas dan baung. Menurut seorang informan, lempah baung sangat enak tapi jenis ikan ini sekarang agak sulit didapat.

Di tengah kehidupan masyarakat Bangka Belitung sendiri ternyata makanan lempah kuning memiliki nilai kiasan yang dikaitkan dengan ritual tertentu. Makanan yang disajikan dalam suatu ritual menjadi perlambang dari rasa syukur, rasa gembira, kebersamaan dan bahkan menjadi ungkapan untuk menyampaikan harapan mulia.

Dilihat dari segi kesehatan, makanan tradisional memiliki nilai gizi yang tinggi dan jauh lebih sehat dibandingkan makanan siap saji karena makanan tradisional diolah dari bahan baku yang masih segar dengan racikan bumbunya, seperti jahe, serai, kunyit, dan lain sebagainya. Bahan-bahan yang digunakan dalam masakan tradisoanal dapat

diartikan sangat berkhasiat bagi kesehatan manusia.

PENUTUP

Berdasarkan pembahasan yang telah kami bahas diatas tentang makanan khas Bangka Belitung dapat disimpulkan bahwa makanan khas Bangka Belitung terdapat Lempah kuning. Lempah kuning merupakan makanan berkuah yang memiliki ciri khas berwarna kuning, adapun bumbu dari lempah kuning yaitu lengkuas, cabai merah, bawang merah, bawang, putih, terasi, asam jawa, kunyit, nanas dan belimbing sayur. Lempah kuning ini sangat menggambarkan bagaimana kehidupan masyarakat Bangka Belitung dimana didalam masakan atau bumbu-bumbu yang digunakan dalam masakan ini sangat menggambarkan dimana terdapat bahan dari hasil laut dan tumbuhan dari hasil kebun, karena kepulauan Bangka Belitung pulau yang dikelilingi laut maka tidak heran jika makanan khasnya berasal dari laut dan juga untuk pertanian di Bangka Belitung juga cukup baik dari sini untuk membuat makanan tidak susah untuk menemukan bumbu-bumbunya karena sudah tersedia dari alam. Lempah kuning dapat dihidangkan diberagai acara maupun pada saat hari-hari biasa karena makanan ini sudah termasuk sebagai makanan rumahan yang sering disajikan sebagai lauk pauk sehari-hari masyarakat Bangka Belitung, karena itu makanan lempah kuning ini sudah menjadi salah satu bagian tubuh dari masyarakat Bangka Belitung.

REFERENSI

Setiati, D. (2008). *Makanan Tradisional Masyarakat Bangka Belitung*. Tanjung Pinang: Depertemen Kebudayaan dan Pariwisata.

Budaya, I. (2015, Desember 17). Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Kebudayaan. *Retrieved from Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan direktorat Jenderal Kebudayaan:* <https://kebudayaan.kemendikbud.go.id/ditwdb/lempah-kuning/>.
Setiawan, R. (2016). Memaknai Kuliner Tradisional di Nusantara: Sebuah Tinjauan Etis, Vol.21, No.1, Hal. 121-122.