

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Jepang dikenal sebagai salah satu negara dengan harapan hidup tertinggi di dunia, yang sebagian besar dipengaruhi oleh pola makan sehat yang diterapkan oleh masyarakatnya. Pola makan tradisional Jepang, yang sering disebut sebagai "*washoku*," terdiri dari berbagai makanan sehat seperti ikan, sayuran, nasi, kedelai, dan produk-produk fermentasi. Makanan ini tidak hanya rendah kalori tetapi juga kaya akan nutrisi penting seperti protein, vitamin, dan mineral. Selain itu, prinsip "*hara hachi bu*" yang dianut oleh masyarakat Jepang, yaitu makan sampai kenyang 80%, juga berkontribusi terhadap pengendalian berat badan dan kesehatan jangka panjang. Program pendidikan nutrisi yang dikenal sebagai *Shokuiku* juga diperkenalkan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang sejak usia dini (Ministry of Health, Labour and Welfare, Japan, 2020).

Era globalisasi yang semakin pesat berdampak pada penyebaran budaya kuliner lokal maupun internasional juga telah berkembang secara signifikan. Media digital, terutama internet, memainkan peran kunci dalam menyajikan beragam konten tentang kuliner kepada masyarakat global. Hal ini memungkinkan audiens untuk mengakses variasi yang lebih luas dari konten kuliner, menghindari kebosanan karena keterbatasan informasi yang monoton. Keterkaitan antara pola makan sehat dan budaya kuliner yang berkembang pesat di Jepang terlihat jelas dalam berbagai inovasi kuliner yang menggabungkan estetika dengan nilai gizi. Kuliner merupakan elemen budaya dari suatu bangsa yang sangat mudah dikenali sebagai identitas suatu masyarakat. Kuliner merupakan salah satu unsur dari budaya dan menunjukkan adanya hubungan sosial, apa yang kita makan, dengan siapa kita makan, dan bagaimana penyajian makanan menunjukkan peranan yang penting dalam memaknai relasi sosial. Makan adalah bentuk dasar dari semua transaksi dengan pihak lain dan setiap pertukaran obyek (Woodward [ed.],

1999:31). Fenomena ini merujuk pada adopsi dan penyebaran tren kuliner baru di berbagai belahan dunia, termasuk pengaruh dari budaya makanan bangsa dan negara lain. Salah satu aspek yang menarik perhatian adalah konsep makanan dalam budaya Jepang yang dikenal dengan istilah '*bento*' atau 弁当. *Bento* tidak hanya sekadar hidangan berbentuk kotak yang berisi berbagai jenis makanan, tetapi juga mencerminkan kekayaan budaya Jepang yang unik dan beragam. *Bento* merupakan konsep makanan dalam kebudayaan Jepang yang merujuk pada hidangan yang disajikan dalam wadah kotak atau wadah lainnya dan diisi dengan berbagai macam jenis makanan, seperti nasi, sayuran, ikan, daging, dan hidangan lainnya. Biasanya, *bento* dibawa sebagai bekal untuk makan siang di tempat kerja, sekolah, atau acara piknik, tetapi juga dapat dianggap sebagai karya seni yang memiliki nilai estetika dan makna mendalam. Kreativitas dalam menyusun *bento* telah berkembang menjadi bentuk seni yang dapat mengungkapkan berbagai ekspresi dan emosi. Sebuah kumpulan catatan sejarah pada awal abad ke-8 menunjukkan bahwa orang-orang membawa *hoshii* (糍しゝ) saat bepergian. *Hoshii* adalah istilah untuk nasi kukus yang dikeringkan di bawah sinar matahari. Nasi ini ringan, mudah dibawa, awet, dan bisa dimakan langsung atau direbus dalam air dingin atau panas. *Hoshii* dianggap sebagai *bento* pertama di Jepang dan terus menjadi makanan portabel atau bekal makanan yang penting hingga saat ini, bahkan dikatakan dapat bertahan hingga 20 tahun dan digunakan dalam persediaan makanan untuk bencana (Brinkley & Kikuchi, 1912).



Gambar 1.1 Nasi kering Jepang *Hoshii*  
Sumber : <https://rocketnews24.com/2017/12/19/994367/>

Akhir abad ke-17, masyarakat Jepang umumnya hanya makan dua kali sehari, yaitu sarapan dan makan malam, tanpa mengonsumsi makan siang. Perubahan pola makan menjadi tiga kali sehari terjadi pada pertengahan Periode Edo (1600-1868), sekitar awal abad ke-18, karena adanya lampu minyak tanah yang tersebar luas, yang memberikan cahaya di malam hari, memperpanjang waktu bangun dan aktif bagi banyak orang. Dengan berkembangnya jam kerja dan lingkungan kerja, orang mulai membawa bento sendiri saat bekerja (DetikFood, 2020; HelloWork Asia, n.d.).

Era Meiji (1868-1926) merupakan era Jepang mulai mengalami pembangunan industri, yang diikuti oleh meningkatnya kasus penyakit seperti tuberkulosis, beriberi, kolera, dan kekurangan gizi di kalangan masyarakat. Penyakit-penyakit ini muncul akibat lingkungan yang tercemar dan pola makan yang buruk. Oleh karena itu, peningkatan nutrisi dan perbaikan pola makan menjadi kunci dalam mengurangi dampak penyakit tersebut. Tahun 1989, Sagen Ishizuka, seorang ahli terkenal di bidang kedokteran dan farmasi, menerbitkan sebuah buku yang membahas efek pola makan terhadap kesehatan manusia. Ishizuka, dalam Kurotani, juga menekankan pentingnya konsep *Shokuiku*.

食育は、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付ける。

Romaji:

Shokuiku wa, ikiru ue de no kihon de atte, chiiku, tokuiku oyobi taiiku no kiso to naru beki mono to ichizukeru.

Terjemahan:

"*Shoku*" berarti "pola makan," dan "*iku*" berarti "pertumbuhan dan pendidikan." *Shokuiku* menjadi dasar dalam kehidupan dan diposisikan sebagai landasan bagi pendidikan intelektual (*Chiiku*), moral (*Tokuiku*), dan fisik (*Taiiku*)." (Ishizuka dalam Kurotani, 2019: 1)

Berdasarkan kutipan di atas, *Shokuiku* dapat dijelaskan bukan hanya sebagai pendidikan tentang makanan, tetapi juga sebagai pentingnya cara untuk membentuk moral dan kualitas tingkat intelektual seseorang.

Tahun 1954, Jepang memulai program makan siang sekolah untuk mendukung perkembangan sehat anak-anak. Kemudian pada tahun 2008, tujuannya diubah menjadi mempromosikan *Shokuiku* (食育) atau edukasi tentang makanan. Pada bulan Mei tahun 2009, sekitar 10 juta anak sekolah berpartisipasi dalam program ini, yang juga berfungsi sebagai kegiatan pendidikan di mana anak-anak belajar menyajikan makan siangnya sendiri, membersihkan piring, memahami diet seimbang serta budaya kuliner dan pentingnya berperilaku disiplin. Meningkatnya masalah kurang gizi dan obesitas, Undang-Undang Dasar *Shokuiku* diberlakukan pada tahun 2005, dan pada tahun 2007, Kementerian Pendidikan mendirikan Sistem Kurikulum Diet dan Gizi. Sekolah yang mengadopsi materi pembelajaran ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pola makan sehat untuk kualitas hidup yang baik, serta mengurangi jumlah anak-anak yang melewatkan sarapan. Program makan siang sekolah ini sangat penting untuk membentuk pikiran dan tubuh yang sehat bagi generasi mendatang. Salah satu implementasi konkret dari program ini adalah penyediaan *bento*, yang berisi makanan dengan gizi seimbang (Tanaka, N., & Miyoshi, M., 2012).

Upaya untuk menarik minat anak-anak dan menjadikan makan siang lebih menyenangkan, beberapa sekolah juga memperkenalkan *Kyaraben* (キャラ弁), bentuk *bento* yang lebih kreatif dan menghibur yang dikenal dengan istilah *Kyaraben* atau *Charaben* berasal dari kata *kyara* yang artinya karakter, sedangkan *ben* dari kata *bento*. *Kyaraben* dikenal sebagai bentuk *bento* yang dihias secara estetik menyerupai karakter-karakter animasi atau kartun dan memikat selera makan, telah menjadi bagian penting dari warisan budaya kuliner Jepang yang menarik perhatian internasional.



Gambar 1.2 Kyaraben bentuk animasi My Neighbor Totoro  
Sumber : <https://id.pinterest.com/kj980701/>

*Kyaraben* mulai populer sekitar akhir tahun 1990-an. *Kyaraben* muncul dari ide seorang ibu di Jepang yang ingin anak-anaknya menikmati bekal makan siang mereka dengan lebih menyenangkan. Kreativitas dan imajinasi dalam *Kyaraben* semakin berkembang seiring masyarakat Jepang mulai mengunggah gambar dan resep *Kyaraben* ke media sosial dan *blog*. *Kyaraben* mengubah makna *bento* berawal dari sekedar makan siang menjadi karya seni. Selain sebagai bentuk seni kuliner, Menurut Kosaki (1999:15) *bento* buatan sendiri dipandang sebagai tanda sejati cinta dan pengabdian seorang istri atau ibu. *Kyaraben* juga umumnya terdiri dari makanan yang kaya akan nutrisi. Melihat kembali sejarah *Kyaraben*, jelas terlihat bahwa *Kyaraben* adalah hasil dari kebijaksanaan dan kreativitas generasi-generasi sebelumnya. Masyarakat Jepang menyampaikan keinginan untuk menjaga keselamatan bagi yang akan memakannya, serta harapan bahwa mereka akan menikmati hidangan mereka. Keindahan mereka juga menyampaikan sensibilitas dan rasa keindahan yang khas Jepang. Bahkan dapat dikatakan bahwa *Kyaraben* merupakan bentuk komunikasi yang menghubungkan jiwa manusia.

Beberapa tahun terakhir, popularitas *Kyaraben* Jepang telah menyebar secara global, dengan orang-orang dari berbagai belahan dunia menciptakan versi mereka sendiri menggunakan bahan lokal dan referensi budaya. Beberapa seniman *Kyaraben* bahkan telah menjadikannya sebagai profesi, menciptakan desain yang rumit dan detail untuk acara, kompetisi, dan media sosial. Tidak dapat disangkal bahwa kuliner khas Jepang telah meraih ketenaran internasional, dan telah dikenal di seluruh dunia dengan citra yang kuat. Komitmen yang ditunjukkan oleh masyarakat Jepang dalam mempertahankan warisan kuliner negaranya telah

memberikan kontribusi signifikan terhadap pemeliharaan identitas dan keberlanjutan budaya Jepang. Era globalisasi merupakan tantangan yang tidak dilihat sebagai periode yang hanya menuntut adaptasi terhadap pengaruh luar agar tetap bertahan, namun dianggap sebagai peluang untuk memperkuat karakter nasional dan meningkatkan prestasi dengan kekayaan budaya yang dimiliki, termasuk melalui warisan kuliner (Rosliana, 2017:1).

Berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan, terlihat bahwa *Shokuiku* dalam budaya kreasi Jepang *Kyaraben*, masih kurang dieksplorasi dalam literatur akademik. Fenomena ini menunjukkan bahwa topik ini belum banyak dieksplorasi secara mendalam dalam konteks budaya dan pendidikan nutrisi di Jepang.

Adanya penelitian ini, penulis melihat potensi praktis dari prinsip-prinsip *Shokuiku* direpresentasikan dan diterapkan dalam metode kreatif melalui budaya kreasi Jepang *Kyaraben*. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengeksplorasi lebih jauh tentang "*Shokuiku* terhadap Budaya Kreasi Jepang *Kyaraben*."

## 1.2 Penelitian yang Relevan

Dalam penelitian ini, penulis merujuk pada penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang memiliki relevansi dengan studi yang dilakukan saat ini. Berikut adalah beberapa hasil penelitian yang relevan menjadi bahan telaah bagi peneliti.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hendy Reginald Cuaca Dharma dari Universitas Bina Nusantara dengan judul *Representasi Budaya Kawaii Dalam Chara-Bentou* (2015). Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif untuk menjelaskan faktor penyebab terjadinya tren *chara-bentou* dan representasi yang timbul dari kesan *kawaii* (かわいい) yang terdapat dalam *chara-bentou*. Peneliti menyimpulkan bahwa budaya *kawaii* yang terdapat dalam *Kyaraben* menunjukkan bahwa bentuk, ukuran, warna, dan keceriaan bekal makanan tersebut mampu membangkitkan perasaan sayang dan kesulitan untuk mengonsumsinya. Hal ini menjadikan *Kyaraben* sebagai suatu bentuk seni yang eksklusif, yang tidak semua orang senang untuk membuatnya karena berbagai tantangan yang dihadapi. Perasaan sayang terhadap *Kyaraben*, yang berasal dari konsep *kawaisou* (かわい

そう) atau kasihan, tercermin dalam kehadiran budaya *kawaii* tersebut. Oleh karena itu, budaya *kawaii* pada *Kyaraben* tidak hanya menandakan sifat yang manis dan lucu, melainkan juga sebagai sebuah karya seni yang relevan dalam era modern. Karya seni ini memiliki peran penting dalam membantu anak-anak untuk menyukai makanan yang biasanya tidak mereka sukai dan menghargai usaha para pembuatnya. Pembiasaan dengan karya seni seperti yang terdapat dalam *chara bentou* sejak usia dini bermanfaat untuk mengembangkan rasa apresiasi terhadap keindahan dalam seni kuliner. Ini sesuai dengan prinsip umum di Jepang yang menyatakan bahwa "makanan dimakan dulu dengan mata."

Penelitian ini juga relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ni Luh Ayu Aprilita, Ni Wayan Meidariani, dan Anak Agung Ayu Dian Andriyani dengan judul penelitian *Fungsi Kyaraben pada Anak Taman Kanak-Kanak di Jepang* (2021). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif yakni peneliti akan mendeskripsikan secara menyeluruh data didapatkan selama proses penelitian. Dalam penelitian tersebut didapatkan kesimpulan bahwa *Kyaraben* memiliki dua fungsi utama bagi anak-anak taman kanak-kanak di Jepang. Pertama, *Kyaraben* berperan sebagai pemicu dorongan (*impulse*). Dorongan ini memicu respons sensorik anak-anak terhadap *Kyaraben* yang menarik secara visual, mendorong mereka untuk mengonsumsi bekal makan *Kyaraben* dengan antusiasme yang tinggi. Selain itu, dorongan ini juga meningkatkan nafsu makan anak-anak. Fungsi kedua *Kyaraben* adalah sebagai alat manipulasi dalam penyajian menu. Manipulasi ini bertujuan untuk mengubah persepsi anak-anak terhadap menu, terutama sayuran, sehingga mereka tetap menikmati bekal makan tanpa menyadari adanya menu yang sebenarnya tidak disukai.

Penelitian Hendy Reginald Cuaca Dharma (2015) menyoroti representasi budaya *kawaii* dalam *chara-bentou*, lebih menekankan aspek estetika dan emosional dari *Kyaraben*. Penelitian Ni Luh Ayu Aprilita, Ni Wayan Meidariani, dan Anak Agung Ayu Dian Andriyani (2021) fokus pada fungsi *Kyaraben* bagi anak-anak taman kanak-kanak di Jepang, menekankan peran *Kyaraben* dalam

meningkatkan nafsu makan dan mengubah persepsi anak-anak terhadap makanan sehat.

Perbedaan dua penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah analisis *Shokuiku* terhadap budaya kreasi Jepang *Kyaraben*, dengan tujuan untuk menggali lebih dalam tentang penerapan prinsip-prinsip *Shokuiku* dalam *Kyaraben*. Penelitian ini meneliti bagaimana konsep *Shokuiku* dapat direpresentasikan dan diterapkan dalam budaya kreasi Jepang *Kyaraben*, serta untuk memberikan wawasan baru tentang peran *Shokuiku* dalam konteks budaya dan pendidikan nutrisi di Jepang.

### **1.3 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan permasalahan pada latar belakang di atas, penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Kajian literatur yang membahas *Shokuiku* pada peran penyebaran *Kyaraben* sebagai bentuk bekal modern masih sangat terbatas dalam mengkaji di bidang pendidikan gizi.
2. Adanya akulturasi budaya lokal dengan budaya Jepang khususnya pada seni penyediaan makanan *Kyaraben*, yang belum banyak dikaji.
3. Terbatasnya penelitian yang membahas peran industri yang bersifat profesional dalam menyebarkan budaya bekal makanan modern, sehingga kontribusi dalam bidang industri belum tergambar secara jelas.

### **1.4 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka penulis membatasi penelitian hanya pada aspek-aspek edukasi dan nilai-nilai yang terkandung dalam *Kyaraben* serta peran *Kyaraben* dalam mempromosikan pola makan sehat dalam konteks budaya Jepang.

## 1.5 Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana promosi *Shokuiku pada peran penyebaran Kyaraben sebagai bentuk bekal modern?*
2. *Bagaimana proses akulturasi budaya lokal dengan budaya Jepang khususnya pada seni penyediaan makanan Kyaraben?*

## 1.6 Tujuan Penelitian

Mengacu pada identifikasi permasalahan yang tersebut, tujuan penelitian dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bentuk promosi *Shokuiku pada peran penyebaran Kyaraben sebagai bentuk bekal modern*
2. Untuk mengeksplorasi potensi akulturasi budaya lokal dengan budaya Jepang khususnya pada seni penyediaan makanan *Kyaraben*

## 1.7 Landasan Teori

### 1.7.1 Pengertian Identitas Budaya

Menurut Ting-Toomey (dalam Darmastuti, 2013: 94), identitas budaya atau kultural merujuk pada perasaan seseorang terhadap rasa memiliki dan afiliasi terhadap suatu budaya tertentu. Masyarakat yang terbagi menjadi kelompok-kelompok kemudian melakukan identifikasi kultural sebagai representasi dari budaya tertentu. Konsep identitas merupakan aspek yang harus diperlakukan dengan cermat. Walaupun identitas dapat membawa perasaan kebanggaan dan pengakuan atas individu, tetapi jika terlalu melekat pada satu aspek identitas tertentu, dapat mengurung individu dalam batasan yang sempit. Dalam konteks ini, identitas etnis, nasional, agama, seksual, atau jenis identitas lainnya, jika dipegang terlalu erat, dapat mempersempit pandangan dan pengalaman individu, sehingga menghambat interaksi dengan masyarakat luas. Secara sederhana, loyalitas yang berlebihan pada satu identitas dapat membatasi pemahaman dan pandangan

individu terhadap dunia yang lebih luas. Hal ini seperti yang dikatakan oleh Murathan Mungan (dalam Samovar, Porter dan Daniel, 2012: 81).

Identitas adalah konsep di zaman kita yang harus digunakan dengan sangat hati-hati. Semua jenis identitas—etnis, nasional, religius, seksual, atau apa pun itu—dapat berubah menjadi penjara bagi diri kita seiring waktu. Identitas yang kita bela bisa memperbudak kita dan menutup diri dari dunia luar. (dalam Samovar, Porter, dan Daniel, 2012: 81).

Dua teori yang telah diuraikan menurut para ahli di atas, penulis menyimpulkan bahwa identitas budaya merupakan pemahaman individu terhadap keterikatan dengan suatu budaya tertentu. Namun, terlalu melekat pada satu aspek identitas dapat membatasi sudut pandang dan pengalaman individu, sehingga menghambat interaksi dengan masyarakat secara umum. Oleh karena itu, penting untuk memperlakukan konsep identitas dengan hati-hati agar tidak menyudutkan pandangan individu mengenai budaya.

### 1.7.2 Pengertian Bento

*Bento* adalah istilah Jepang untuk makanan bekal berupa nasi, lauk pauk, daging, dan sayuran dalam satu kemasan yang dikemas dengan cantik, dikemas dengan praktis agar mudah dibawa-bawa dan dimakan di tempat lain, sama seperti nasi bungkus yang bisa dibawa-bawa dan bisa dimakan sebagai bekal makan siang atau bekal untuk piknik. Bekal ala *bento* telah disesuaikan dengan konsep *one dish meal* atau hidangan dengan kandungan gizi yang lengkap (Hidayati, 2011).

Menurut Cedillo (2017) menyatakan bahwa kotak makan siang atau *obento* adalah tradisi kuliner yang didirikan setelah periode Kamakura Jepang (1185-1333). Menurut Tomoko Onabe (2010), tradisi *obento* berasal dari zaman Meiji (1868-1912) dan fokus utama dari *obento* tradisional adalah keseimbangan nutrisi daripada warna dan daya tariknya. Bahkan kotak *obento* digunakan untuk tujuan keagamaan seperti upacara Buddhis serta merupakan cara untuk berterima kasih kepada dewa dalam ritual. Makanan tradisional dalam masyarakat modern sangat penting untuk menjaga budaya. Tanpa tradisi ini dan semua jenis makanan yang tersedia di Jepang, budaya Jepang mungkin tidak akan sama seperti sekarang ini.

明治時代には、鉄道の発展に伴い、1885年に栃木県宇都宮駅で最初の駅弁が販売されるなど、お弁当文化が広がりました。当時のお弁当は、梅干し入りのおにぎりやたくあんなど、シンプルな内容が主流でした。また、家庭では労働者や学生の昼食としてお弁当が作られ、主婦たちは詰め方やおかずの種類に工夫を凝らしていました。これらの情報から、明治時代のお弁当は栄養バランスよりも手軽さや保存性が重視されていたと考えられます。(Japaaan, n.d.).

#### Romaji:

Meiji jidai ni wa, tetsudō no hatten ni tomonai, 1885-nen ni Tochigi-ken Utsunomiya-eki de saisho no ekiben ga hanbai sareru nado, obentō bunka ga hirogarimashita. Tōji no obentō wa, umeboshi iri no onigiri ya takuan nado, shinpuru na naiyō ga shuryū deshita. Mata, katei de wa rōdōsha ya gakusei no chūshoku to shite obentō ga tsukura re, shufu-tachi wa tsumekata ya okazu no shurui ni kufū o kora shite imashita. Korera no jōhō kara, Meiji jidai no obentō wa eiyō baransu yori mo tegarusa ya hozonsei ga jūshi sarete ita to kangaeraremasu. (Japaaan, n.d.).

#### Terjemahan:

Pada zaman Meiji, seiring dengan perkembangan jalur kereta api, budaya *obentō* mulai menyebar, salah satunya ditandai dengan penjualan *ekiben* pertama pada tahun 1885 di Stasiun Utsunomiya, Prefektur Tochigi. Isi *obentō* pada masa itu umumnya sederhana, seperti *onigiri* berisi *umeboshi* dan *takuan*. Selain itu, di rumah tangga, *obentō* dibuat sebagai bekal makan siang bagi para pekerja dan pelajar, sementara para ibu rumah tangga berusaha berkreasi dalam cara menyusun maupun memilih jenis lauk. Berdasarkan informasi ini, dapat dipahami bahwa *obentō* pada zaman Meiji lebih menekankan pada kepraktisan dan daya simpan dibandingkan keseimbangan gizi. (Japaaan, n.d.).

Berdasarkan definisi dari ketiga sumber yang disebutkan, kesimpulannya adalah bahwa *bento* merupakan istilah Jepang untuk makanan bekal yang terdiri dari nasi, lauk pauk, daging, dan sayuran yang dikemas secara cantik dan praktis untuk dibawa-bawa serta dimakan di tempat lain, mirip dengan konsep nasi bungkus. *Bento* telah disesuaikan dengan prinsip hidangan lengkap (*one dish meal*) yang memiliki kandungan gizi yang seimbang. *Bento* merupakan bagian penting

dari budaya kuliner Jepang yang menekankan keseimbangan nutrisi dalam penyajiannya. *Bento* juga memiliki peran dalam kegiatan keagamaan dan sebagai cara untuk menjaga budaya dalam masyarakat modern Jepang.

### 1.7.3 Pengertian *Kyaraben*

Menurut Funabashi (2016:18-19), praktik menghias *bento* menciptakan istilah dalam kategori *bento* yang dibedakan berdasarkan topik dekorasinya yakni bentuk *bento* berdasarkan karakter dari anime dan manga (*Kyaraben*) dan bentuk *bento* berdasarkan dekorasi dengan karakter yang dibuat sendiri oleh pembuatnya, yang dapat diwakili dengan wujud binatang atau karakter mitologis (*dekoben*).

下込拓哉ら（2012）は、キャラ弁を漫画、アニメ、芸能人等のキャラクターの形を弁当の具材を用いて再現したものと定義しています。

Romaji:

Shimogomi Takuya ra (2012) wa, kyara-ben o manga, anime, geinoujin tou no kyarakutaa no katachi o bentou no guzai o mochiite saigen shita mono to teigi shite imasu.

Terjemahan:

Menurut Shimogomi Takuya (2012), *Kyaraben* dapat didefinisikan sebagai *bento* yang dibentuk menyerupai karakter dari manga, anime, selebriti, dan sebagainya dengan menggunakan bahan-bahan dalam *bento*. Berdasarkan kedua definisi tersebut, penulis menyimpulkan bahwa *Kyaraben* merupakan kategori khusus dalam *bento* yang didekorasi menyerupai karakter dari anime, dan manga. *Kyaraben* ini tidak hanya berfungsi sebagai makanan, tetapi juga sebagai wadah ekspresi seni dan kreativitas, yang mencerminkan nilai estetika dan budaya dalam masyarakat Jepang.

### 1.7.4 Pengertian *Shokuiku*

*Shokuiku* (食育) merupakan konsep pendidikan tentang makanan dan gizi yang mencakup pengetahuan mengenai makanan serta cara pembuatannya, serta

kemampuan untuk membuat pilihan diet yang sehat. Menurut Kurotani (2011) *Shokuiku* bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran seumur hidup dan pemahaman tentang pentingnya nutrisi dan pola makan seimbang. Menurut Kementerian Pertanian, Kehutanan, dan Perikanan Jepang (2005), *Shokuiku* adalah pendidikan tentang makanan yang bertujuan untuk memupuk kemampuan seseorang dalam membuat pilihan diet yang sehat dan membudayakan gaya hidup makan yang kaya. Konsep ini mencakup pembelajaran tentang produksi, distribusi, dan persiapan makanan, serta pemahaman tentang aspek budaya dan sosial dari makan. Menurut Ishikawa (2007) *Shokuiku* melibatkan edukasi individu mengenai pentingnya nutrisi, asal usul makanan, dan keterampilan yang dibutuhkan untuk mempertahankan diet yang sehat, dengan tujuan menanamkan kebiasaan makan yang baik sejak usia dini dan mempromosikan kesejahteraan individu melalui nutrisi yang tepat.

Berdasarkan definisi *Shokuiku* oleh para ahli di atas, penulis menyimpulkan bahwa *Shokuiku* adalah pendidikan mengenai gizi yang sangat lengkap. *Shokuiku* tidak hanya fokus pada pengetahuan tentang makanan dan nutrisi, tetapi juga mencakup pemahaman mengenai proses produksi, distribusi, dan persiapan makanan. Selain itu, *Shokuiku* bertujuan untuk membentuk kebiasaan makan yang sehat sejak dini, dengan harapan menciptakan kesadaran seumur hidup akan pentingnya nutrisi dan pola makan seimbang. Dengan menerapkan *Shokuiku*, maka kesejahteraan individu dan masyarakat dapat meningkat.

## **1.8 Jenis dan Metode Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Menurut Moleong (2017:6) penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Penelitian ini menerapkan metode analisis deskriptif menggunakan pendekatan studi kepustakaan. Menurut Sugiyono (2017: 147)

Analisis deskriptif adalah metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan untuk membuat kesimpulan yang lebih luas.

## 1.9 Manfaat Penelitian

Dengan mengacu pada tujuan penelitian yang ingin dicapai, diharapkan bahwa hasil penelitian ini akan memberikan manfaat yang signifikan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

### A. Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dalam bidang studi budaya Jepang, khususnya terkait dengan seni kuliner dan kebiasaan makan sehat.
2. Dapat menjadi dasar bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji lebih dalam mengenai pengaruh budaya kuliner Jepang terhadap pola makan dan gaya hidup sehat.
3. Penelitian ini juga dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori-teori mengenai hubungan antara kreativitas dalam seni kuliner dan identitas budaya, serta bagaimana elemen-elemen budaya tersebut dapat disebarkan dan diterima di berbagai kalangan masyarakat.

### B. Manfaat Praktis

1. Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada masyarakat tentang pentingnya pendidikan gizi sejak dini melalui praktik *Shokuiku*, yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Penelitian ini dapat menginspirasi untuk pengusaha di industri kuliner dan para ibu rumah tangga untuk mengembangkan kreativitas dalam penyajian makanan, seperti *Kyaraben*, yang tidak hanya menarik secara visual tetapi juga sehat dan bergizi.
3. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan referensi bagi para peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian yang lebih menarik dan

relevan dengan budaya Jepang, sehingga dapat meningkatkan pemahaman bagi masyarakat.

### **1.10 Sistematika Penyusunan Skripsi**

Penulisan skripsi ini terbagi menjadi beberapa bab yang dapat diuraikan sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan, bab ini membahas latar belakang penelitian, Identifikasi dan pembatasan masalah penelitian dilakukan untuk merumuskan pertanyaan penelitian yang tepat. Tujuan penelitian, teknik penelitian, basis teoritis, manfaat penelitian, dan struktur penyusunan skripsi.

Bab II Kajian Pustaka, bab ini menguraikan tinjauan pustaka yang relevan terkait dengan pemahaman budaya kreasi Jepang *Kyaraben*.

Bab III Analisis Data, memuat hasil analisis data yang diperoleh dari responden, dan pembahasan serta interpretasi atas temuan analisis data.

Bab IV Kesimpulan, bab ini memuat kesimpulan dari hasil penelitian serta saran-saran untuk pengembangan penelitian selanjutnya.