

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bagi negara Jepang, pada tantangan era globalisasi tidak ditafsirkan sempit sebagai era untuk berlomba menyesuaikan diri dengan pihak luar agar dapat bertahan, namun diartikan luas sebagai masa untuk memperkuat karakter bangsa dan menjadikan unggul dengan apa yang dimilikinya, salah satunya adalah melalui makanan. Setiap negara pasti memiliki makanan khas yang terbuat dari bahan-bahan lokal yang tidak ditemukan di negara lain. Tak terkecuali Jepang, negara yang berbatasan dengan Korea Selatan ini juga terkenal akan ragam hidangannya yang selalu menonjolkan rasa segar dengan bahan alami. Karena begitu banyaknya ragam hidangan yang ada di Jepang, sehingga banyak sajian khas Jepang yang akhirnya populer hingga ke berbagai negara seperti *sushi* dan *sashimi*. Tak hanya menonjolkan bahan-bahan lokal yang segar, Jepang juga memiliki beragam jenis bumbu dan penyedap rasa khas Negeri Sakura tersebut seperti *shoyu*, dan *wasabi*.

Tidak dipungkiri lagi Jepang merupakan salah satu negara maju yang budayanya masih sangat melekat di negara tersebut. Banyak ragam budayanya yang sampai saat ini masih sangat kental, salah satunya adalah budaya makan atau lebih dikenal dengan istilah *shoku bunka* (食 *shoku*: makan 文化 *bunka*: budaya) yang berarti ada tradisi khusus pada saat makan makanan tradisional Jepang. Budaya makan di Jepang juga sangat beragam, dengan salah satu di antaranya adalah budaya makan *sushi* atau *sashimi* dengan penyedap rasa *wasabi*.

Membicarakan tradisi makan di Jepang sama halnya membicarakan sejarah panjang mengolah makanan itu sendiri. Masyarakat Jepang bahkan menganggap makan adalah hal yang sakral dan fundamental. Begitu pun dengan makanan Jepang yang berasal dari *fillet* ikan mentah, *sashimi*; dan *sushi*, olahan nasi yang difermentasi yang di dalam atau di atasnya dilengkapi dengan sayuran, udang, ikan, kepiting, belut, dan bahan lainnya dengan *wasabi* yang memiliki cita rasa pedas alami sebagai bumbunya. Bagi orang Jepang, makanan yang notabeneanya berasal dari alam haruslah memiliki rasa yang melekat dengan alam. Hal tersebut yang

menjadikan makanan di Jepang memakai bumbu yang sangat sedikit agar dapat mempertahankan cita rasa yang asli dari makanan tersebut.

Meskipun *sushi* dan *sashimi* sama-sama dibuat dengan bahan baku ikan, ternyata *sushi* dan *sashimi* memiliki perbedaan. Perbedaan yang mungkin saja masih banyak orang yang tidak mengetahuinya. Pada sajian masakan *sushi*, ada yang disajikan dengan bahan baku ikan mentah, ada pula yang sudah matang. Akan tetapi *sashimi* disajikan hanya dengan bahan baku ikan mentah saja dan tidak ada yang matang. Selain itu, *sushi* dibuat dengan cara dikepal dengan nasi, lalu ditaruh ikan di atas; atau di dalam nasi tersebut lalu digulung beserta rumput laut kering yang disebut dengan *nori*, dengan bahan lainnya seperti mentimun. *Sushi* pada dasarnya tidak memiliki spesifikasi bahan yang digunakan, sebab berbagai komposisi dapat digunakan. Namun sebaliknya, *sashimi* justru biasanya hanya terbatas dengan olahan laut, jarang sekali menggunakan sayuran, nasi, telur, dan bahan-bahan lainnya.

Meskipun biasanya *sushi* dan *sashimi* disajikan dengan kecap asin (*shoyu*) sebagai penyedap rasa, namun tidak lengkap rasanya pada saat menyantap kedua jenis hidangan yang terkenal sebagai hidangan mentah tersebut tanpa adanya *wasabi*. Memang sangat dianjurkan untuk mengonsumsi *wasabi* sebagai bahan pelengkap ketika menikmati kedua hidangan ini. Jika mengonsumsi *sashimi*, maka *wasabi* dan tambahan kecap asin merupakan pelengkap utama yang tidak boleh terlewatkan. Sebaliknya, penambahan *wasabi* pada *sushi* dapat disesuaikan dengan jenis *sushi* yang dikonsumsi. Jika yang dikonsumsi itu adalah *sushi* dengan olahan mentah di dalamnya, maka *wasabi* harus menjadi pilihan utama sebagai penyedap rasa. Namun apabila *sushi* yang dikonsumsi menggunakan bahan olahan yang sudah matang, maka *wasabi* hanya menjadi bumbu pilihan saja, cukup dengan kecap asin saja sebagai penyedap rasa.

Sushi dan *sashimi* adalah makanan tradisional Jepang, yang bahan bakunya adalah ikan mentah. Meskipun ikan dianggap makanan sehat, tetapi seperti produk hewani lainnya, mengonsumsi daging hewan mentah dapat menimbulkan potensi risiko kesehatan bagi para konsumennya seperti menelan bakteri patogen atau parasit. Dilansir dari *Journal of Food Protection* (Vol. 71, No. 4, 2008) bahwa telah

dilakukan penelitian pada 250 sampel *sushi* dianalisis status mikrobiologisnya dan prevalensi bakteri patogen. Perbandingan dibuat antara *sushi* beku dari supermarket dan *sushi* segar dari *sushi bar*. Jumlah bakteri *mesofilik aerobik* berbeda untuk *sushi* dari kedua sumber ini, yaitu 2,7 log CFU / g untuk *sushi* beku dan 6,3 log CFU / g untuk *sushi* segar. Prevalensi bakteri *Escherichia coli* dan *Staphylococcus aureus* lebih tinggi pada sampel segar. Bakteri *Salmonella* ditemukan pada empat (1,6%) sampel *sushi*, dan *Listeria monocytogenes* ditemukan pada tiga (1,2%) sampel. Hasil ini menunjukkan bahwa kualitas mikrobiologi *sushi* olahan industri lebih tinggi daripada *sushi* segar. Kualitas *sushi* yang baru disiapkan sangat bergantung pada keterampilan dan kebiasaan juru masaknya yang mungkin berbeda-beda. Hal ini dikarenakan mengonsumsi ikan mentah atau produk hewani mentah apapun membawa beberapa risiko kesehatan dari mikroorganisme patogen (*Journal of Food Protection*, Vol. 71, No. 4, 2008:860).

Wasabi (*Wasabia Japonica*, lobak Jepang) adalah tanaman yang dapat dimakan yang mengandung berbagai macam fitokimia. *Wasabi* termasuk dalam keluarga *Brassicaceae*, yang juga termasuk lobak, lobak, mustard, dan kubis. *Wasabi* tumbuh secara alami di sepanjang dasar sungai di lembah sungai pegunungan di Jepang. Saat ini, *wasabi* juga tumbuh di beberapa bagian China, Korea, Selandia Baru, dan Amerika Utara yang sejuk, teduh, dan lembab. *Wasabi* memiliki kepedasan yang sangat kuat. Rasa pedasnya lebih mirip dengan mustard panas daripada capsaicin pada cabai, menghasilkan uap yang lebih merangsang saluran hidung daripada lidah. *Wasabi* secara tradisional dikonsumsi sebagai bumbu dan bumbu dengan *sushi* dan berbagai makanan lainnya selama berabad-abad di Jepang. Baru-baru ini, *wasabi* telah menemukan daya tarik yang luas dalam masakan Barat karena rasa pedasnya yang unik, baunya yang menyengat, dan warna hijau cerah (Sultana, 2002:1477). Juga diyakini bahwa *wasabi* memiliki khasiat obat herbal yang kuat, berkontribusi pada keamanan makan ikan mentah dan makanan lainnya (Shin, 2004:255, Yano, 2006:6).

Meskipun *sushi* dan *sashimi* merupakan makanan tradisional Jepang dengan bahan baku ikan mentah ini dianggap makanan sehat, ternyata juga dapat menimbulkan potensi risiko kesehatan bagi yang mengonsumsinya seperti menelan

bakteri patogen atau parasit. Hal ini disebabkan mengonsumsi ikan mentah atau produk hewani mentah apapun dapat membawa beberapa risiko kesehatan dari mikroorganisme patogen. *Wasabi* yang memiliki rasa pedas yang mirip dengan mustard panas dan menghasilkan uap yang lebih merangsang saluran hidung daripada lidah ini diyakini memiliki khasiat obat herbal yang kuat, berkontribusi pada keamanan makan ikan mentah dan makanan lainnya.

Wasabi yang digunakan sebagai penyedap masakan Jepang, seperti *sushi*, *sashimi*, *soba*, dan *ochazuke* ini memiliki rasa yang tajam menyengat hidung karena zat kimia yang terkandung di dalamnya. Meskipun begitu, *wasabi* juga mengandung zat antimikroba *Allyl-isothiocyanate* terhadap salmon dan makanan-makanan mentah laut lainnya. Sejumlah penelitian melaporkan bahwa *wasabi* memiliki sifat antibakteri terhadap patogen bawaan makanan seperti *E. coli*, *Salmonella typhimurium*, *Pseudomonas aeruginosa*, *S. aureus*, dan *Helicobacter pylori* (Nishida, 1958:435; Inoue, 1983:609; Kanemaru dan Miyamoto, 1990:823; Shin, 2004:255). Banyak penelitian menunjukkan bahwa *isothiocyanates*, terutama *Allyl-isothiocyanate*, bertanggung jawab atas aktivitas antibakteri serta kepedasan dalam *wasabi*. *Allyl-isothiocyanate* adalah senyawa antimikroba yang secara alami ada di *wasabi* (lobak Jepang) dan beberapa tanaman lain yang dapat dimakan. (Foter dan Golick, 1938:609; Forter, 1940:147; Isshiki, 1992:1476; Masuda, 1996:67; Kyung dan Fleming, 1997:67; Lin, 2000a:25; Shin, 2004:255; Luciano dan Holley, 2009:240; Dufour, 2012:229). Senyawa *Allyl-isothiocyanate* memiliki potensi sebagai anti kanker, khususnya dapat mencegah kanker paru-paru dan penyakit pada saluran pencernaan, juga pada saluran pernapasan seperti asma, sinusitis, batuk dan flu, kram saat menstruasi, melancarkan saluran peredaran darah, masuk angin, sakit kepala, mengobati luka serta sebagai anti bakteri pada ikan mentah (Zhang, 2010:130).

Dengan konsumen menggunakan *wasabi* yang terbukti memiliki sifat antibakteri pada patogen bawaan makanan dalam makanan siap saji yang memiliki mikroorganisme patogen seperti *sushi* dan *sashimi*, *wasabi* akan membunuh bakteri-bakteri bawaan makanan seperti *E. coli*, *Salmonella typhimurium*, *Pseudomonas aeruginosa*, *S. aureus*, dan *Helicobacter pylori*. Hal ini

dikarenakan *wasabi* memiliki senyawa antimikroba alami bernama *Allyl-isothiocyanate*. Senyawa alami pada *wasabi* tersebut selain sebagai anti bakteri pada ikan mentah, juga dapat mencegah kanker paru-paru dan penyakit pada saluran pencernaan, juga pada saluran pernapasan seperti asma, sinusitis, batuk dan flu, kram saat menstruasi, melancarkan saluran peredaran darah, masuk angin, sakit kepala, mengobati luka.

Wasabi asli dibuat dari tanaman endemik Jepang yaitu akar *Wasabia Japonica*. Tumbuhan ini hanya ada di Jepang. Meskipun sekarang sudah mulai ada perkebunan *wasabi* di luar Jepang, tetapi jumlahnya masih sedikit. Menurut *Chef Masami Okamoto* yang merupakan koki berkewarganegaraan Jepang yang telah bekerja di Indonesia selama 17 tahun, hal ini menjadikan harga *wasabi* asli sangatlah mahal sehingga kebanyakan *wasabi* yang beredar di Indonesia bukanlah *wasabi* yang asli. Bubuk atau pasta *wasabi* yang beredar di pasaran biasanya dibuat dengan menggunakan *horseradish* (sejenis lobak dengan citarasa pedas), dan pewarna makanan hijau sehingga warnanya hijau pekat. Rasanya pun pedas yang menyengat. Rasa *wasabi* asli memang pedas tetapi tidak terlalu “menusuk” dan ada sedikit rasa manis juga segar. Selain itu teksturnya seperti sayuran alias berserat. Rasa asli *wasabi* cepat hilang sehingga biasanya *wasabi* diparut sesaat sebelum disajikan. Warnanya pun cenderung hijau pucat, bukan hijau pekat terang. Hal serupa dikatakan pula oleh Tamanna Sultana di dalam penelitiannya yang diberi judul “*Wasabi - Japanese Horseradish*”. Di dalam penelitiannya tersebut dikatakan bahwa, *wasabi* digambarkan memiliki 'rasa panas yang tajam dengan bau yang menyengat' tetapi komponen panas dalam *wasabi* berbeda dengan cabai, dan rasa pedasnya dengan cepat menghilang di mulut meninggalkan rasa sayur yang ringan yang sangat menyenangkan, tanpa sensasi terbakar sama sekali. *Wasabi* menambah daya tarik estetika dan kuliner pada banyak makanan dan dianggap sebagai bumbu pokok dalam makanan Jepang. Baru-baru ini, telah menemukan daya tarik yang luas dalam masakan Barat karena kemampuannya untuk mengubah hidangan biasa menjadi yang istimewa dengan meningkatkan rasa (dengan tambahan rasa pedas) dan daya tarik mata, yaitu dengan kontras dekoratif warna hijau muda. Hasilnya, ini menjadi cita rasa baru bagi seluruh dunia. Semua bagian tanaman *wasabi*

memiliki beberapa rasa tetapi berbeda dalam ketajaman yang dihasilkannya (Sultana, 2000:95; Sultana, 2003:1477).

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, sudah tidak asing lagi bagi dunia, pada saat menikmati *sushi* dan *sashimi*, selain dengan kecap asin (*shoyu*) dan acar jahe rasanya tak lengkap kalau tak ada si hijau pedas *wasabi* di meja makan. Memang sangat dianjurkan untuk mengonsumsi *wasabi* sebagai bahan pelengkap ketika menikmati kedua hidangan ini. Jika mengonsumsi *sashimi*, maka *wasabi* dan tambahan kecap asin merupakan pelengkap utama yang tidak boleh terlewatkan. Sebaliknya, penambahan *wasabi* pada *sushi* dapat disesuaikan dengan jenis *sushi* yang dikonsumsi. Jika yang dikonsumsi itu adalah *sushi* dengan olahan mentah di dalamnya, maka *wasabi* harus menjadi pilihan utama sebagai penyedap rasa. Sebaliknya, bila *sushi* yang dikonsumsi semuanya menggunakan bahan olahan yang telah matang, maka tidak perlu tambahan *wasabi*, cukup dengan kecap asin saja sebagai penyedap rasa. Namun hal yang tidak banyak orang ketahui adalah mengapa harus dengan *wasabi*? Apa keistimewaan yang dimiliki oleh *wasabi* sehingga membuat masyarakat Jepang konsisten akan mempertahankan budaya makannya tersebut hingga saat ini? Hal tersebut yang membuat penulis ingin meneliti lebih jauh lagi mengenai tentang *wasabi* ini.

1.2 Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian dari Universitas Sumatera Utara, Fullah Afrah Walid (2018) dalam skripsi yang berjudul *Manfaat Wasabi Bagi Kehidupan Masyarakat Jepang*.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian penulis adalah dalam objek penelitian tentang *wasabi*. Dalam penelitian sebelumnya berfokus kepada manfaat *wasabi* secara keseluruhan, sedangkan dalam penelitian penulis berfokus kepada manfaat *wasabi* pada *sushi* dan *sashimi*.

2. Penelitian dari Universitas Sumatera Utara, Siregar, Arifin M (2017) dalam skripsi yang berjudul *Efek Antimikroba Wasabi Terhadap Salmon Mentah dalam Sajian Sashimi di Restoran Jepang di Kota Medan*.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian penulis adalah dalam objek penelitian tentang *wasabi*. Dalam penelitian sebelumnya berfokus kepada efek antimikroba *wasabi* terhadap salmon mentah pada *sashimi* yang ada di Restoran Jepang di Kota Medan, sedangkan dalam penelitian penulis berfokus kepada manfaat *wasabi* pada *sushi* dan *sashimi*.

3. Penelitian dari Poltekkes Kemenkes Makassar, Asmawati (2016) dalam skripsi yang berjudul *Efektivitas Sediaan Masker Anti Jerawat Yang Mengandung Ekstrak Batang Wasabi (Wasabia japonica (Miq) Matsum) Terhadap Pertumbuhan Propionibacterium Acnes*.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian penulis adalah dalam objek penelitian tentang *wasabi*. Dalam penelitian sebelumnya berfokus kepada efektivitas dari sediaan masker anti jerawat yang mengandung ekstrak batang *wasabi* sebagai salah satu tanaman obat yang berkhasiat sebagai obat tradisional yang dapat menghambat pertumbuhan terhadap *Propionibacterium Acnes*, sedangkan dalam penelitian penulis berfokus kepada manfaat *wasabi* pada *sushi* dan *sashimi*.

1.3 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis mengidentifikasi masalahnya sebagai berikut.

1. Banyak manfaat yang terkandung di dalam *wasabi* pada *sushi* dan *sashimi*.
2. Budaya makan *sushi* dan *sashimi* dengan penyedap rasa *wasabi*.
3. *Wasabi* mengandung sifat antibakteri terhadap bakteri patogen bawaan yang terdapat pada ikan mentah seperti *sushi* dan *sashimi*.
4. *Allyl-isothiocyanate* sebagai senyawa antimikroba alami *wasabi* memiliki potensi sebagai anti kanker bagi kesehatan manusia.
5. *Wasabi* asli sangatlah mahal sehingga negara luar harus membuat *wasabi* buatan.

1.4 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, penulis membatasi masalah penelitian pada manfaat yang dimiliki oleh *wasabi* pada *sushi* dan *sashimi* dari sisi budaya dan kesehatan.

1.5 Perumusan Masalah

Agar penelitian ini dapat lebih terarah, penulis merumuskan masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat kesehatan apakah yang dimiliki oleh *wasabi* pada *sushi* dan *sashimi*?
2. Mengapa *wasabi* harus ada pada *sushi* dan *sashimi* dari sudut pandang budaya?

1.6 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui ragam manfaat yang dimiliki *wasabi* pada *sushi* dan *sashimi*.
2. Untuk mengetahui alasan *wasabi* harus ada pada *sushi* dan *sashimi* dari sudut pandang budaya.

1.7 Landasan Teori

1.7.1. Analisis

Analisis adalah suatu usaha untuk mengurai suatu masalah atau fokus kajian menjadi bagian-bagian (*decomposition*) sehingga susunan/tatanan bentuk sesuatu yang diurai itu tampak dengan jelas dan karenanya bisa secara lebih terang ditangkap maknanya atau lebih jernih dimengerti duduk perkaranya (Satori dan Komariyah, 2014:200).

Analisis adalah sebuah kegiatan untuk mencari suatu pola, selain itu analisis merupakan cara berpikir yang berkaitan dengan pengujian secara

sistematis terhadap sesuatu untuk menentukan bagian, hubungan antar bagian dan hubungannya dengan keseluruhan (Sugiyono, 2015:335).

Analisis adalah memecahkan atau menguraikan sesuatu unit menjadi berbagai unit terkecil (Syafri, 2009:207).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa, analisis adalah cara berpikir yang berkaitan dengan pengujian secara sistematis terhadap sesuatu yang kemudian diuraikan menjadi bagian-bagian (*decomposition*).

1.7.2. Budaya

Linton menerjemahkan budaya sebagai keseluruhan dari pengetahuan, sikap dan pola perilaku yang merupakan kebiasaan yang dimiliki dan diwariskan oleh anggota suatu masyarakat tertentu (Linton, 1989:68).

Menurut Koentjaraningrat, "Budaya" berasal dari kata Sansekerta *buddhaya* bentuk jamak dari *buddhi* yang berarti budi atau akal, sehingga menurutnya budaya dapat diartikan sebagai hal-hal yang bersangkutan dengan budi dan akal (Koentjaraningrat, 1993:9).

Menurut Clifford Geertz, budaya adalah suatu sistem makna dan simbol yang disusun dalam pengertian di mana individu-individu mendefinisikan dunianya, menyatakan perasaannya dan memberikan penilaian-penilaiannya, suatu pola makna yang ditransmisikan secara historis, diwujudkan dalam bentuk-bentuk simbolik melalui sarana di mana orang-orang mengkomunikasikan, mengabdikan, dan mengembangkan pengetahuan, karena budaya merupakan suatu sistem simbolik maka haruslah dibaca, diterjemahkan dan diinterpretasikan (Geertz, 1999:98).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa budaya adalah keseluruhan dari pengetahuan, sikap dan pola perilaku yang merupakan kebiasaan yang dimiliki dan diwariskan oleh anggota suatu masyarakat tertentu yang bersangkutan dengan budi dan akal yang harus dibaca, diterjemahkan dan diinterpretasikan.

1.7.2.1 Budaya Makan dan Makanan

Di dalam kebudayaan, terdapat tujuh unsur di dalamnya, yaitu bahasa, peralatan dan kelengkapan hidup, mata pencarian dan ekonomi, sistem kemasyarakatan, kesenian, ilmu pengetahuan dan religi (Soekiman, 2000:43). Adapun unsur budaya yang berada di luar tujuh unsur kebudayaan tersebut, yakni tradisi makan dan sajian makanan. Tradisi makan merupakan bagian dari kebudayaan manusia. Tidak hanya sekedar untuk memenuhi kebutuhan hidup, makanan juga dapat menunjukkan identitas, nilai, moral, kemajuan, dan kualitas suatu masyarakat, bahkan makanan juga dapat menunjukkan status sosial. Makanan dengan simbol dan media pendukungnya seperti sikap (*manner*), pelengkap (piring, sendok, garpu, meja, kursi, dan yang lainnya), sajian, komoditi, dan hal-hal lainnya yang berkaitan, telah menciptakan identitas budaya dalam masyarakat (Ong Hok Ham, 2009:137).

1.7.2.2 Budaya Makanan Jepang

Salah satu bagian yang tidak bisa dipisahkan dari kebudayaan adalah tradisi. Tradisi yang berarti segala sesuatu yang disalurkan atau diwariskan dari masa lalu ke masa kini memiliki arti sempit yaitu warisan-warisan sosial khusus yang tetap bertahan dan masih kuat ikatannya dengan kehidupan masa kini. Jepang merupakan salah satu negara di dunia dengan tradisi kebudayaan yang masih sangat kental hingga saat ini. Salah satu tradisi kebudayaan Jepang yang masih dilestarikan sampai saat ini adalah makanan. Dalam Bahasa Jepang, makanan Jepang disebut dengan *nihonshoku* atau yang saat ini dikenal sebagai *washoku*. Makanan Jepang (*washoku*) adalah makanan yang dimasak dengan cara memasak yang berkembang di Jepang dengan menggunakan bahan-bahan makanan yang diambil dari wilayah Jepang dan sekitarnya. Makanan orang Jepang pun berbeda-beda menurut zaman, tingkat sosial, dan daerah tempat tinggalnya. Sekarang ini,

makanan Jepang dimaknai sebagai semua makanan yang dimakan oleh orang Jepang dan makanan tersebut bukan merupakan masakan dari negara lain.

Menurut MAFF (*Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries*), *washoku* memiliki arti yang lebih luas, dan tidak hanya mengacu pada makanan, tetapi juga pada semua aspek budaya yang terkait dengannya, yaitu metode persiapan, peralatan makan, etiket, dan lain-lain (*Journal of Contemporary Eastern Asia*, Vol.17, No.1, 2018:158).

1.7.3. Kesehatan

Menurut Robert H. Brook, kesehatan adalah sebuah sumber daya yang dimiliki semua manusia dan bukan merupakan suatu tujuan hidup yang perlu dicapai. Kesehatan tidak terfokus kepada fisik yang bugar tetapi meliputi jiwa yang sehat di mana individu dapat bersikap toleran dan dapat menerima perbedaan (Brook, 2017:585).

Kesehatan yaitu beberapa keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Undang-Undang No. 23 Tahun 1992).

Definisi sehat menurut WHO adalah keadaan sejahtera, sempurna dari fisik, mental, dan sosial yang tidak terbatas hanya pada bebas dari penyakit dan kelemahan saja (*World Health Organization*, 2020:1).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kesehatan adalah sebuah sumber daya yang dimiliki semua manusia yaitu keadaan yang sejahtera, sempurna dari fisik, mental, dan sosial yang tidak terbatas hanya pada bebas dari penyakit dan kelemahan saja, namun juga yang memungkinkan setiap orang hidup secara sosial dan ekonomis.

1.8 Metode Penelitian

Dalam metode penelitian ini, peneliti menggunakan metode deskriptif analisis, yaitu mengumpulkan data-data dan kemudian menganalisisnya. Data-data diambil dari buku-buku penunjang, jurnal ilmiah serta *website* dari sumber resmi yang dapat dipertanggungjawabkan kesahihannya.

1.9 Manfaat Penelitian

a) Manfaat Teoretis

Penelitian ini sangat bermanfaat sebagai pijakan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan manfaat tersembunyi yang terkandung dalam *wasabi* pada saat disajikan sebagai penyedap rasa *sushi* dan *sashimi* serta menjadi bahan kajian lebih lanjut.

b) Manfaat Praktis

1) Bagi Penulis

Penelitian ini sangat bermanfaat agar dapat menambah wawasan lebih dalam tentang manfaat yang tersembunyi yang terkandung dalam *wasabi* pada saat disajikan sebagai penyedap rasa *sushi* dan *sashimi* sehingga ketika memakan *sushi* ataupun *sashimi* mau menggunakan penyedap rasa *wasabi* meskipun *wasabi* memiliki rasa yang menyengat dan tidak enak di hidung.

2) Bagi Pembaca

Penelitian ini sangat bermanfaat agar dapat menambah wawasan lebih dalam tentang manfaat yang tersembunyi yang terkandung dalam *wasabi* pada saat disajikan sebagai penyedap rasa *sushi* dan *sashimi* sehingga ketika memakan *sushi* ataupun *sashimi* mau menggunakan penyedap rasa *wasabi* meskipun *wasabi* memiliki rasa yang menyengat dan tidak enak di hidung.

1.10 Sistematika Penyusunan Skripsi

Sistematika penyusunan skripsi ini adalah sebagai berikut:

Bab I: merupakan bab yang berisi mengenai latar belakang masalah, penelitian yang relevan, identifikasi masalah, pembatasan masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, landasan teori, metode penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penyusunan skripsi.

Bab II: merupakan bab yang berisi mengenai *sushi*, *sashimi*, *wasabi* serta penggunaan *wasabi* pada *sushi* dan *sashimi*.

Bab III: merupakan bab yang berisi mengenai pembahasan tentang analisis manfaat *wasabi* pada *sushi* dan *sashimi* dari sisi budaya dan kesehatan.

Bab IV: merupakan bab yang berisi mengenai kesimpulan dari bab-bab sebelumnya.

