

**PEMBUATAN TOFU MENURUT TRADISI
MASYARAKAT JEPANG DAN MANFAATNYA BAGI TUBUH
MANUSIA**

Skripsi
Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
guna mendapat gelar sarjana



Oleh :

Khristina Shinta Dewi

NIM : 98111128



UNIVERSITAS DARMA PERSADA	
No. Buku	:
Objek	:
Asal	:
Dan lain-lain	:

UNIVERSITAS DARMA PERSADA

Fakultas Sastra Jepang

2002

Skripsi ini telah diujikan pada hari Kamis, tanggal 25 Juli 2002

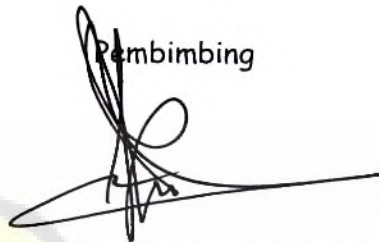
PANITIA UJIAN

Ketua



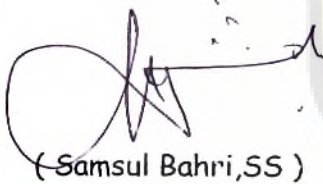
(Dra. Yuliasih Ibrahim)

Pembimbing



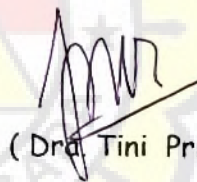
(Irwan Djamaluddin, SS, Ph.D)

Panitera



(Samsul Bahri, SS)

Pembaca



(Dra. Tini Priantini)



Disahkan pada hari Selasa Tanggal 11 Maret 2003, oleh :

Ketua Jurusan Program Studi
Bahasa dan Sastra Jepang S1



(Dra. Yuliasih Ibrahim)

Dekan Fakultas Sastra



FAKULTAS SAJTRA
(Dra. Inny C. Haryono, MA)

Skripsi ini kupersembahkan untuk :

"ALLAH BAPA yang MAHA KASIH "

" Berbahagialah orang yang mendapat hikmat, orang yang memperoleh kepandaian, karena keuntungannya melebihi keuntungan perak dan hasilnya melebihi emas.

***Ia** lebih berharga daripada permata, apapun yang kau inginkan, tidak dapat menyamaiNya.*

Umur panjang ada di tangan KananNya dan ditangan KiriNya adalah kekayaan dan kehormatan.

JalanNya penuh bahagia dan sejahtera semata-mata.

*Dan **Ia** menjadi pohon kehidupan bagi orang yang memegangnya."*

(Amsal 3 : 13-18)

Terpujilah Tuhan karna Ia telah mendengar suara permohonanku.

Tuhan adalah kekuatanku dan perisaiku; kepada Nya hatiku percaya.

Aku tertolong, sebab itu beria-ria hatiku, dan dengan nyanyianku aku bersyukur kepadaNya,

Dia adalah benteng keselamatan bagi orang yang diurapiNya.

(Mazmur 28 : 6-8)

KATA PENGANTAR

Segala puji, hormat dan syukur bagi Allah, Tuhan Semesta Alam karena kasih setiaNya yang tak pernah berkesudahan bagi kita. Segala pujian bagi Dia yang senantiasa menolong dan memberkati sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Sastra pada Fakultas Sastra, Jurusan Asia Timur, Program Studi Bahasa dan Sastra Jepang, Universitas Darma Persada.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Penulis berkenan mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bpk Irwan Djamaluddin, SS, Ph.D, selaku pembimbing utama yang dengan sabar dan meluangkan waktunya untuk membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Dra. Tini Priantini selaku pembaca skripsi ini, dan yang telah memberikan saran dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Yuliasih Ibrahim, selaku ketua Jurusan Bahasa dan Sastra Jepang dan juga selaku ketua sidang skripsi.
4. Ibu Dra. Inny. C. Haryono, MA, selaku Dekan Fakultas Sastra Universitas Darma Persada
5. Ibu Metty Suwandany, SS, selaku Pembimbing Akademik
6. Kedua orang tua yang selalu mengasihi,memberikan doa dan semangat serta mendorong dalam belajar maupun dalam penyusunan skripsi ini,

hingga penulis dapat menyelesaikan studi sampai kepada tugas akhir ini. Dan kakak-kakak yang selalu membantu dalam dana dan perhatiannya dalam menyelesaikan studi.

7. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada sahabat terbaikku Indah, yang dengan tabah menjadi teman seperjuangan selama perkuliahan dan menjadi teman dalam penyusunan skripsi ini.
8. Buat teman-teman di KSKK yang selalu setia dan yang selalu membantu dalam segala hal terutama dalam dukungan doanya, yang memberikan kekuatan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, terutama buat: Christine, Michaela, Ita, Vica, Evi, Diana, Mia, Winston, Agung, Maroan dan Yiska.
9. Buat teman-teman di gereja yang juga membantu dalam segala hal, terutama buat k' Baby, k' Nona, k' Eba, k' Evi, Anne, Intan, Monita dan teman-teman pengurus PPK-BDP
10. Serta pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa, skripsi ini jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangannya. Kritik dan saran yang membangun akan diterima dengan terbuka oleh penulis.

Penulis berharap, skripsi ini dapat mejadi masukan berharga bagi dunia sastra Khususnya sastra Jepang. Terima kasih.

Jakarta, Juli 2002

Khristina Shinta Dewi

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Permasalahan	5
1.3 Tujuan Penulisan	5
1.4 Ruang Lingkup	6
1.5 Metode Penulisan	6
1.6 Sistematika Penulisan	6
BAB II PENYEBARAN TOFU DI JEPANG	8
2.1 Makanan pokok masyarakat Jepang	8
2.2 Sejarah Tofu dan perkembangannya	12
2.3 Perkembangan Tofu di beberapa Periode.....	16
BAB III BAHAN BAKU PEMBUAT TOFU DAN CARA PEMBUATANNYA	20
3.1 Bahan baku pembuat Tofu	20
3.2 Bahan pembantu pembuat tofu	25
3.3 Cara pembuatan Tofu Jepang	27
3.4 Kandungan Gizi Tofu	39
3.5 Produk samping dari pembuatan Tofu di Indonesia	42
BAB IV PENTINGNYA KACANG KEDELAI	45
BAB V KESIMPULAN	51
KOSA KATA	iv
DAFTAR PUSTAKA	vii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Jepang adalah suatu negara kepulauan dengan pulau-pulau yang besar dan kecil yang memanjang ke arah Timur laut. Sebagai negara kepulauan, Jepang mempunyai persamaan dengan bangsa Asia Tenggara, khususnya Filipina dan Indonesia. Keadaan inipun sedikit banyak berpengaruh terhadap pandangan hidup serta faktor-faktor geopolitik dan geostrategi.¹

Bentuk geografik Jepang memanjang sepanjang lebih dari 3500 km ke arah timur laut dan berada antara 24 derajat lintang utara dan 45 derajat lintang selatan. Seluruh luas daratan pulau itu adalah 364.504 km², diantaranya 5.186 km² pulau-pulau kecil dan terdapat empat pulau yang besar yaitu dari selatan ke utara ; Kyushu dengan 35.659 km², Shikoku dengan 17.760 km², Honshu dengan 228.000 km², Hokkaido dengan 77.899 km².²

Kepulauan Jepang penuh dengan pegunungan, 75% wilayahnya merupakan tanah pegunungan dan hanya 25% wilayah daratan. Pegunungan Jepang memanjang di seluruh kepulauannya, berupa bukit-bukit yang tertutup hutan dan diantaranya ada lembah-lembah sempit yang dapat digunakan untuk pertanian.

¹ Suryohadiprojo. S, Manusia dan Masyarakat Jepang dalam Perjuangan Hidup. (Jakarta : UI Press,1982),hal 1

². ibid,hal

Disana-sini terdapat gunung-gunung yang menjulang tinggi ke atas dan beberapa diantaranya adalah gunung berapi, Di pulau Honshu terdapat sederetan gunung yang dinamakan Alpen Jepang yang tingginya melampaui 3000m. Diantaranya, gunung-gunung itu terdapat gunung Fuji yang merupakan suatu bentuk kerucut yang hampir sempurna dan keindahannya telah mempesonakan banyak orang. Gunung Fuji yang tingginya hampir 4000 m pernah meletus pada tahun 1707.³

✓ Karena letak geografisnya, Jepang setiap tahun mengalami serangan angin taufan kuat yang disebut "*taifu*" (typhoon). Kepulauan Ryukyu dan pulau Kyushu setiap tahun antara bulan Juli dan Oktober harus selalu waspada terhadap kedatangan *taifu* yang terjadi di Samudra Pasifik bagian barat. Serangan ini tidak hanya terjadi dalam setahun tetapi dapat juga berturut-turut walaupun tidak sebanyak yang dialami di wilayah Ryukyu dan Kyushu, bagian-bagian lain kepulauan Jepang setiap tahun juga turut dilanda *taifu*. bencana alam ini tentunya banyak menimbulkan kerugian, akan tetapi dilain pihak *taifu* turut pula dalam membantu penanaman debit persediaan air yang datang melalui hujan lebat di pegunungan, dan ini merupakan kebutuhan para petani untuk pemakaian air dalam pengolahan produksi pertaniannya dan pabrik-pabrik lainnya yang banyak membutuhkan air.

³ ibid, hal 2-3

Ancaman lain juga senantiasa menuntut kewaspadaan rakyat Jepang, yaitu gempa bumi, baik besar maupun kecil. Gempa bumi besar pernah terjadi pada tahun 1923 di daerah Kanto sehingga menimbulkan kerusakan hebat di Tokyo dan Yokohama.

Gempa bumi yang diperkirakan terjadi 50 tahun sekali membuat rakyat Jepang harus melakukan persiapan untuk menghadapi bencana itu. Gedung-gedung pencakar langit yang dibangun harus sanggup menghadapi kejadian ini dengan pembangunan yang penuh dengan persiapan guna mengurangi kerusakan, kematian dan penderitaan yang kerap kali dirasakan oleh masyarakat Jepang disaat gempa bumi dan serangan angin Taifu.⁴

Bentuk geografi Jepang sebagai kepulauan yang memanjang dari Timur Laut ke Barat Daya di wilayah Pasifik Barat mempunyai akibat yang penting pula terhadap perkembangan ekonomi Jepang. Bahkan setelah Restorasi Meiji pada pertengahan abad ke 19, dinamika rakyat Jepang lebih banyak mengkonsumsi ikan dan hasil-hasil laut daripada daging, tetapi setelah perang dunia II rakyat Jepang bertambah banyak makan daging dan hasil gandum (roti) serta mengurangi makan ikan dan nasi.⁵

Pada abad ke 7 sampai abad ke 9, pengaruh Cina sangat besar terhadap kebudayaan Jepang. Demikian pula dalam hal makanan, karena pada masa itu banyak resep dan cara memasak Cina

⁴ ibid, hal 7-8

⁵ ibid, hal 4

diambil alih oleh penduduk Jepang seperti Shoyu (醤油), Miso (味噌) dan Tofu (豆腐) yang ada sejak saat itu.⁶

Tofu dikenal di Jepang pada abad ke- 8 yang dibawa oleh para biarawan Buddha juga para pendeta yang datang ke Jepang dan kembali lagi ke Cina. Tofu diperkirakan masuk ke Jepang melewati masyarakat golongan atas yang pada umumnya bekerja pada pusat kebudayaan Cina, selain itu juga diperkirakan melalui para Bangsawan dan para Pendeta.

Langkah awal yang digunakan oleh para Biarawan Buddha untuk memperkenalkan Tofu sebagai makanan yang cukup dikenal di dunia dengan cara mengkonsumsi tofu sebagai makanan sehari-hari yang khususnya hanya digunakan pada awal bulan, selain itu juga sebagai makanan pengganti daging. Para biarawan Buddha memperkenalkan tofu hanya pada masyarakat yang berkunjung ke kuil-kuil Buddha tetapi kemudian setelah diamati, tofu merupakan makanan yang baik dan ternyata protein yang terkandung didalamnya sangat diperlukan oleh tubuh manusia, oleh karena itu para biarawan Buddha mulai mengembangkan tofu kepada masyarakat luas dengan langkah pertama menjualnya di toko-toko yang terdapat didalam kuil atau biara

⁶ James Danandjaja, Foklor Jepang di lihat dari kaca mata Indonesia, (Jakarta Grafiti) hal, 226

⁷ William Shurtleff dan Akiko Aoyagi, The Book Oof Tofu. Food fot Mankind, Vol 1, 1975,hal 92

dan kemudian lebih dikembangkan lagi oleh para koki yang bekerja di kuil-kuil tersebut sehingga akhirnya Tofu dikenal oleh masyarakat luas di seluruh Jepang hingga saat ini.⁷

1.2 Permasalahan

Dalam Skripsi ini penulis bermaksud membahas permasalahan tentang sejarah masyarakat Jepang dalam mengkonsumsi tofu, dan pembuatan tofu secara tradisional menurut tradisi masyarakat Jepang, serta kandungan gizi yang terdapat didalamnya dan manfaat lain bagi tubuh manusia.

1.3 Tujuan Penulisan

Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk mencoba menerangkan makanan pokok tofu yang selama ini dianggap sebagai makanan biasa, ternyata didalam makanan ini terkandung sumber gizi yang tidak kalah penting dengan kandungan gizi yang terdapat dalam daging serta manfaat kandungan gizi yang terdapat didalam tofu bagi tubuh manusia terutama manfaat dari bahan dasar pembuatan tofu yaitu kacang kedelai yang juga banyak memiliki kandungan protein yang sangat tinggi sehingga menjadikan kacang kedelai banyak dimanfaatkan oleh sebagian besar masyarakat Jepang.

1.4 Ruang Lingkup

Pembahasan skripsi ini hanya melingkupi tentang makanan orang Jepang, sejarah masuknya Tofu ke Jepang, bahan-bahan pembuat Tofu dan cara pembuatan Tofu menurut masyarakat Jepang serta kandungan gizi Tofu yang tentunya memiliki manfaat didalam kehidupan manusia pada umumnya.

1.5 Metode Penulisan

Dalam penulisan Skripsi ini, penulis menggunakan metode Diskripsi, dan metode analisis menguraikan pokok permasalahan dengan menggunakan buku-buku perpustakaan. Untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan, Penulis menggunakan fasilitas buku-buku dari perpustakaan Universitas Darma Persada, perpustakaan Pusat Kebudayaan Jepang, dan buku-buku koleksi pribadi yang berkaitan dengan permasalahan yang akan dibahas dalam skripsi ini.

1.6 Sistematika Penulisan

Untuk melaksanakan pembahasan yang sistematis, penulis membagi pokok pembahasan dalam 5 Bab, sebagai berikut :

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini Penulis membahas tentang keadaan geografi Jepang, penyebaran Tofu di negara Jepang. Dan dalam bab ini juga

diterangkan tentang permasalahan, ruang lingkup, tujuan penulisan, metode penulisan.

BAB II PENYEBARAN TOFU DI JEPANG

Pada bab ini, dijelaskan tentang makanan pokok masyarakat Jepang sampai kepada masuknya tofu di Jepang dan menjadikannya sebagai salah satu makanan pokok masyarakat Jepang. Penyebaran Tofu dilakukan dalam beberapa periode, diantaranya, pada zaman Kamakura, Muromachi, dan pada zaman Edo.

BAB III BAHAN BAKU PEMBUAT TOFU DAN CARA

Pada Bab ini dijelaskan tentang Bahan pembuatan tofu yang terdiri dari kacang kedelai dan go sebagai bahan utamanya, yang juga dibantu dengan beberapa bahan pembantu pembuatan tofu. Bab ini juga menguraikan tentang cara pembuatan tofu menurut tradisi masyarakat Jepang serta produk samping dari proses pembuatan tofu di Indonesia.

BAB IV Pentingnya kacang kedelai

Pada bab ini, menerangkan kandungan protein pada kacang kedelai, dan juga vitamin-vitamin lain yang tentunya sangat berguna bagi tubuh manusia.

BAB V Kesimpulan