



BABAK 1

Meramu, dimulai!

ZINE POLITIK RASA

Nutrisi pada Jamuan Kritis

Critical Supper on West Papua Land

Oleh: Amelia Puhili

Dalam sebuah pertemuan kecil dan intim di Chiang Mai, Thailand, pada Oktober 2025, 38 orang dari sebelas negara-empat benua, menyantap pangan yang lahir dari wilayah konflik Papua Barat dengan haru yang menggugat...



Foto: Dokumentasi Resister

Hari itu, kami menyajikan papeda dari tangan-tangan mama dari rawa sagu yang tersisa dari Boven Digoel yang terkepung oleh perkebunan sawit. Papeda tersebut disajikan dengan ikan yang diolah menggunakan kayu bawang atau *gisik kesik* dari hutan marga Nibra di Sorong yang masih dipertahankan dari masuknya perkebunan monokultur. Daun *liwoka*, yang menambah aroma khas yang dibawa langsung dari Wamena, wilayah dimana konflik bersenjata masih terus terjadi sampai hari ini. Tidak lupa juga kami menambahkan garam nipah, dari nipah-nipah di air payau di Sorong yang turut andil memperkaya rasa semua makanan yang disajikan hari itu. Dengan berbagai cerita di balik bagaimana bahan-bahan pangan itu didapatkan, lagi-lagi membuktikan bahwa pangan tidak pernah lepas dari persoalan yang melatarbelakangi kehadirannya di piring kami semua.

Sagu dan umbi-umbian (petatas dan keladi) adalah pangan penting bagi masyarakat adat di Papua. Keduanya menghidupi masyarakat di Papua yang secara ekologis berbeda. Kita akan lebih banyak mendapati sagu di daerah dataran rendah dan jarang di daerah pegunungan tetapi di daerah tersebut umbi-umbian tumbuh subur. Keduanya adalah sumber karbohidrat utama yang tidak hanya mengandung karbohidrat, tetapi juga mengandung serat dan mineral yang dibutuhkan oleh tubuh. Serat yang tinggi sangat bermanfaat bagi kesehatan pencernaan manusia. Kita sering kali hanya menilai serat berguna untuk melancarkan pencernaan dengan mencegah sembelit, tetapi bersamaan dengan itu, serat juga mampu mengikat zat-zat jahat yang berlebih dalam tubuh seperti kolesterol. Selain itu, serat juga berguna untuk mengatur kadar gula darah dengan membantu memperlambat penyerapan glukosa atau yang kita kenal dengan gula.



Foto: Dokumentasi Resister

Secara sosial, sagu di wilayah Distrik Subur, Boven Digoel, menjadi salah satu perekat bagi dua kampung yaitu Kampung Subur dan Kampung Aiwat yang masyarakatnya hari ini rencana perampasan lahan wilayah adatnya. Mereka bersama berjuang mengolah sagu-sagu mereka menjadi tepung sagu untuk memenuhi kebutuhan mereka. Selain demi alasan ekonomi, mereka juga mau menceritakan bahwa mereka sungguh sangat bergantung dari dusun sagu yang mereka miliki karena di dusun sagu itu mereka tidak hanya mendapatkan sagu untuk ditokok dan dimakan tetapi dusun sagu juga menjadi rumah bagi makhluk hidup lainnya. Salah satunya adalah udang putih yang disebut sebagai *Menggidtop* yang kemudian dijadikan sebagai merek tepung sagu mereka. Perempuan tidak pernah hanya memikirkan dirinya sendiri sebagai manusia tetapi entitas lain yang juga dianggapnya setara, berhak mendapatkan ruang hidup yang layak.

Critical Supper juga menyajikan protein yang serupa dengan protein yang hampir selalu ada di dalam piring makan masyarakat Papua yaitu ikan dan daging babi. Ikan mujair, meski dikategorikan sebagai ikan yang tergolong baru tetapi memiliki kandungan gizi berupa vitamin dan mineral yang dibutuhkan. Kandungan fosfor di dalam ikan mujair cukup tinggi, dan ini sangat baik untuk pembentukan energi, terlebih berperan penting juga dalam metabolisme nutrisi tubuh, dan tentunya yang familiar terdengar adalah baik juga untuk kesehatan gigi dan tulang. Daging babi atau wam yang tersedia tidak hanya menyediakan protein, vitamin dan mineral bagi tubuh.

Dalam tabel komposisi gizi, kita dapat melihat bahwa dalam 100g daging babi kandungan vitamin B, tembaga dan kalium cukup tinggi. Ketiganya dibutuhkan untuk perkembangan otot (termasuk kontraksi otot), sistem kekebalan tubuh, kesehatan sistem saraf dan perkembangan otak serta pembentukan sel darah merah yang juga penting.

PAPEDA		
Informasi Nilai Gizi		
Per 100 g BDD (Berat Dapat Dimakan)		
		% AKG*
Energi	61 kkal	2.84 %
Lemak total	0.10 g	0.15 %
Vitamin A	0 mcg	0 %
Vitamin B1	0.06 mg	6 %
Vitamin B2	0 mg	0 %
Vitamin B3	0 mg	0 %
Vitamin C	0 mg	0 %
Karbohidrat total	14.90 g	4.58 %
Protein	0.20 g	0.33 %
Serat pangan	0.50 g	1.67 %
Kalsium	3 mg	0.27 %
Fosfor	1 mg	0.14 %
Natrium	4 mg	0.27 %
Kalium	20 mg	0.43 %
Tembaga	100 mcg	12.50 %
Besi	0.20 mg	0.91 %
Seng	0.10 mg	0.77 %
B-Karoten	0 mcg	-
Karoten total		-
Air	84.80 g	-
Abu	0.10 g	-

DAGING BABI GEMUK, SEGAR		
Informasi Nilai Gizi		
Per 100 g BDD (Berat Dapat Dimakan)		
		% AKG*
Energi	453 kkal	21.07 %
Lemak total	45 g	67.16 %
Vitamin A	0 mcg	0 %
Vitamin B1	0.58 mg	58 %
Vitamin B2	0.59 mg	59 %
Vitamin B3	5.90 mg	39.33 %
Vitamin C	0 mg	0 %
Karbohidrat total	0 g	0 %
Protein	11.90 g	19.83 %
Serat pangan	0 g	0 %
Kalsium	7 mg	0.64 %
Fosfor	117 mg	16.71 %
Natrium	112 mg	7.47 %
Kalium	819.30 mg	17.43 %
Tembaga	220 mcg	27.50 %
Besi	1.80 mg	8.18 %
Seng	0.40 mg	3.08 %
B-Karoten	0 mcg	-
Karoten total		-
Air	42 g	-
Abu	1.10 g	-



Foto: Dokumentasi Resister

Secara budaya, babi juga bukan hanya hewan atau ternak biasa tetapi memiliki nilai penting bagi beberapa suku dan ritual adat istiadatnya. Seperti yang kami sampaikan, untuk Suku Hubula ketika mereka selesai mengolah daging babi dengan bakar batu, mereka akan duduk bersama dan makan bersama daging tersebut. Kebiasaan lainnya dari memakan bersama ini adalah siapa pun dapat memberikan atau menyuapi daging babi miliknya untuk dimakan oleh siapa pun yang ditujukan. Daging babi memiliki peran penting dalam menjaga kekerabatan mereka. Dalam beberapa ritual penting, babi menjadi prasyarat penting untuk keberlangsungan adat orang Hubula. Mereka perlu memisahkan babi yang dianggap sebagai babi adat dengan babi piara lainnya. Keduanya akan diperlakukan secara berbeda karena memiliki tujuan yang berbeda. Babi-babi tersebut nantinya akan dipersembahkan sebagai makanan bagi mereka yang hidup dan menghadiri ritual tersebut tetapi juga bagi leluhur yang telah pergi meninggalkan mereka namun tetap hidup bagi orang Hubula.

Dalam adat istiadat orang Muyu, seperti yang tergambar dalam film Pesta Babi, babi juga prasyarat penting dalam agenda konsolidasi yang dilakukan oleh suku Muyu. Salah seorang marga yang menjadi tuan rumah pesta akan memelihara babi dalam wilayah adatnya selama 10 tahun lalu mereka akan mengundang marga-marga tetangga menghadiri pesta ini lalu membicarakan kembali soal batas-batas wilayah adat mereka masing-masing dan strategi mempertahankan wilayah adat mereka. Akan tetapi bagi orang Marind, babi adalah makhluk yang sakral karena bagian dari jati diri mereka dan menjadi totem bagi Marga Basik-Basik. Marga Basik-basik memiliki tugas dan tanggung jawab untuk menghormati dan melindungi babi hutan termasuk melindungi habitatnya dari ancaman alih fungsi hutan. Begitu kaya dan pentingnya babi bagi masyarakat Papua Barat.



Foto: Jubi.id



Foto: Trailer Indonesia Baru

Secara budaya, babi juga bukan hanya hewan atau ternak biasa tetapi memiliki nilai penting bagi beberapa suku dan ritual adat istiadatnya.

Seperti yang kami sampaikan, untuk Suku Hubula ketika mereka selesai mengolah daging babi dengan bakar batu, mereka akan duduk bersama dan makan bersama daging tersebut. Kebiasaan lainnya dari memakan bersama ini adalah siapa pun dapat memberikan atau menyuapi daging babi miliknya untuk dimakan oleh siapa pun yang ditujukan. Daging babi memiliki peran penting dalam menjaga kekerabatan mereka. Dalam beberapa ritual penting, babi menjadi prasyarat penting untuk keberlangsungan adat orang Hubula. Mereka perlu memisahkan babi yang dianggap sebagai babi adat dengan babi piara lainnya. Keduanya akan diperlakukan secara berbeda karena memiliki tujuan yang berbeda. Babi-babi tersebut nantinya akan dipersembahkan sebagai makanan bagi mereka yang hidup dan menghadiri ritual tersebut tetapi juga bagi leluhur yang telah pergi meninggalkan mereka namun tetap hidup bagi orang Hubula.

Dalam adat istiadat orang Muyu, seperti yang tergambar dalam film Pesta Babi, babi juga prasyarat penting dalam agenda konsolidasi yang dilakukan oleh suku Muyu. Salah seorang marga yang menjadi tuan rumah pesta akan memelihara babi dalam wilayah adatnya selama 10 tahun lalu mereka akan mengundang marga-marga tetangga menghadiri pesta ini lalu membicarakan kembali soal batas-batas wilayah adat mereka masing-masing dan strategi mempertahankan wilayah adat mereka. Akan tetapi bagi orang Marind, babi adalah makhluk yang sakral karena bagian dari jati diri mereka dan menjadi totem bagi Marga Basik-Basik. Marga Basik-basik memiliki tugas dan tanggung jawab untuk menghormati dan melindungi babi hutan termasuk melindungi habitatnya dari ancaman alih fungsi hutan. Begitu kaya dan pentingnya babi bagi masyarakat Papua Barat.

Hampir seluruh pangan ini diberi rasa menggunakan garam yang berasal dari pelepah nipah yang telah dikristalisasi menjadi garam yang sama dengan garam pada umumnya. Bedanya, garam ini memiliki kandungan Natrium Klorida (NaCl) sebesar 45,75% yang berarti lebih rendah dari garam pada umumnya sehingga baik bagi kesehatan. Kami memilih menggunakan garam nipah selain karena kandungannya yang lebih baik bagi tubuh, tetapi juga karena garam nipah adalah pengetahuan milik suku Moi dan beberapa suku di wilayah Kepala Burung, Papua yang saat ini terancam deforestasi akibat perluasan perkebunan kelapa sawit.

Selain mengancam nipah, deforestasi juga turut mengancam keberadaan kulit kayu kamlowele yang dimanfaatkan oleh masyarakat adat Suku Moi sebagai obat-obatan yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan juga kesegaran bagi mereka. Bersama kulit kayu kamlowele, keberadaan kulit kayu bawang yang disebut sebagai *gisik kesik* oleh Marga Nibra mengalami ancaman yang sama. Kulit kayu ini sudah semakin sulit ditemukan sehingga untuk mendapatkannya harus semakin jauh ke dalam jantung hutan yang masih utuh. Meskipun saat ini bawang merah dan bawang putih telah banyak di pasar dan lebih mudah untuk didapatkan, beberapa marga di Suku Moi masih tetap memilih mempraktikkan masak menggunakan bahan alami yang selama ini disediakan oleh alam. Memilih menggunakan bahan yang tersedia di alam bukan hanya upaya untuk menunjukkan kalau hutan ini bermanfaat bagi manusia tetapi juga mempertahankan pengetahuan yang tentunya akan hilang bersama dengan hilangnya hutan. Nipah, kulit kayu *kamlowele* dan kulit kayu *gisik kesik* adalah nutrisi penting bagi hutan Suku Moi yang tiap hari terus terancam keberadaannya.

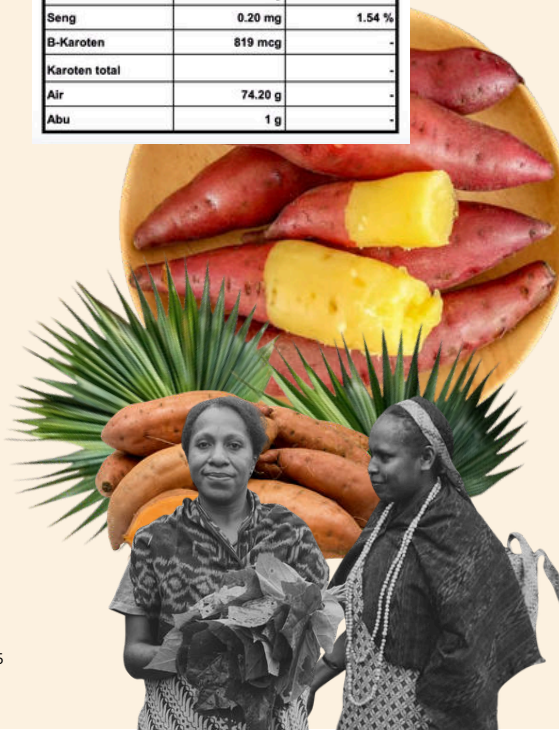
IKAN MUJAIR SEGAR		
Informasi Nilai Gizi		
Per 100 g BDD (Berat Dapat Dimakan)		
		% AKG*
Energi	89 kkal	4.14 %
Lemak total	1 g	1.49 %
Vitamin A	6 mcg	1 %
Vitamin B1	0.03 mg	3 %
Vitamin B2	0.10 mg	10 %
Vitamin B3	2 mg	13.33 %
Vitamin C	0 mg	0 %
Karbohidrat total	0 g	0 %
Protein	18.70 g	31.17 %
Serat pangan	0 g	0 %
Kalsium	96 mg	8.73 %
Fosfor	209 mg	29.86 %
Natrium	51 mg	3.40 %
Kalium	265.80 mg	5.66 %
Tembaga	0 mcg	0 %
Besi	1.50 mg	6.82 %
Seng	0.20 mg	1.54 %
B-Karoten	3 mcg	-
Karoten total		-
Air	79.70 g	-
Abu	1.10 g	-

Kandungan Gizi Jamuan Kritis

Critical Supper on West Papua Land

UBI JALAR KUNING KUKUS		
Informasi Nilai Gizi		
Per 100 g BDD (Berat Dapat Dimakan)		
		% AKG*
Energi	100 kkal	4.65 %
Lemak total	0.30 g	0.45 %
Vitamin A	0 mcg	0 %
Vitamin B1	0 mg	0 %
Vitamin B2	0.10 mg	10 %
Vitamin B3	0.60 mg	4 %
Vitamin C	16 mg	17.78 %
Karbohidrat total	23.80 g	7.32 %
Protein	0.70 g	1.17 %
Serat pangan	1 g	3.33 %
Kalsium	44 mg	4 %
Fosfor	46 mg	6.57 %
Natrium	3 mg	0.20 %
Kalium	0.80 mg	0.02 %
Tembaga	100 mcg	12.50 %
Besi	0.40 mg	1.82 %
Seng	0.20 mg	1.54 %
B-Karoten	819 mcg	-
Karoten total		-
Air	74.20 g	-
Abu	1 g	-

IKAN MUJAIR PEPES		
Informasi Nilai Gizi		
Per 100 g BDD (Berat Dapat Dimakan)		
		% AKG*
Energi	121 kkal	5.63 %
Lemak total	2.80 g	4.18 %
Vitamin A	8 mcg	1.33 %
Vitamin B1	0 mg	0 %
Vitamin B2	0.10 mg	10 %
Vitamin B3	1.90 mg	12.67 %
Vitamin C	0 mg	0 %
Karbohidrat total	0.80 g	0.25 %
Protein	21.70 g	36.17 %
Serat pangan	0 g	0 %
Kalsium	83 mg	7.55 %
Fosfor	248 mg	35.43 %
Natrium	58 mg	3.87 %
Kalium	265.80 mg	5.66 %
Tembaga	0 mcg	0 %
Besi	1.60 mg	7.27 %
Seng	0.30 mg	2.31 %
B-Karoten	0 mcg	-
Karoten total		-
Air	73.70 g	-
Abu	1 g	-



politik

Meja makan



dian Prawitasari
@artekidsleep

Perempuan Wintaos dan Tiwul yang Bersembunyi di Pawon

Oleh: Dian Prawitasari

Singkong tumbuh subur di cekungan-cekungan tanah lahan karst Wintaos, Gunungkidul. Di musim paceklik atau kemarau panjang, warga berstrategi dengan mengolah singkong menjadi tiwul. Sisa hasil panen pun disimpan di *pesucen*, lumbung tradisional yang dimiliki tiap rumah tangga untuk menyimpan cadangan pangan setahun ke depan.

Namun, era Revolusi Hijau di masa Orde Baru mengubah citra tiwul menjadi simbol kemiskinan. Tiwul dilekatkan sebagai makanan orang miskin bahkan makanan sapi. Ada masanya, simbok-simbok enggan menyajikannya untuk tamu. Mereka memilih makan tiwul di *pawon* (dapur) dengan rasa malu yang tersimpan rapat.

Kini, perempuan muda Wintaos merengkuh kembali kebanggaan pada pangan lokal. Di atas piring tersusun nasi merah, tiwul, sayur lombok ijo, tempe koro bacem, perkedel sayur, dan sambal. Itulah isi piringku, wujud perlawanan pada rezim pangan yang mengagungkan beras putih dan tepung gandum yang katanya simbol kemajuan.

Pengetahuan perempuan tidak sekadar resep memasak. Ia melingkar sejak pemilihan bibit, cara menanam di sela-sela batu gamping, membaca tanda musim, memprediksi hujan, hingga teknik mengawetkan pangan untuk persediaan makan keluarga. Pengetahuan itu hidup dari tanah, lalu merambat ke dapur, dan akhirnya terhidang lezat di meja makan.





Ondol,

Si Bulat dari Lereng di Kalibening

Oleh: Tanpa Penguat Rasa

Pagi ini, lereng perbukitan belum sepenuhnya terang. Tapi pisau sudah diasah, tumpukan kayu berjajar rapih, tungku berasap, alu dan lumpang telah bersiap di selatan perapian. Udara dingin tidak ada artinya.

Sinar mentari perlahan menyelinap di celah dinding kayu yang mengkerut.

Perempuan paruhbaya mengupas singkong sembari memastikan apinya tetap menyala. Tak luput mengatur siapa saja yang akan bekerja membantunya. Banyak yang harus diselesaikan hari ini.

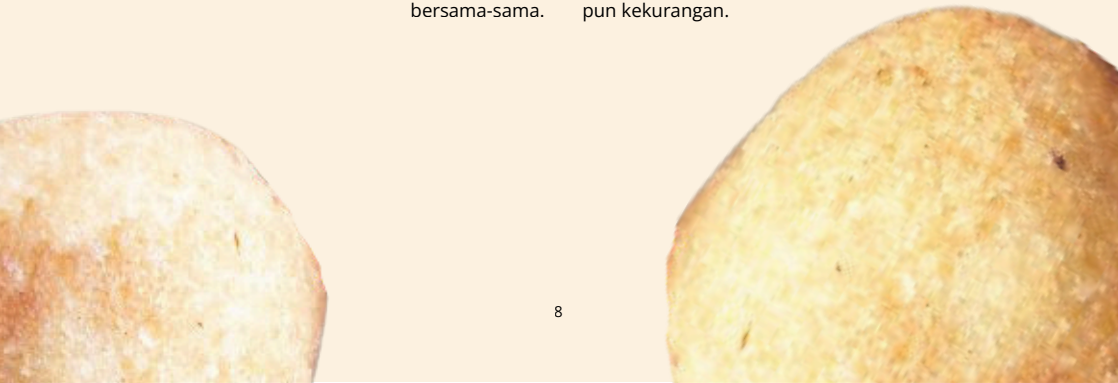
Waktu terus berjalan perlahan tanpa dipercepat pun diperlambat.

Gemicik air ikut meramaikan pagi yang mulai hangat. Singkong telah bersih, lalu diparut, diperas, ditambahkan rasa, cerita, dan tawa, dikukus, kemudian ditumbuk bersama-sama.

Alu dan lumpang saling beradu, sedikit lelah namun tak pernah eluh.

Tangan-tangan cekatan berputar melingkar di atas bambu anyaman yang telah halus dilapisi saripati singkong kering. Tangan itu membentuk bulatan kecil serupa biji salak selagi kukusan masih hangat. Saat ku coba, ah bukan hangat lagi, itu panas sekali. Apa telapak tangan mereka sudah tebal dan kebal?

Panjang prosesnya hingga menjadi sebuah kudapan ringan khas dari desa kami. Ondol namanya, rasanya gurih, teksturnya kenyal. Ini bukan hanya makanan, tapi kumpulan suasana, kenangan, waktu bersama, dan angan masa depan. Gigitan pertama di dalamnya ikut tertelan rasa kampung halaman. Selalu cukup, tidak berlebihan pun kekurangan.





Resep Tradisional Suku Moi, Papua Barat Daya

Oleh: Alsa

Bahan

- Daun gedé 15g
- Dumlas (daun aromatik) 1g
- Kayu Bawang/Gisik - Kisik 1g

Alat

- Bambu 1 ruas

Cara Memasak

1. Kebik atau daun gedé dilipat per 3 sampai 4 lembar
2. Daun ditumpuk sampai mencapai 7 gulungan.
3. Selipkan daun dumlas (daun aromatik) di antara gulungan atau dibentuk menjadi pembungkus daun gedé
4. Tumpukan daun dimasukkan ke dalam bambu
5. Masukkan juga gisik kisik (kayu bawang) ke dalam bambu
6. Masak dengan cara bakar bambu di atas tungku api selama 30 menit
7. Setelah masak, hidangkan

Kebik merupakan bahasa Moi untuk daun gedé, sayuran yang tumbuh dan sering dikonsumsi di Tanah Papua. Daun gedé banyak jenisnya, tetapi yang paling sering ditanam di kebun dan ditemukan di pasar adalah yang berbatang putih dan merah. Daun gedé memiliki struktur daun lebar dan berjari-jari.

Secara tradisional, daun gedé dikonsumsi dengan cara bakar bambu seperti yang tertulis di resep. Mengonsumsi daun gedé paling nikmat ketika baru dipetik langsung dari pohonnya. Karena apabila sudah lama dipetik, daun gedé menjadi sedikit berlendir dan harus dicuci terlebih dahulu.

Bumbu yang dipakai untuk memasak daun gedé hanya dumlas atau daun aromatik yang biasa tumbuh di hutan Papua serta Gisik Kisik atau kayu bawang, kulit kayu dengan aroma mirip seperti bawang putih dan bawang bombay. Resep yang sangat simpel ini menjadi bukti bahwa alam Papua telah menyediakan kebutuhan sayuran sehari-hari.

Hari ini, masyarakat Suku Moi sudah jarang memasak secara tradisional seperti ini, terutama mereka yang tinggal di kota. Padahal, cara memasak daun gedé seperti ini sudah sangat nikmat, tidak perlu tambahan micin dan bumbu sintetis lainnya.



Kebik (Daun Gedé) dengan Dumlas

Bahan

- Sagu basah 315g

Alat

- Kaleng bekas 1 buah

Cara Memasak

1. Sagu diayak atau dibersihkan
2. Sagu dimasukkan ke dalam kaleng yang sudah dibersihkan
3. Bakar kaleng di atas bara api selama kurang lebih 15-20 menit
4. Cek kondisi sagu. Apabila sudah mengeras, berarti sudah siap dihidangkan

Sagu di Papua lazimnya dikonsumsi dalam bentuk papeda atau sagu kering. Tetapi, resep ini menunjukkan cara lain memasak sagu yang sedikit berbeda. Resep ini dipraktikkan oleh Oyang Hana Mili, seorang maestro pangan tradisional Suku Moi yang memiliki pengetahuan luas tentang bahan pangan, resep, dan teknik memasak ala Suku Moi.

Yang unik dari resep ini adalah penggunaan kaleng, yang bisa dibilang merupakan material yang relatif baru dibandingkan dengan alat memasak tradisional di dalam bambu atau kulit kayu.



Usut punya usut, Oyang Hana sering memasak sagu kaleng saat ia sedang berkeliling tanah Papua bersama kelompok misionaris dari Belanda.

Kaleng digunakan sebagai wadah memasak yang mudah menghantarkan panas sehingga sagu bisa dimasak dengan waktu cukup cepat dan minim upaya.

Cukup ditaruh dan didiamkan saja di atas bara api, sagu akan berubah tekstur dan warnanya akan menjadi sedikit bening yang menandakan ia sudah matang.

Tekstur sagu akan mengeras dan kenyal ketika digigit. Resep ini menunjukkan akulturasi budaya memasak yang dipengaruhi oleh kedatangan Belanda di Tanah Papua. Dan juga menunjukkan sisi adaptif dari bahan pangan seperti sagu yang menjadi karbohidrat asli Papua.

Sagu Bakar Kaleng



RESEP SINONGGI

Oleh: Sultan Musa

Bahan Utama

- 500 gr sagu
- 5 liter air panas
- 2 potong jeruk nipis

Cara Membuat

1. Larutkan sagu dengan sedikit air dingin agar gampang diaduk, bisa disaring dulu untuk menghilangkan kotorannya. Beri perasan jeruk.
2. Didihkan air lalu siram ke sagu perlahan-lahan sampai tekstur sagu berubah menjadi kental dan lengket.
3. Sajikan sagu bersama "Parende"

Sinonggi : Warisan Rasa dan Cerita Ketahanan Pangan Sulawesi Tenggara

Sinonggi adalah kuliner khas suku Tolaki di Sulawesi Tenggara yang berbahan dasar pati sagu. Nama "sinonggi" merujuk pada proses pembuatannya yang disebut mosonggi, yaitu teknik mengaduk sagu kental menggunakan sepasang sumpit bambu besar.

Bagi masyarakat Tolaki, *sinonggi* bukan sekadar pengganjal perut, melainkan makanan yang sakral. Jauh sebelum beras mendominasi, sagu adalah sumber energi utama masyarakat setempat. Tradisi makan sinonggi bersama (juga disebut *mosonggi*) sering dilakukan dalam lingkaran keluarga besar atau acara adat. Hal ini melambangkan persatuan dan persaudaraan. Uniknya, *sinonggi* tidak disajikan secara individu di piring masing-masing, melainkan diambil langsung dari wadah besar, sehingga menciptakan interaksi sosial yang hangat di antara para penyantapnya.

Makna di Balik Resep (Filosofi Lokal)

Mengolah Sinonggi adalah latihan kesabaran. Air yang digunakan untuk menyiram sagu harus berada pada titik didih sempurna (sekitar 100°C). Jika suhu air kurang panas, sagu tidak akan matang dengan sempurna dan teksturnya akan hancur. Hal ini mengandung filosofi bahwa dalam hidup, segala sesuatu harus dikerjakan dengan persiapan yang matang dan waktu yang tepat untuk mencapai hasil yang solid dan menyatu.

Di balik kelezatannya, sinonggi mencerminkan dinamika pangan yang cukup serius di Sulawesi Tenggara:

1. Pergeseran budaya makan:

Sejak kebijakan swasembada beras nasional dicanangkan beberapa dekade lalu, posisi sagu sebagai makanan pokok mulai tergeser. Sagu sempat dianggap sebagai "makanan kelas dua", padahal secara ekologis, sagu jauh lebih adaptif di lahan basah Sulawesi Tenggara dibandingkan padi.

3. Solusi krisis iklim: Di tengah ancaman kekeringan akibat perubahan iklim, sagu muncul sebagai tanaman yang tangguh. Pohon sagu tidak memerlukan banyak pupuk kimia dan mampu menyimpan cadangan air serta karbon dalam jumlah tinggi, menjadikannya pilar pangan masa depan yang berkelanjutan.

Meski rasa dasar *sinonggi* cenderung tawar, ia akan menjadi hidangan yang luar biasa jika dipadukan dengan pendamping yang tepat:

- **Kuah ikan (palumara):** biasanya menggunakan ikan bandeng atau ikan laut segar yang dimasak dengan bumbu kunyit, sereh, dan asam jawa yang segar.
- **Sayur bening:** campuran sayuran seperti bayam, kacang panjang, atau manisnya jagung pipil.
- **Sambal terasi & jeruk nipis:** Memberikan sensasi rasa pedas dan asam yang menyeimbangkan tekstur kenyal dari sagu.

2. Ancaman lahan sagu: Hutan sagu alami di daratan Konawe dan sekitarnya kini mulai menyusut akibat alih fungsi lahan menjadi pemukiman atau perkebunan sawit. Tanpa perlindungan hutan sagu, bahan baku *sinonggi* asli akan semakin langka dan mahal.



Resep Cinna Cinna & Batte Anjoro

Resep turun-temurun, tinggi protein, dimasak tanpa menggunakan minyak.

Oleh: Eun.

Aku lahir di sebuah desa pesisir Sulawesi Barat, di mana masyarakatnya mengandalkan hasil laut.

Saban hari aku mengamati bagaimana nenekku membuat makanan untuk bekal para nelayan, tanpa bahan pengawet, tahan berbulan-bulan, biasanya dimakan dengan singkong, ubi rebus, sukun rebus.

Sebagai bentuk kepedulian dengan isu pangan, bisa dimulai dari diri sendiri aku akan membagikan resep masakan tradisional dari nenek buyut, yang bisa jadi alternatif di tengah krisis pangan.



Cinna Cinna

Bahan:

- 4 sampai 5 ekor ikan layang ukuran besar
- Merica
- Cabai rawit merah
- Lengkuas
- Bawang merah
- Garam

Cara membuat:

1. Cuci bersih ikan, panggang/kukus 10-20 menit tiriskan tunggu dingin.
2. Pisahkan dari tulangnya kemudian tumbuk kasar.
3. Panaskan wajan, masukkan sedikit santan kental (sebagai pengganti minyak).
4. Tuang semua bumbu yang sudah dihaluskan ke dalam wajan, tunggu sampai wangi, masukkan ikan yang sudah ditumbuk, aduk-aduk sampai 45-60 menit sampai ikannya kering kecoklatan dan menyatu dengan bumbu.

Ps: makanan ini bisa tahan sampai 6 bulan, disimpan di wadah tertutup. Arti dari "cinna-cinna" dalam bahasa suku Mandar Sulawesi Barat adalah "ngiler/menggugah selera"

Ada lagi yang menarik, tidak menggunakan api dan minyak, tapi dengan teknik menjemur di bawah sinar matahari.

Batte Anjoro

Bahan:

- Kelapa parut
- Sereh
- Lengkuas
- Cabai rawit merah
- Cabai rawit keriting
- Garam

Cara membuat:

1. Semua bahan dijemur, kecuali garam, sampai benar-benar kering, bisa 1-3 hari.
2. Masukkan semua bahan yang sudah kering lalu tumbuk / blender, terakhir tambahkan garam secukupnya.

Ps: Makanan ini bisa tahan 8-9 bulan.



Resep Perkedel Kulat Taon

Oleh: Restiana Purwaningrum

Bahan:

- 100 gram kulat taon segar (jika kering, rendam hingga lunak)
- 1 butir telur ayam
- Tepung secukupnya, sebagai pengikat
- Minyak goreng secukupnya

Bumbu halus:

- 3 siung bawang merah
- 2 siung bawang putih
- Garam secukupnya
- Penyedap rasa (opsional)

Cara membuat:

1. Rendam kulat taon hingga lunak, lalu tiriskan (tidak perlu dicincang).
1. Campurkan kulat dengan bumbu halus.
2. Masukkan telur, aduk hingga semua bahan tercampur.
3. Tambahkan tepung secukupnya, aduk rata.
4. Panaskan minyak, lalu ambil adonan dengan sendok dan langsung goreng.
5. Goreng hingga matang dan keemasan, kemudian angkat dan tiriskan.



Tidak semua orang punya kesempatan untuk menyadari bahwa apa yang kita makan sehari-hari bisa menjadi sesuatu yang politis. Aku termasuk salah satu yang beruntung bisa memahami itu. Karena itu, setiap kali ditanya apa makanan lokal favoritku, jawabanku selalu sama, perkedel kulat taon.

Di kampungku di pedalaman Sintang, Kalimantan Barat, orang-orang menyebut jamur sebagai *kulat*. Kulat taon adalah jamur musiman yang tumbuh di batang-batang kayu lapuk di hutan, dan hanya muncul saat musim hujan. Ia tidak selalu ada, tidak bisa dipanen kapan saja, dan hanya hadir ketika alam mengizinkannya.

Aku masih ingat, di kampung, ada inai-inai yang *berageh* (berjalan kaki berkeliling membawa hasil hutan). Dari merekalah mamaku biasanya membeli kulat taon. Dari tangan ke tangan, dari hutan ke dapur, kulat itu sampai ke rumah kami.

Kulat taon bisa diolah dengan banyak cara, mulai dari dimasak santan, disambal dengan ikan teri, atau dijadikan lauk sederhana. Tapi di rumah kami, yang paling disukai adalah menjadikannya perkedel. Rasanya gurih, bahkan sering dibilang mirip daging.

Dulu aku hanya menikmati rasanya. Tapi sekarang aku mulai memahami, mengolah kulat menjadi perkedel bukan sekadar soal selera. Ini juga upaya sederhana untuk mendekatkan pangan musiman ke lidah generasi sekarang, yang terbiasa dengan rasa yang lebih kuat dan praktis.

Karena itu, setiap ada kesempatan, aku selalu ingin mengenalkan perkedel kulat taon. Saat teman-teman berkunjung ke rumah, aku akan memasaknya jika memungkinkan, sebagai cara bercerita bahwa makanan ini enak, bahwa ia layak dicintai, dan bahwa keberadaannya sangat bergantung pada ekosistem di sekitarnya.



**Sebab selama hutan masih ada,
selama itu pula kita masih bisa
menikmati perkedel kulat taon.**

Rawon Yang Melawan Kapitalisme

Oleh: Ochocicco-ochocicco

Sudah lama sekali aku kepengen makan rawon buatan sendiri dan hari Minggu kemarin baru diberikan kekuatan untuk mengeksekusi keinginan ku itu. Ku pikir, bumbu dan cara masakanya sulit dicari dan prosesnya ribet. Di referensi resep yang kulihat, banyak sekali tercantum bumbu instan rawon siap pakai. Insecureku, jangan-jangan perlu bumbu yang gak ada di pasar, harus beli di supermarket, atau bumbunya impor dari negara lain, atau kalau gak pakai bumbu instan bisa keracunan karena salah memperlakukan kluwek, tapi ternyata salah besar.

Akhirnya jadi pertanyaan, kenapa yang sesimpel ini pun kita masih butuh yang instan buatan pabrik? Kita benar-benar butuh bumbu instan ini atau kita cuma termakan iklan kapitalisme?? Proses memilih bahan bumbu yang baik, mengupas dan mencucinya, memastikan tidak ada kotoran pada bumbu kita, menghaluskannya dengan cobek dan munthu sampai memastikan tekstur bumbu cukup baik untuk dimasak, hilang seketika.

Tidak, aku bukan orang suci yang mengharamkan bumbu instan masuk dapurku, ini hanya refleksi diri yang tiba-tiba muncul..

Kebetulan saja proses ku lebih hemat sedikit waktu karena aku pakai daging kurban yang terlebih dahulu diolah oleh ibu ku. Dagingnya sudah empuk, tidak perlu dimasak lama-lama lagi. Bumbunya juga tidak perlu beli di pasar lagi karena ternyata bisa pakai stok dasar perbumbuan khas dapur perempuan Indonesia. Berbekal kluwek yang sudah kusimpan sejak selamanya lalu, jadilah lauk bergizi teman nasi hangat yang nikmat. Aku juga pakai labu siam dan wortel yang ternyata cocok-cocok aja tuh masuk ke rawon.

Ini cara buatnya:

1. Prep daging, rebus sampai empuk, air kaldunya jangan dibuang, (*personally*, aku suka kuah yang asat atau sedikit, jadi pakai airnya gak banyak).
2. Potong-potong kecil daging seukuran nyaman ketika dikunyah.
3. Lalu prep labu siam dan wortel, potong, banyaknya kira-kira ikut jumlah orang yang makan.
4. Ulek halus 3 bamer, 6 baput, sedikit kunyit, banyak ketumbar, banyak merica dan kluwek 2 butir.
5. Dengan sedikit minyak, bumbu halus ditumis bersama bumbu aromatik lengkuas, salam, daun jeruk. Tumis semua bumbu ini sampai matang.
6. Lalu masukkan bumbu matang ke kuah kaldu daging yang kita buat tadi.
7. Setelah air mendidih, masukkan labu dan wortel sampai kelihatan agak layu.
8. Lalu masukkan daging yang sudah dipotong.
9. Tunggu sampai semua kelihatan menyatu, beri garam sesuai selera (dan micin kalau mau).

Bisa dikatakan matang setelah labu dan wortel empuk. Paling enak disajikan dengan bawang goreng dan nasi hangat. Tapi tidak mengurangi kenikmatan jika disajikan dengan ubi atau kentang kukus sebagai karbohidrat pengganti nasi. Sambalnya, sambal tempe simpel dari cabai keriting, cabai rawit, bawang putih, garam, ulek bersama dengan tempe goreng. Bisa ditambah tomat dan terasi jika suka, lalu tumis sebentar atau tidak ditumis juga tidak papa,

you're the chef!
you're the chef!
you're the chef!
you're the chef!

Kuah rawon yang berpadu dengan sambal tempe simpel dan saliva di mulut bikin kepala auto manggut manggut rasanya nyaman dan

cocok.



Resep Becek Alternatif

(Tentang Ingatan Rasa, Keluarga dan Warisan Bertahan Hidup)

Oleh: *merganekarena*

Halo, salam kenal.

Dalam zine bertema Politik Rasa ini, aku ingin menuliskan sebuah resep warisan turun-temurun dari nenekku, yang kemudian diturunkan kepada ibuku dan sampai akhirnya diajarkan kepadaku. Bukan sekadar tentang cara memasak, tetapi juga tentang bagaimana racikan rasa dibentuk oleh sebuah kondisi sosial.

Menu ini bernama Becek, resep turun-temurun yang berakar dari masyarakat Purwodadi, Grobogan, Jawa Tengah. Menggunakan daging Kerbau sebagai bahan utamanya yang kemudian diolah menjadi sajian sup berbumbu rempah dengan cita rasa asam pedas yang khas. Dalam konteks budaya, pilihan bahan ini merepresentasikan kekayaan, perayaan, akses terhadap sumber daya tertentu. Namun, dalam realitas keluargaku, daging kerbau bukanlah sesuatu yang mudah dijangkau. Harga dan ketersediaan bahan baku membuatnya seperti menjadi simbol jarak status sosial yang dihadirkan di meja makan sehari-hari.

Dari situlah, nenekku beradaptasi mengganti bahan utama yaitu daging kerbau dengan bahan yang lebih terjangkau dan mudah didapatkan dari kebun sendiri seperti kluwih atau terkadang juga dengan buah nangka muda, tanpa benar-benar meninggalkan jejak rasa untuk diwariskan kepada anak cucu.

Pada akhirnya resep ini bagiku, bukan hanya soal mengganti bahan. Ia adalah bentuk negosiasi antara tradisi dan keterbatasan, antara ingatan rasa dan realitas ekonomi.

Di sinilah politik rasa bekerja dalam keputusan-keputusan kecil di dapur, dalam upaya mempertahankan identitas lewat cara yang paling memungkinkan, dan dalam kreativitas yang lahir dari keterbatasan.

Kalau menurut kalian sendiri bagaimana?

Lagi-lagi memang benar, rasa tidak pernah netral. Ia membawa cerita tentang kelas sosial, akses, dan cara manusia bertahan.

Mari memasak..

Bahan dasar:

Bisa menggunakan kluwih atau nangka muda, terserah mana yang paling mudah didapatkan, ya.

Cuci bersih kemudian rebus sampai agak layu terlebih dahulu, lalu tiriskan. Proses ini bertujuan untuk menghilangkan sisa rasa pahit dari getahnya.



Bumbu Ulekan:

Bawang Merah, Bawang Putih, Cabai, Ketumbar, Kemiri, Daun Salam, Laos, Kencur, Garam, Gula Pasir (sesuai selera).

Tumis bumbu ulekan terlebih dahulu, tambahkan air untuk kuah banjir secukupnya, lalu masukkan bahan utama yang sudah direbus sebelumnya.



Untuk rasa asam yang menjadi khas masakan ini, nenekku biasa menggunakan daun kedondong atau kadang juga asam jawa, tergantung apa yang ada. Dari bahan utama seperti di atas tadi, ibuku biasanya menambahkan irisan wortel dan tomat. Selamat mencoba.





Papeda dan Ikan Kuah Kuning Versi Jawa

Oleh: Rifky John Mbranjang

Saat usia saya sekitar 12 tahun atau sekitar 8 tahun silam, menonton televisi dengan acara-acara memasak atau ekspedisi keliling Indonesia merupakan hal yang paling saya senang. Dalam tayangan petualang atau ekspedisi ke daerah-daerah di Nusantara, pasti ada segmen memasak dan makan makanan lokal khas daerah tersebut, dan itu yang paling saya nantikan. Makanan khas pelosok Nusantara yang belum pernah saya coba bahkan lihat sekalipun selalu membuat saya penasaran. Rasanya ingin sekali mencicipi atau mencoba memasaknya, sangat menggoda!

Beberapa kali saat saya melihat tayangan ekspedisi ke daerah Papua, saya selalu dibuat penasaran dengan masakan bernama papeda dengan ikan kuah kuning. Berbahan dasar sagu yang menjadi salah satu sumber karbohidrat warga Papua, dipadukan dengan kuah kuning dan ikan segar, membuat saya tak berhenti menelan ludah ketika membayangkan lezatannya.

Kemudian terlintas pertanyaan di dalam benak saya, kira-kira bisa nggak ya saya mencoba memasaknya? Tapi kan di Jawa nggak ada sagu.

Kalau ikan sepertinya banyak, tapi terkadang saya juga heran kenapa ikan masih saja mahal, padahal daerah saya tinggal tidak terlalu jauh dari pesisir. Lantas saya teringat dengan bubur singkong atau “jenang telo” saya menyebutnya dalam bahasa sehari-hari, adalah makanan yang sering saya jumpai di daerah tempat saya tinggal.

Biasanya disajikan dengan gula merah yang dicairkan dan larutan santan. Teksturnya mirip sekali dengan papeda secara kasat mata, kalau rasanya saya tidak tau pasti apakah juga sama karena belum pernah mencoba sama sekali. Nah, *jenang telo* itulah yang memantik ide saya untuk membuat papeda dengan ikan kuah kuning versi Jawa, *hehehe*.

Karena saya memilih singkong sebagai bahan baku? Karena singkong adalah bahan pangan dan sumber karbohidrat yang familiar di daerah saya sejak dahulu. Menurut pengamatan saya, singkong sudah menjadi sumber karbohidrat selain nasi yang mendominasi konsumsi warga di sekitar lingkungan saya. Selain itu, bahan baku singkong mudah ditemui dengan harga yang relatif murah.



Ikan kuah kuningnya pun saya masak versi masakan Trenggalek, tempat saya tinggal. Tidak seperti ikan kuah kuning yang menggunakan ikan segar dan sentuhan rasa asam tanpa santan, masakan ikan khas Trenggalek ini menggunakan ikan pari atau tuna asap yang diolah dengan santan kental dan rasa pedas yang dominan.

Biasanya disajikan dengan nasi putih atau sego tiwul, namun kali ini saya bereksperimen memadukannya dengan jenang telo tadi. Dan ternyata papeda dan ikan kuah kuning versi Jawa ini lumayan lezat juga, setidaknya sedikit mengobati rasa penasaran saya pada masakan versi asli khas Papua.

Di bawah ini saya bagikan resep beserta langkah-langkah memasak papeda dan ikan kuah kuning versi Jawa. Barangkali bisa dijadikan referensi baru untuk teman-teman yang juga gemar memasak atau bereksperimen dengan masakan. Atau sekedar ikut penasaran dengan rasanya, tidak salah juga untuk mencobanya.

RESEP IKAN ASAP KUAH KUNING FT BUBUR SINGKONG

Bahan-bahan

- Singkong
- Air
- Minyak
- Ikan asap
- Terong hijau bulat
- Cabe rawit hijau
- Bawang merah
- Bawang putih
- Ketumbar
- Sereh
- Daun jeruk
- Daun salam
- Jahe
- Kunyit
- Lengkuas
- Garam
- Gula
- Penyedap
- Santan

Cara Pembuatan

Bubur Singkong

- Cuci bersih singkong kemudian parut sampai halus. Jangan lupa untuk merendam singkong selama semalam, hal ini bertujuan untuk menghilangkan sianida alami yang terkandung pada singkong.
- Panaskan 250ml air kemudian masukkan parutan singkong tadi. Masukkan 1 sendok makan garam, lalu aduk sampai bubur mengental dan berubah warna menjadi sedikit bening. Matikan api

Ikan Asap Kuah Kuning

- Haluskan cabe rawit, bawang merah, bawang putih, ketumbar, jahe, dan kunyit sampai halus. Bisa menggunakan chopper atau bisa menggunakan ulekan untuk hasil yang tidak terlalu halus.
- Panaskan minyak lalu masukkan sereh dan lengkuas yang sudah dimemarkan beserta daun jeruk dan daun salam. Juga masukkan bumbu yang sudah dihaluskan, tumis sampai bumbu matang dan mengeluarkan aroma wangi.
- Masukkan ikan asap dan terong, aduk sebentar dengan bumbu sampai merata. Kemudian masukkan santan. Tambahkan garam, gula, dan penyedap, aduk dan tunggu sampai mendidih
- Selagi menunggu mendidih jangan lupa untuk aduk masakan agar santan tidak pecah. Masak sekitar 30 menit terhitung sejak masakan mendidih, sampai santan sedikit menyusut.
- Sajikan dengan cara menuangkan kuah beserta ikan pada sepiring bubur singkong yang sudah dingin, mirip seperti penyajian papada orang Papua.

Selamat mencoba!

SINONGGI, RINDU YANG TAK PERNAH SIRNA

Oleh: Sultan Musa

akulah Sinonggi yang kau nikmati
nama yang dibawa paduan sagu dan air panas
bernyawa dalam indahnya adukan
menari dalam sebuah proses
rerantai jalan luhur
yang tak pernah henti
....bagian dari tradisi

akulah Sinonggi syair rindu
telah kau dapati tak pernah pudar
sungguh meringkuk seteduh pesan
mengingatkan binar pelipur
perihal pesan Ina - Mamak
*'bisa jadi awalnya bermusuhan
ternyata saling berkawan'*

Sinonggi tak pernah sirna
dan tak pernah hilang,
terbalut waktu mendekap tulus
selalu menemukan paduan citarasa
terhubung di ujung hari

-2025

***Sinonggi**, atau songgi adalah makanan khas etnik Tolaki yang kini dinikmati luas oleh masyarakat Sulawesi Tenggara terbuat dari sari pati sagu. Nama sinonggi dipercaya berasal dari kata posonggi atau o'songgi, yaitu alat seperti sumpit dari bambu sepanjang sekitar sepuluh sentimeter yang digunakan untuk menggulung dan mengambil sagu kental dari wadah saji. Di Sulawesi Selatan dikenal dengan nama kapurung dan kepulauan Maluku disebut papeda*

Instagram:
@resister.id
@bentalarakyat

Profil Kontributor

Amelia Puhili

seorang perempuan adat dari Papua Barat, bekerja sebagai Peneliti dan Juru Kampanye di Yayasan Pusaka Bentala Rakyat. Ia berfokus pada pemberdayaan perempuan dan etnoekologi masyarakat adat, mendukung kelompok-kelompok seperti perempuan Moi di Sorong dan perempuan Wambon Kenemopte di Boven Digoel. Amelia membagikan pengetahuan mengenai hak-hak perempuan dan kehidupan berkelanjutan.

Selain itu, ia terlibat dalam gerakan penolakan bendungan di Papua Barat dengan mengadvokasi penolakan terhadap proyek bendungan Mamberamo Raya karena berpotensi menyebabkan etno-ekosida. Melalui kerja-kerjanya, Amelia turut berkontribusi dalam memperjuangkan kehidupan masyarakat di Papua Barat.

Dian Prawitasari

kamu bisa memanggilku didi. Aku adalah pengagum Pom Poko, karya Hayao Miyazaki. Sejak dua tahun lalu, aku seperti terlahir kembali dan bertumbuh dengan manusia kecil bernama Ohara.

Alsa

adalah seorang praktisi multidisiplin dengan latar belakang di bidang desain, budaya, dan komunikasi. Ia memiliki ketertarikan dengan bidang kedaulatan pangan, biocultural diversity, serta kearifan masyarakat adat Nusantara. Ia menginisiasi Kolektif Lumbung Sagu yang fokus mendokumentasikan dan mengeksplorasi pengetahuan lokal ekologis terkait pangan dan budaya di wilayah Papua Barat Daya.

Selain itu ia juga terlibat aktif dalam wirausaha sosial, Sinagi Papua, yang bekerja sama dengan masyarakat adat Suku Moi untuk membuat produk-produk pangan khas Papua berdasarkan tradisi leluhur. Alsa juga mendirikan Boja Bakehouse di Jakarta yang aktif berkreasi dan berinovasi dengan berbagai bahan pangan Nusantara.

Tanpa Penguat Rasa

Aku seorang ibu muda yang memilih kembali ke desa tempat masa kecilnya yang menyenangkan. Aku ingin anak-anakku tumbuh dengan pengalaman rasa yang sama, minim penguat rasa, minim polusi, dan jauh dari tembok-tembok tinggi.

Sultan Musa

Samarinda Kalimantan Timur. Menyukai dunia menulis dan melakukan perjalanan ke berbagai pelosok lalu dituangkan dalam berbagai karya tulisan. Adapun Instagram : @sultanmusa97

Eun.

Pernah menempuh pendidikan seni rupa, home baker, ngajar lukis privat, kontributor pameran di beberapa kota di Indonesia.

Restiana Purwaningrum

Penulis novel dan pekerja kreatif berbasis di Kalimantan Barat. Sejak 2019 aktif pada isu konservasi, sosial budaya, dan masyarakat adat. Menginisiasi Tempayan Project untuk mengarsipkan pengetahuan dan kebudayaan lokal.

Ochocicco-ochocicco

Termasuk dalam individu yang bingung. Merasa berada di antara maju, menyerang, dan (bisa saja) mati, atau (bisa saja) hidup namun diam di tempat.

merganekarena

Seorang perempuan biasa yang sedang mengejar banyak ketertinggalan.

Rifky John Mbranjang

Warga cemas terdampak tambang emas.



BABAK 2

Ruang Permenungan

ZINE POLITIK RASA



Dijual Negara

Oleh: Munir

Bagi saya bencana di Indonesia (spesifik pada hutan) tidak berangkat dari ruang kosong, namun disebabkan oleh maraknya pengalihan hutan menjadi lahan tambang maupun lahan sawit. Kita saksikan sendiri di depan mata kita semua akan persoalan yang seharusnya negara bisa bertindak secara agresif untuk mencegah ini semua, namun justru negara berperan aktif untuk terlibat merusak hutan Indonesia.

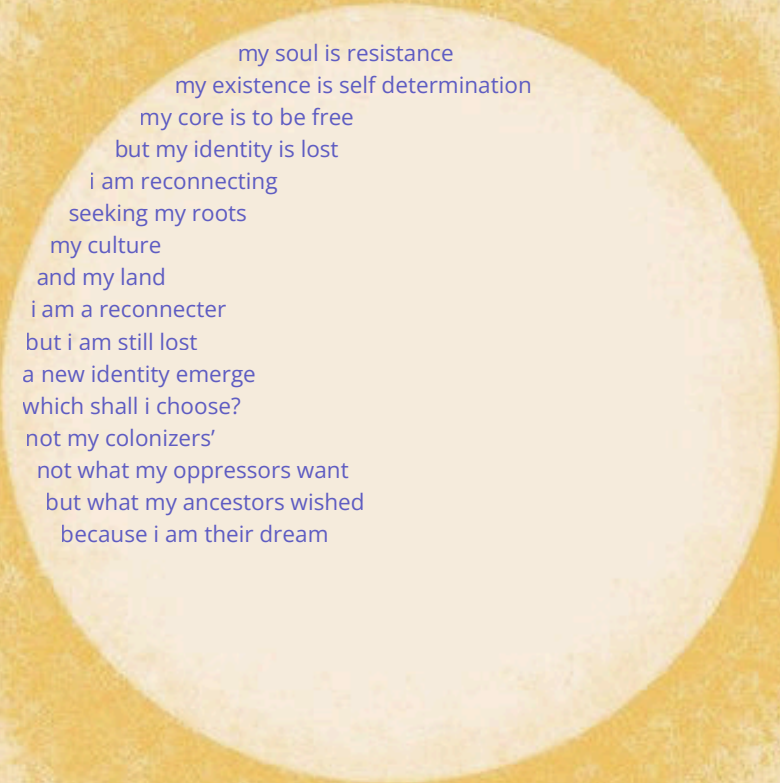
Karya ini berangkat dari kegelisahan saya terhadap bencana Banjir di Sumatra, dan tentunya wilayah lain di Indonesia yang terdampak dari kerusakan hutan oleh sebagian elit politik Indonesia.

Kerusakan hutan berpengaruh sangat besar terhadap pasokan pangan alami masyarakat adat, rantai makanan alami terputus dan menjadi siklus yang buruk bagi banyak makhluk (selain masyarakat adat), hal inilah yang menjadi dasar dari karya ini. Saya meletakkan kepala Zulhas sebagai promotor perusak lingkungan, sebab di era SBY dia menjadi menteri lingkungan (kalau tidak salah) dan di era SBY terjadi ugal-ugalan perusakan hutan di Indonesia hingga sampai pada Jokowi & Prabowo.



Oleh: Munir

[Media Instalasi Kayu + Besi]



my soul is resistance
my existence is self determination
my core is to be free
but my identity is lost
i am reconnecting
seeking my roots
my culture
and my land
i am a reconecter
but i am still lost
a new identity emerge
which shall i choose?
not my colonizers'
not what my oppressors want
but what my ancestors wished
because i am their dream

reconnect

DD - 17 October 2024



Dari Rempah ke Nastar: Mana yang Benar-Benar Milik Kita?

Oleh: Suci Prasasti

Pangan dan makanan bukan sekedar sesuatu yang hanya dikonsumsi. Bagiku, pangan dan makanan lebih dari itu. Keduanya menyimpan memori dan dapat menjadi penanda sebuah momentum, yang paling dekat ialah beberapa waktu lalu saat momen Lebaran Idulfitri.

Nastar misalnya, ialah makanan yang hampir ada di setiap rumah saat lebaran, tapi apakah kehadiran nastar benar-benar diwariskan dari apa yang benar-benar menjadi akar kita?

Aku lahir dan tumbuh di Pulau Bacan, Maluku Utara, tempat yang menjadi pusat perdagangan rempah-rempah pada masanya. Pala dan cengkih, pangan yang tidak hanya menjadi komoditas tetapi juga identitas. Sayangnya itu semua dirampas, diperdagangkan lalu dikembalikan dalam bentuk yang jauh dari akarnya. Ingin kusebut sebagai bentuk asing tapi entah mengapa rasanya kini begitu alami dan familiar.

Di balik rasa nastar yang manis dan familiar itu, ternyata ia menjadi penanda akan rasa yang telah direkonstruksi secara politis, padahal rasa selalu menyimpan ingatan. Pertanyaannya dari rasa makanan yang kita konsumsi dan hadir dalam momen-momen besar hari ini, ingatan mana yang ingin terus kita simpan, ceritakan, dan teruskan?

Ingatanku soal makanan di momen besar seperti lebaran selalu berputar di nastar dan sop ayam karena keduanya menjadi makanan wajib yang dimasak keluargaku saat lebaran. Berkunjung ke rumah sanak keluarga dan kerabat lainnya bisa dibilang hampir serupa, ada sop ayam atau daging, opor, rendang, dan lagi-lagi kue nastar sebagai sajian wajib yang disuguhkan. Semuanya terasa seperti tradisi, seperti memang seharusnya ada sehingga tak pernah kutelusuri asal-usulnya dan mempertanyakan sejak kapan ini menjadi milik kami.

Kesadaran akan pertanyaan - pertanyaan tersebut justru datang saat aku tidak di rumah, tidak di Bacan, melainkan di sebuah dusun di Gunung Kidul. Tepatnya di Dusun Siyono saat mengikuti *Tour De Ngalas* Edisi Riyaya oleh Sedusun, sebuah laboratorium yang dibuat untuk mempelajari apa yang ada di sekitar sana, mencatat, mengarsipkan, hingga melestarikannya.

Sedusun memperlihatkan bagaimana mereka memperlakukan pangan lokal bukan hanya sebagai pilihan konsumsi tetapi sebagai bentuk ingatan yang akan terus menjaga mereka agar tak terputus dari akarnya. Saat itu ketika kami bersantai usai melaksanakan tur apem disajikan sebagai *special activity* karena Edisi Riyaya atau Edisi Hari Raya. Mereka menceritakan mengenai makna apem atau ngapem yang selalu disajikan menjelang dan saat hari raya sebagai simbol permohonan ampun dan silaturahmi serta kebahagiaan bersama bagi masyarakat Gunung Kidul.

Usai mendengar cerita tersebut, seseorang bertanya padaku "lalu bagaimana dengan daerahmu? Biasanya kalau lebaran apa yang disajikan?" Aku terdiam sejenak lalu menjawab singkat "sop ayam dan nastar". Jawaban yang terasa kosong bagi diriku sendiri. Tak ada cerita di baliknya, tak ada pangan lokal kami yang disajikan di hari besar itu selain cengkeh yang ikut sebagai campuran dari bumbu sop, tapi bukan sebagai bahan utama yang kadang ditambahkan tetapi tak ada pun tak jadi soal.

Pertanyaan tersebut membuatku merenung, apakah benar itu semua adalah milik kami sejak awal? Atau itu hanya sesuatu yang sudah terlalu lama kami anggap sebagai milik kami, padahal bisa jadi itu semua adalah hasil dari pengaruh kolonialisme yang telah merubah ingatan rasa kami.

Nastar misalnya, tidak dapat dilepaskan dari pengaruh kolonial Belanda, baik dari teknik pembuatan, penggunaan mentega, hingga praktik baking itu sendiri. Sop, dalam banyak variasinya, juga merepresentasikan adaptasi dari kuliner Eropa yang kemudian dilokalisasi. Kehadiran makanan-makanan ini dalam perayaan lebaran menunjukkan bagaimana kolonialisme tidak hanya mengintervensi ekonomi dan politik, tetapi juga ruang domestik dan ritual kultural.

Di Bacan, yang secara historis merupakan pusat rempah-rempah, kami justru kehilangan keterhubungan antara identitas kami. Rempah tidak lagi menjadi pusat narasi, melainkan sekedar bahan tambahan yang kehilangan makna simboliknya. Dalam konteks ini, pengalaman di Sedusun membuka kemungkinan lain bahwa pangan lokal dapat menjadi medium untuk mengingat kembali, makanan bisa menjadi arsip hidup yang menyimpan nilai, sejarah, dan relasi manusia dengan alam.

Namun, alih-alih memberikan jawaban, pengalaman tersebut justru melahirkan kegelisahan. Kegelisahan bahwa selama ini aku telah mengonsumsi tanpa memahami, mewarisi tanpa pernah benar-benar memiliki dan rasa yang aku anggap sebagai bagian dari identitasku mungkin adalah hasil dari sejarah yang tidak kusadari.

Kegelisahan ini penting, karena ia membuka ruang untuk mempertanyakan kembali apa yang selama ini dianggap sebagai “tradisi”. Ia mendorong untuk melihat bahwa meja makan bukan hanya ruang makan dan berkumpul, tetapi juga ruang politik, tempat di mana sejarah dinegosiasikan dan identitas dibentuk ulang. Dengan demikian, upaya untuk kembali pada pangan lokal bukan semata-mata untuk meromantisasi masa lalu, tetapi juga sebagai bentuk perlawanan atau resistensi terhadap warisan kolonial yang masih hidup dalam keseharian.

Pada akhirnya, pertanyaannya bukan lagi sekedar “apa yang kita makan?” melainkan “sejarah siapa yang kita telan setiap kali kita makan?” dan “rasa mana yang sebenarnya kita sebut sebagai milik kita?” Di antara pertanyaan-pertanyaan itu, mungkin jalan pulang bisa kembali ditemukan bukan hanya kepada pangan dan makanan, tetapi juga pada ingatan dan cerita, karena rasa selalu menyimpan ingatan.



Mie Ayam dan Simbol Resistensi: Makan Apa Kamu Hari Ini?

Oleh: Blauer Himmel

Kota Makassar seperti banyak kota besar lainnya, hidup di atas ketimpangan yang telah dinormalisasi dari waktu ke waktu. Kota Makassar memproduksi ilusi mobilitas sosial sembari secara diam-diam mengukuhkan struktur yang tidak berpihak pada kami yang datang dari pinggiran. Dari luar, kota ini menjual mimpi tentang peluang dan kenaikan derajat hidup. Tapi di baliknya, ada aturan tak kasat mata yang memastikan hanya sebagian orang yang benar-benar bisa naik, sementara sisanya tetap berjalan di tempat.

Bagi kami yang datang dari pinggiran, ruang hidup seringkali hanya selebar kamar kosan, dengan dinding tipis, udara panas, dan suara kendaraan yang tak pernah berhenti. Waktu habis untuk bekerja, berdesak-desakan di angkutan umum, atau mengantre demi urusan sehari-hari. Fasilitas layak seperti dapur bersih, kulkas, atau tempat makan yang nyaman adalah kemewahan yang jarang bisa dinikmati. Dalam keadaan seperti itu, pilihan makanan bukan sekadar soal rasa, tapi juga cermin dari dimana kami berada dalam struktur sosial.

Mie ayam yang murah bukan karena kemurahan hati sistem yang bekerja saat ini. Tetapi, karena ada rantai tenaga kerja yang diperas sedemikian rupa agar mie ayam itu bisa dijual seharga belasan ribu rupiah.

Pedagang-pedagang yang saya temui kerap tidak memiliki izin resmi, mengandalkan gerobak atau tenda kecil yang sewaktu-waktu bisa diusir atau digusur.

Jaringan informal pedagang kaki lima inilah yang menjadi penyokong makanan murah bisa bertahan di tengah himpitan biaya hidup, ruang kota yang sempit, dan waktu yang serba terbatas. Ironisnya, akses terhadap makanan murah bukan pertanda keterjangkauan tapi justru tanda bahwa sistem ekonomi dan sosial tidak mampu menyediakan kehidupan yang layak. Mie ayam menjadi simbol dari kompromi kelas bawah terhadap ketidakadilan yang terus-menerus dibiarkan.

Di restoran mewah, mie ayam bisa tampil dengan harga tiga kali lipat berkisar antara Rp50.000 - Rp120.000, dihidangkan dalam mangkuk estetik dengan tambahan topping- topping yang menyamar sebagai bentuk penghormatan terhadap makanan rakyat. Banyak orang, termasuk saya, membawa beban pikiran yang tidak selalu bisa diungkapkan tentang kegagalan, kesepian, dan kekhawatiran yang menumpuk.

Mie ayam menjadi pengalihan dalam sebuah bentuk 'istirahat' dari kerasnya kehidupan. Dan ketergantungan pada makanan seperti mie ayam adalah bentuk adaptasi terhadap tekanan hidup yang kronis.

Mahasiswa, buruh, pengemudi ojek, mereka semua hidup dalam tekanan terus-menerus, terutama tentang finansial. Tidak semua orang punya waktu atau akses untuk terapi, refleksi, atau *healing* yang sering gemborkan oleh kalangan yang beruntung secara ekonomi. Menyantap mie ayam barangkali untuk memberi kekuatan bertahan satu hari lagi.

Dalam kacamata kesehatan masyarakat, mie ayam mengandung zat gizi dari minyak dan ayam. Seporsi mie ayam mengandung lemak sebesar 16,5 gram, kolesterol sekitar 105 mg, dan protein sebesar 18 gram. Karbohidratnya mencapai 51 gram. Konsumsi kolesterol secara berlebihan berdampak tidak baik bagi kesehatan karena dapat menimbulkan hiperkolesterolemia dan membentuk plak di pembuluh darah. Dengan kandungan ini, mie ayam adalah makanan tinggi energi namun rendah serat dan mikronutrien penting. Mie ayam yang dikonsumsi berulang dalam kondisi kekurangan gizi lainnya berpotensi memperkuat kerentanan terhadap penyakit metabolik.

Statistik nasional mendukung urgensi ini. Riskesdas (2018) mencatat bahwa 19,6% masyarakat Indonesia mengalami obesitas, dengan angka tertinggi di kota besar. Riset dari GAIN Indonesia juga mengungkapkan bahwa hanya 21% masyarakat berpenghasilan rendah di kota mampu membeli bahan makanan segar secara rutin.

Mapid (2021) menambahkan bahwa individu cenderung memilih makan berdasarkan ketersediaan gerai makanan di lingkungan mereka. Lingkungan berpendapatan rendah memiliki kepadatan restoran cepat saji dan toko kelontong yang menyediakan makanan siap saji lebih tinggi dibanding wilayah berpenghasilan tinggi. Faktor lingkungan, termasuk lokasi tempat tinggal, menjadi faktor penting dalam studi aksesibilitas makanan.

Laporan dari Kementerian Kesehatan RI tahun 2022 menunjukkan bahwa penyakit tidak menular (PTM) kini menjadi penyebab utama kematian di Indonesia, dan lebih dari 60% PTM berkaitan dengan pola makan yang buruk. Konsumsi tinggi karbohidrat, lemak jenuh, dan rendah serat memperburuk kondisi tersebut.

Dalam kelompok masyarakat berpenghasilan rendah, ketergantungan terhadap makanan cepat saji dan makanan berenergi tinggi namun miskin nutrisi jauh lebih besar. Dalam sistem kelas seperti ini, makanan sehat menjadi simbol kemewahan, bukan hak dasar. Semangkuk mie ayam yang tampaknya merakyat, sebenarnya mewakili keterbatasan akses dan pilihan gizi yang merata.

Analisis ini mengajak kita untuk melihat makanan tidak hanya sebagai objek konsumsi, tetapi sebagai produk sosial yang dipengaruhi oleh relasi kuasa, struktur kelas, dan sistem distribusi sumber daya. Dalam konteks mie ayam, relasi ini tampak pada siapa yang mengakses, siapa yang memproduksi, dan siapa yang mendapatkan keuntungan. Akses masyarakat kelas bawah terhadap makanan sehat semakin terbatas, sementara iklan makanan cepat saji justru tumbuh subur di wilayah miskin.

Kesenjangan ini memunculkan ironi bahwa makanan yang menyelamatkan tubuh sementara, dalam jangka panjang justru memperburuk kualitas hidup. Maka penting bagi kita tidak hanya membicarakan gizi, tapi juga keadilan pangan dan kebijakan sosial yang menyertainya. Ketika sebagian orang bisa memilih menu diet rendah kalori, kelas lainnya hanya bisa memilih antara kenyang atau lapar.

Sistem ekonomi yang menuntut efisiensi dan mobilitas tinggi telah membuat perawatan diri dan sesama menjadi aktivitas mewah. Dalam satu mangkuk mie ayam, terkandung relasi kerja, beban waktu, dan struktur kelas yang semuanya bekerja menundukkan kita dalam kepasrahan yang terus berulang. Mie ayam bukan solusi, tapi simptom dari sistem yang cacat. Mie ayam adalah bentuk cinta dalam kondisi yang tidak adil itu.

Mie ayam hadir karena sistem sosial kita gagal menyediakan makanan layak, gagal menciptakan ruang tinggal yang manusiawi, dan gagal memberi dukungan psikologis yang adil bagi semua. Di balik semua kegagalan itu, mie ayam tetap hadir, memberi kehangatan, pelipur, dan rasa cukup dalam dunia yang terus mengatakan kita tidak cukup.

Mie ayam bukan representasi ideal, tetapi justru karena itulah ia penting karena di tengah kekacauan, ia memberi rasa aman yang bisa dibeli tanpa utang, dinikmati tanpa tekanan, dan dikenang tanpa malu. Cinta dari pedagang yang bekerja keras, cinta dari tubuh kita yang masih mau menerima nutrisi apa pun, cinta dari sesama perantau yang berbagi ruang kecil dan cerita. Tapi cinta ini lahir dari kompromi, dan kompromi itu seharusnya tidak menjadi standar.

Kita harus mulai membicarakan mengapa mie ayam begitu esensial bukan karena ia enak, tapi karena kita tidak punya alternatif yang lebih adil. Sebab, jika ditarik lebih jauh, mie ayam tidak hanya menjadi cerminan atas kondisi individual saya, tapi juga metafora dari relasi kuasa yang membentuk wajah masyarakat urban hari ini. Mie ayam adalah bagian dari sistem distribusi pangan informal yang menyuplai kebutuhan pokok bagi mereka yang berada di luar jangkauan keamanan.

Ketika struktur kota tidak memberi tempat bagi yang kecil, maka mie ayam menjadi simbol resistensi. Kita bisa menyukai mie ayam dan tetap marah atas kondisi yang membuatnya terlalu dibutuhkan. Dan mungkin inilah yang harus terus kita gaungkan bahwa keadilan sosial bukan berarti semua orang bisa membeli mie ayam murah, tapi bahwa semua orang punya pilihan untuk tidak membutuhkannya sebagai satu-satunya opsi.



Ketika Lidah Berseragam

Oleh: Gilang Andretti

Soal memasak, saya mengamini Chef Gusteau, dalam *Ratatouille* (2007) produksi Disney, bahwa, “semua orang bisa memasak”. Tapi soal enak atau tidaknya, itu perkara lain. Tangan dan lidah juru masak lah penentunya. Seperti dengan apik diceritakan Damhuri Muhammad dalam cerpen “Juru Masak”.

Diceritakan racikan tangan dingin Sang Juru Masak, Makaji, adalah esensi. Saya cukilkan sedikit,

Perhelatan bisa kacau tanpa kehadiran lelaki itu (Makaji). Gulai Kambing akan terasa hambar lantaran racikan bumbu tak meresap ke dalam daging (...) Akibatnya, berseraklah gunjing dan cela.

Persoalan yang pasti muncul, ketika kematian menjemput si juru masak. Mencari penerus lantas menjadi keharusan. Saya rasa tidak sesederhana itu, layaknya novel Ahmad Tohari *Ronggeng Dukuh Paruk*, juru masak juga punya “inang” yang saya analogikan seperti ruh. Sialnya, inang tidak melulu jatuh pada darah dagingnya, tapi menitis pada siapapun dan kapanpun.

Konsekuensinya bisa gawat, terlebih bila memasak telah menjadi komoditi. Misalnya, dikomersilkan jadi warung atau rumah makan. Kebangkrotan bisa saja terjadi, jika selera si penerus tidak sama dengan langganannya. Datang sekali, mencoba, lalu pergi untuk tak kembali lagi. Karena taruhannya hidup mati usaha, tak pelak lagi urusan pasar dan lidah haruslah berjalan beriringan. Di sinilah “logika rasa” harus bekerja.

Logika rasa sesungguhnya bukan hal baru. Praktik menjaga konsistensi itu secara gamblang dilakukan industri makanan cepat saji, macam McDonald’s (McD). Berkat kesungguhan itu, 40.000 gerai sukses menyebar di seluruh dunia.

Pada tataran rasa dan kualitas, semua digarap serius. Sampai-sampai Ray Kroc, otak di balik franchise McD berfilosofi, *“We take the hamburger business more seriously than anyone else.”*

Rasa bukan lagi hasil dari kira-kira, semua ada ukuran, takaran, dan standarnya. Setiap gerai diharuskan menyajikan menu sesuai pusat. McD hadir dengan menu andalannya, Big Mac, Cheeseburger, French Fries, dan Chicken McNuggets.

Betapa seriusnya McD saya temukan dalam channel YouTube Stephen Patula. Ia adalah seorang pemilik dan operator restoran McDonald’s di Waterford, Ohio.

Ia Menjadi kondang berkat konten yang mengusung tema “dari balik dapur McD”. Stephen merekam kerja-kerja penyajian makanan yang disediakan oleh gerainya.

Hal ini tampak dari praktik dapur McD—bahkan telur orak-arik pun disediakan dalam kemasan siap tuang. Oleh karena itu, jangan tanya soal daging hamburger atau saus, semua sudah disediakan pusat!

Jika rantai produksi dan distribusi sudah sekuat itu, McD tak akan khawatir bila juru masak *resign*, toh resep tetap tertutup rapat, artinya, meminimalisir kompetitor serupa.

Juga bila juru masak wafat, toh semua bahan tinggal panggang atau goreng saja, beres.

Jika McD adalah contoh logika rasa yang bersifat global, maka dalam skala domestik hadir bumbu instan, baik kering atau basah. Dari sini, mulailah tampak efek samping logika rasa, yakni penyeragaman lidah.

Bumbu instan di Indonesia tidak kurang banyak jumlahnya. Ada puluhan merek dari brand besar sampai rumahan. Misalnya Racik, Sajiku, Bagindo, Bamboe, Sasa, Desaku, Mamasuka, Kobe, Lee Kum Kee, Finna Bumbu Masak, Royco, dan Munik.

Lantas, di mana posisi meracik dan memasak itu kini berada? Bumbu instan saya analogikan seperti buku Sejarah Nasional Indonesia. Buku–yang memang seharusnya–terus dipolemikkan itu, akan memarjinalkan sejarah yang tak sejalan dengan pemerintah.

Begitu pula bumbu instan, ia berpotensi mengerucutkan jenis masakan, yang otomatis mematikan cita rasa khas. Dengan kata lain, ada praktik penyamarataan lidah, ketika rasa distandarkan dan dipabrikasi besar-besaran. Maka terciptalah sayur lodeh cita rasa nasional, sayur asem cita rasa nasional, dan aneka rupa masakan cita rasa nasional lainnya sejauh industri mampu menjangkaunya.

Untuk menggali lebih jauh saya perlu bertanya dan mencari narasumber sekaligus praktisi terpercaya nan tak terbantahkan, Ibu saya. Ibu seorang karyawan swasta, separuh hidup dan sepertiga harinya habis untuk bekerja. Namun, malam atau pagi masih berusaha menyempatkan masak, sesederhana apapun.

Menurutnya, bumbu instan tak lebih ampuh ketimbang paduan rajangan bawang putih, bawang merah, cabai, atau lengkuas pipih habis kena geprek dan daun salam kering. Mama saya lantas tidak langsung anti bumbu instan, biasanya hanya pelengkap, kalau ada bubuhi sedikit.

“Sudah jangan serius-serius mbandingin bumbu instan sama sejarah nasional”, katanya pelan sembari berhenti di belakang saya yang sedang mengetik.

Mustikarasa Bukan Buku Resep Untuk Pemula (dan Korporasi)!

Seorang kawan, sebut saja Rehan, belum lama ini memulai kehidupan rumah tangga. Kebetulan istrinya, Galuh, baru belajar memasak. Mereka membeli *Totole, Saori Saus Tiram, Bumbu Racik Nasi Goreng Extra Pedas*, dan *Sasa Tepung Bumbu Spicy*, ya bisa dikata *starter pack* bumbu dapur ala pasangan muda lah.

“Bumbu instan ternyata memudahkan banget, apalagi buat aku yang *newbie* (baca: pemula)”, kata Rehan menirukan istrinya. Dari rak-rak supermarket sampai bergelantungan di pasar dan toko sayur, eksistensi bumbu instan tak terelakkan lagi hari ini. Target pasar mereka jelas, orang yang sedang belajar atau tak punya waktu untuk memasak.

Hari ini, kriteria pasar bumbu instan cukup banyak, maka penyeragaman lidah terasa makin nyata. Di sinilah, *Mustikarasa* tampil memberi alternatif. Ia hadir menyanggah rasa dan selera industri, meskipun cetakan pertamanya telah terbit tepat 60 tahun lalu. Resep sejumlah 1.650 itu rasa-rasanya sukar ditiru oleh pabrik sampai kapanpun.

Saya contohkan lodeh, yang bumbunya sudah diproduksi massal oleh berbagai merk. Pada *Mustikarasa*, lodeh tergabung dalam “Bagian III Lauk Pauk Basah Berkuah”. Terbentang dari halaman 261-267, lodeh memiliki 12 varian yang dibedakan berdasar bahan dasarnya. Semuanya dimasak dengan bumbu yang berbeda dan bisa dipastikan memiliki cita rasa yang beraneka rupa juga.

Misalnya, lodeh bayam mengandung bumbu yang tidak terduga, yakni jahe dan lada. Saya membayangkan semangkuk bayam layu, tapi hijau segar warnanya, tergenang santan cair panas. Begitu akan menyendokkannya ke mulut, aroma tajam tapi harum menyeruak. Diikuti rasa pedas dan hangat di tenggorokan karena paduan dua bahan itu.

Akan tetapi, *Mustikarasa* juga menyisakan kekusutan sebagai alternatif cita rasa. Resepnya memang komplit, namun tidak dengan langkah memasaknya. Misalnya, kala saya mengolah daging kurban menjadi sate gurih. Resep pada halaman 744-745 itu, menyisakan kerancuan.

Salah satu langkahnya mencampur santan kental, jeruk nipis, dan kecap. Namun, saya tak mengerti untuk apa campuran itu. Apakah dicampur bersama bumbu lain untuk marinasi daging atau jadi olesan ketika daging dibakar setengah matang? Tidak ter jelaskan.

Meski demikian, *Mustikarasa* penting sebagai alternatif, simbol perlawanan atas penyeragaman lidah. Namun, sebagai resep, buku yang diprakarsai Presiden Sukarno itu, ternyata tidak diperuntukkan bagi pemula. Namun, saya belakangan menyadari memasak bukan sekadar resep, tapi kebiasaan dan intuisi.

Nb: Pernah menjadi bahan diskusi dalam komunitas Radio Buku di program Klub Baca pada 29 Juni 2025.

Berkebun untuk Bertahan:

Rumah itu sejak dulu dipenuhi dengan pepohonan. Aku, sebagai anak tidak pernah bertanya mengapa ibu terus menanam sepanjang tahun. Biji-biji selalu berubah bentuk menjadi tanaman kecil yang perlahan menjadi pohon besar tangguh. Kadang aku sempat terpikir, apakah tanah itu tidak pernah lelah memberi kekuatan pada setiap benih untuk tumbuh? Ada sesuatu yang begitu menakutkan dan sulit dijelaskan.

Tiba waktunya kami pindah ke rumah dengan halaman yang sudah disemen. Tidak ada banyak pilihan selain menggunakan pot plastik untuk tetap berkebun. Kegiatan mencangkul tanah perlahan hilang, digantikan dengan menyemai tanaman di wadah-wadah terbatas. Semuanya masih dilakukan, tapi rasanya tidak lagi sama.

Seiring bertambahnya usia, aku mulai sadar bahwa pengalaman seperti itu ternyata tidak semua orang. Tidak semua orang punya tanah, waktu, atau bahkan pengetahuan untuk menanam. Rumah-rumah semakin sempit, halaman hampir tidak ada, dan hidup makin jauh dari sesuatu yang dulu terasa sangat dekat. Ada yang berubah, itulah realitanya. Hal-hal yang dulu aku anggap biasa, ternyata tidak dimiliki semua orang, memiliki rumah dengan halaman yang luas dan subur merupakan sebuah kemewahan hari ini.

Sampai akhirnya ada tempat kosong di dekat rumah yang bisa dipakai untuk menanam bersama. Tanah itu ditanami berbagai macam tanaman. Dari situ cara memahami kemandirian pangan mulai terbentuk. Buatku, bisa menanam sendiri, tahu dari mana makanan datang, dan punya sesuatu yang bisa dipanen adalah kesederhanaan, lagi-lagi bisa jadi kemewahan bagi orang lain.

Tentang Ketahanan Pangan dari Rumah

Oleh: Shalsabilla Shafira

Kemandirian pangan, setelah aku mendalaminya, pemahaman yang diberitakan itu terasa jauh dari apa yang seharusnya. Pemahaman kemandirian pangan selalu terdengar besar dengan istilah swasembada, sementara hal yang paling dasar seperti akses ke tanah saja tidak dimiliki oleh semua orang.

Aku jadi teringat perkataan nenek, “rumah harus ditanami sayuran, cabai, pisang, pelihara ayam dan bebek, kalau ada apa-apa gak repot karena di rumah ada semua”. Sewaktu kecil, itu terdengar seperti nasihat biasa. Tapi sekarang, aku mulai melihatnya sebagai cara untuk *survive*. Ada sesuatu yang bisa dipetik ketika harga naik, ada yang bisa dimakan ketika distribusi terganggu. Dalam kondisi tertentu, hal-hal sederhana seperti itu bukan lagi sebagai tambahan, tapi menjadi penyangga.

Melihat sendiri bagaimana dalam situasi krisis banjir di Sumatra, orang-orang justru kembali ke hal-hal kecil itu. Ketika banjir datang, listrik mati, dan bahan pangan segar sulit didapat, yang bisa bertahan adalah memanfaatkan apa yang ada di sekitar. Cabai yang ditanam di halaman, pisang yang tumbuh di belakang rumah, telur yang bisa dipanen, bahkan ayam yang bisa dipotong. Di situ, ketahanan pangan tidak berasal dari sistem besar, tapi dari hal-hal kecil yang saat ini seringnya dianggap tidak penting.

Di saat yang sama, terlihat bahwa bagaimana kemandirian pangan dibicarakan dalam skala yang sangat berbeda. Negara berbicara tentang swasembada, membuka lahan dalam jumlah besar, bahkan sampai membabat hutan. Tapi anehnya proyeknya tidak menghasilkan apa-apa, seperti ladang singkong di Kalimantan Tengah tepatnya di Kabupaten Pulau Pisau dan Kapuas hanya menghasilkan gagal panen setelah mengalihkan lahan sebesar 30.000 hektare. Setelah gagal, solusi yang diambil adalah mengganti singkong dengan jagung yang ditanam menggunakan plastik polibag.

Ada sesuatu yang terasa janggal. Ketika masyarakat semakin jauh dari tanah, negara justru mendekati tanah dengan cara yang culas, besar-besaran, cepat, dan eksploitatif. Entahlah kemandirian pangan seperti apa yang sebenarnya sedang dibangun negara. Hal yang pasti adalah ketahanan pangan yang ingin dicapai pemerintah tidak membuahkan hasil sama sekali.

Dari apa yang kupahami, kemandirian pangan tidak sebatas soal produksi pangan sendiri, tapi soal akses dan kedekatan. Tentang apakah orang bisa menanam, merawat, dan punya kendali atas apa yang mereka makan. Tapi ketika tidak ada lahan yang bisa diakses maupun ruang itu tidak dimiliki oleh semua orang, lalu kemandirian itu sebenarnya milik siapa?

Mungkin yang paling aneh adalah, hal-hal yang dulu dianggap kecil yaitu berkebun di rumah, justru adalah bentuk ketahanan yang perlahan hilang. Ia tidak pernah benar-benar dibicarakan sebagai sesuatu yang penting, tapi justru muncul ketika keadaan tidak baik-baik saja.

Pada titik itu, aku tidak sedang mengatakan bahwa semua persoalan ini bisa diselesaikan dari hal-hal kecil, apalagi diselesaikan oleh individu. Tentu persoalan ini haruslah diatasi oleh pengampu kebijakan negeri ini, karena skala masalahnya jelas jauh lebih besar. Tapi justru di kondisi seperti ini, mungkin bisa kita, sebagai masyarakat sipil, memiliki cara lain untuk kembali mendekat, meskipun tidak dalam skala besar.

Gerakan kembali mendekat dengan tanah sebenarnya sudah mulai muncul, meskipun masih dalam skala kecil. Beberapa pegiat lingkungan mencoba menghidupkan kembali praktik berkebun bersama, membuka ruang bagi warga untuk menanam, meskipun dihadapkan dengan keterbatasan lahan.

Seperti apa yang dilakukan oleh Rara Sekar dan Ben Laksana melalui #KebunRukun yang mereka mulai dari rumah di Bogor, dan kini dilanjutkan di Selandia Baru menunjukkan bahwa berkebun tidak selalu membutuhkan lahan berhektar. Ia bisa dimulai dari ruang bersama, dari skala kecil, dari upaya untuk saling berbagi.

Dari situ, aku jadi membayangkan kemungkinan lain yang lebih dekat dengan kehidupan sehari-hari. Bagaimana jika praktik seperti ini tidak hanya berhenti sebagai inisiatif individu, tetapi juga bisa hadir sebagai ruang bersama di tingkat desa, dusun, bahkan lingkungan perumahan. Tidak harus luas, tapi cukup untuk memberikan ruang bagi sesama warga memiliki sedikit kendali atas apa yang mereka makan.

Ketahanan pangan justru terasa dekat bagiku, ia diturunkan perlahan dari generasi ke generasi. Dari nenek, ke ibu, lalu ke aku, dalam bentuk hal-hal sederhana seperti berkebun sambil memahami tanah. Saya tidak tahu apakah hal-hal kecil ini bisa menjawab persoalan pangan yang begitu besar hari ini. Tapi setidaknya, ada harapan untuk tetap meneruskannya, agar hubungan dengan tanah tidak benar-benar hilang, dan agar kemandirian itu, sekecil apa pun, masih bisa hidup di generasi berikutnya.

Gemblung, Utek Gethuk! (Kenangan Penjajahan Pangan dari Gigitan Keripik Sukun)

Oleh: Wahyu AO



Foto: Thalia Silfiana

Pada Kamis malam, 24 November 2024, saya ngopi di warkop Ut-Ut Trenggalek. Sebuah warkop dengan tema barang antik dan lawasan. Pemiliknya akrab disapa Mbah Sugeng. Saya sudah beberapa kali ngopi di sini setelah wawancara dengan Mbah Sugeng diterbitkan di media lokal, Kabar Trenggalek. Mbah Sugeng seperti warga desa pada umumnya. Suka mengajak ngobrol pelanggannya, berbagi cerita, hingga berbagi jajanan. Bagi Mbah Sugeng, pelanggan seperti teman, tetangga, atau kerabatnya yang mampir ke rumah.

Pada malam itu, Mbah Sugeng menyuguhkan jajanan untuk menemani obrolan kami. Jajan itu adalah keripik sukun. Saat menggigit keripik sukun dan mengunyahnya, rasanya enak, gurih, dan lebih padat dari keripik lain. Jangan berharap saya menjelaskan detail tekstur, rasa, dan gizinya, karena saya hanya tukang makan jajan biasa.

Itu adalah pengalaman pertama dalam hidup saya memakan olahan sukun. Sebelumnya, saya tahu nama "sukun" dari pondok ngaji Al-Qur'an ketika kecil serta dari nama kecamatan di Kota Malang saat saya kuliah. Saya baru tahu kalau sukun itu buah dari pohon pada 2022 ketika saya mewawancarai Jhe Mukti, salah satu warga Trenggalek yang terlibat melawan tambang emas.

Jhe Mukti bercerita bahwa pada 2015 ia dan Organisasi Masyarakat Speleologi Indonesia aktif berbagi pengetahuan kepada masyarakat, khususnya petani, untuk mengolah dan mengembangkan pertanian, dengan menyesuaikan dengan kawasan ekosistem karst. Mereka juga membuka pasar untuk komoditas-komoditas yang digarap para petani supaya kesejahteraan mereka bisa meningkat.

Aktivitas penelitian dan pengembangan pertanian kawasan karst itu dilakukan di berbagai kota seperti Malang, Tuban, Pacitan, dengan fokus di Trenggalek. Mereka berbagi pengetahuan bahwa ada beberapa komoditas yang bisa dikembangkan di kawasan ekosistem karst dengan topsoil yang tipis, salah satunya adalah pohon sukun.

Jhe Mukti menjelaskan, pohon sukun juga berfungsi sebagai penangkap air yang baik. Akar pohon sukun memiliki lebar belasan meter bahkan sampai 20 meter, dan bisa menyerap banyak air. Oleh karena itu, pohon sukun memiliki kemampuan untuk mencegah tanah longsor dan banjir. Selain itu, ketika pohon sukun berusia 30-40 tahun, akan muncul banyak sumber air di sekeliling pohon sukun. Sehingga, pohon sukun juga bisa mencegah kekeringan.

Sayangnya, waktu itu Jhe Mukti menemukan banyak masyarakat Trenggalek yang belum mengolah pohon sukun dengan baik. Padahal, buah sukun termasuk ke dalam jenis superfood (makanan super) karena memiliki berbagai kandungan nutrisi yang bagus. Akan tetapi, banyak masyarakat yang masih belum mengetahuinya. Sedangkan Pemerintah Kabupaten Trenggalek juga tidak fokus mengolah buah sukun. Jhe Mukti mengatakan:

"Seperti Pohon Sukun, kalau di sini [Trenggalek] ya dibiarkan jatuh-jatuh sampai busuk. Atau ada yang dititipkan di toko, siapa yang mau beli. Itu paling ya dikukus dan digoreng saja. Ya kita tahulah, Dinas Pertanian Trenggalek konsentrasinya cuma padi, padi, padi".

Ya. Kenapa padi? Kenapa beras? Kenapa nasi? Kenapa sukun tidak diajak untuk dikembangkan? Pertanyaan-pertanyaan ini muncul ketika saya mengingat dan membaca lagi artikel wawancara saya dengan Jhe Mukti. Lalu muncul pertanyaan lagi. Kenapa pemerintah mengizinkan tambang emas mengeksploitasi alam Trenggalek? Bukankah eksploitasi itu bisa menghancurkan hutan, pemukiman, laut, dan lahan petani? Bukankah izin operasi produksi tambang emas akan lebih meminggirkan sukun ke jurang kepunahan?

Pertanyaan itu tidak langsung terjawab. Pertanyaan itu hanya keresahan samar-samar yang muncul saat ngopi. Setelah dua tahun, saya mendapat gambaran yang cukup tentang jawaban dari pertanyaan-pertanyaan itu.



Pada 2025, saya dan teman-teman di Trenggalek membuat film dokumenter panjang tentang alasan mengapa masyarakat Trenggalek tidak membutuhkan tambang emas. Judulnya "Tambang Emas Ra Ritek". Film ini juga mengungkapkan kronologi perizinan dan aktor-aktor pemerintah yang terlibat meloloskan izin 12.813,41 hektare kepada PT Sumber Mineral Nusantara (SMN) dan Far East Gold (FEG) dari Australia untuk mencaplok 9 kecamatan di Trenggalek sebagai konsesi tambang emas.

Bagi masyarakat yang rumahnya dicaplok konsesi tambang emas, mereka merasa bahwa perusahaan tambang emas adalah wujud penjajah masa kini. Izin tambang emas diterbitkan pemerintah tanpa mendengarkan suara masyarakat akar rumput yang khawatir kehilangan alam sebagai sumber penghidupan. Visualisasi pangan lokal dan pernyataan masyarakat Trenggalek dalam film itu yang saya tonton puluhan kali selama nonton bareng keliling membuat saya berefleksi: tambang emas juga menjajah pangan lokal kami.

Pada 2026, gambaran jawaban dari pertanyaan-pertanyaan itu semakin jelas ketika bertemu buku "Buah Leluhur dari Pohon Kehidupan: Memanggil Pulang Sukun ke Nusantara" karya Ahmad Arif. Saya pernah bertemu Ahmad Arif pada 2023 dan bilang kalau buku pertamanya "Jurnalisme Bencana, Bencana Jurnalisme" telah menginspirasi saya untuk melakukan kerja-kerja jurnalisme. Kali ini, buku seri pangan tentang sukun telah membuka pikiran saya bahwa penjajahan pangan lokal yang dilakukan pemerintah ini bernama gastrokolonialisme. Dalam kalimat terakhir bab 4 buku itu, Ahmad Arif menulis:

"Ketika perut masyarakat dijajah dan dipaksa bergantung pada pangan yang tidak bisa mereka produksi sendiri, di situlah terjadi gastrokolonialisme, yang pada akhirnya bakal melemahkan ketahanan pangan nasional."

Berdasarkan kutipan itu, saya menyadari yang salah bukan padi, beras, dan nasi. Tapi yang salah adalah penyeragaman dan ketergantungan secara paksa oleh pemerintah. Sejak sekolah dasar, saya sering belajar membaca dan menulis dengan contoh "budi makan nasi". Ternyata, kalimat itu adalah salah satu upaya pemerintah Orde Baru menggeser pangan lokal supaya serba sawah dan padi.

Foto: Still Photo Film Tambang Emas Ra Ritek



Bahkan, guru sekolah dasar saya sering mengejek anak yang dianggap bodoh dengan kalimat “gemblung, utek gethuk”. Dalam bahasa Jawa, “gemblung” artinya setengah gila, bandel, atau bodoh. Dalam konteks lain, gemblong adalah kue pasar tradisional yang terbuat dari adonan tepung beras ketan putih/hitam dan kelapa parut, dibentuk bulat, digoreng, lalu dibalut cairan gula aren. Sementara “utek” adalah otak dan “gethuk” adalah makanan ringan dari pangan lokal singkong rebus yang dihaluskan bersama gula pasir atau gula merah. Jadi, “gemblung, utek gethuk!” bisa diartikan: bodoh, otak singkong!

Sialan! Ternyata sejak kecil kepala saya sudah dijajah. Saya salah satu orang terjebak dalam arus ejekan dan olok-olok penjjajaan pangan. Akibatnya, saya tidak memiliki banyak pengetahuan tentang pangan lokal seperti singkong, sagu, sorgum, dan sukun. Bahkan saya tidak mengingat nama atau pelajaran dari guru sekolah dasar yang suka mengejek itu. Yang saya ingat hanya ucapan “gemblung, utek gethuk” yang saya sambut dengan tawa bersama teman-teman sekelas.

Sekarang, tawa itu berubah jadi rasa kesal ketika saya membaca dan mengetahui sejarah penjjajaan pangan di Indonesia. Ketika penjjajaan pangan itu diperparah oleh proyek lumbung pangan Presiden Soeharto di Kalimantan Tengah yang membuka lahan gambut, menyebabkan kebakaran hutan, menghilangkan keberagaman hayati dan habitat satwa liar, dan sekarang jadi kebun-kebun sawit.

Ketika proyek Merauke Integrated Food and Energy Estate (MIFEE) Presiden Susilo Bambang Yudhoyono yang merampas 1,2 juta hektare tanah ulayat suku Marind-anim untuk kepentingan perusahaan sawit dan Hutan Tanaman Industri. Ketika proyek lumbung pangan atau food estate ini malah diteruskan oleh rezim Presiden Jokowi hingga Prabowo dengan melibatkan pasukan Tentara Nasional Indonesia (TNI).

Rasa kesal ini menyadarkan saya bahwa proyek food estate skala besar ini hanya berembel-embel pangan yang gagal menciptakan produksi atau lumbung pangan. Keberhasilan food estate adalah keberhasilan penjjajaan pangan yang membuat masyarakat Indonesia bergantung pada produk impor dari negara asing. Salah satunya, negara berhasil memaksa masyarakat lokal di Merauke untuk terbiasa makan nasi dan mi instan dan menggeser pangan lokal seperti sagu dan umbi-umbian. Pada epillog bukunya, Ahmad Arif menegaskan:

“Inilah penjjajaan gaya baru, di mana masyarakat lokal dipaksa bergantung pada pangan dari luar yang kualitasnya justru lebih buruk daripada makanan mereka sebelumnya.”

Senin, 23 Maret 2026, hari ketiga hari raya Idulfitri. Saya kembali menggigit sukun saat main ke rumah Thalia, salah satu teman yang menggarap film Tambang Emas Ra Ritek. Kali ini sukun itu berupa keripik stik. Kata Thalia, stik sukun lagi viral di media sosial. Saya cukup senang mendengarnya. Setidaknya, viralnya olahan sukun ini sedikit mengobati rasa kesal. Satu per satu stik sukun saya gigit. Sembari membayangkan bagaimana cara supaya leher para penjjajah itu bisa saya gigit.

Lidah Sebagai Jendela Ingatan

Oleh: Rayyan Julianti

Jika mata adalah jendela jiwa, saya percaya lidah adalah jendela memori manusia. Setiap rasa yang kita kecap akan membawa ingatan pada masa lalu, masa kita beranjak dewasa.

Politik Mikro dalam Keluarga

Sambal terasi adalah salah satu mesin waktu yang saya punya untuk mengingat bahwa sebagai anak kecil saya susah sekali disuruh makan oleh almarhumah ibu. Melalui menu sampingan itu, ibu berpolitik dalam lingkup mikro. Sebab lewat rasa pedas itu saya akhirnya memutuskan “gerakan mogok makan”. Kepalan nasi dari tangan ibu bersama lauk yang kemudian dicocol sambal itu melaju deras untuk dikunyah dalam mulut. Urusan tubuh anaknya berhasil dituntaskan.

“Sambal terasi sebagai mesin waktu”

Waktu makan kerap kali terjadi di hadapan televisi. Kotak listrik yang banyak menayangkan iklan itu. Dan banyak di antaranya menayangkan produk makanan dan minuman olahan. Saya tidak tahu kelak saya akan memiliki ketertarikan tersendiri terhadap produk-produk semacam itu. Lebih tepatnya saya akan banyak berlutut pula dengan produk sejenis karena saya menempuh kuliah di jurusan Teknologi Industri Pangan di salah satu universitas negeri. Secara spesifik saya akan menyebut yogurt untuk diberi perhatian khusus.

Epifani Susu Basi

Minuman itu punya cerita tersendiri. Sebab produk itulah yang saya teliti untuk dijadikan bahan skripsi. Tapi yang menjadikan saya takjub adalah ketika saya melakukan riset literatur. Bahwa yogurt berawal dari ketidaksengajaan. Ia adalah susu yang dibawa ketika orang dulu melakukan penjelajahan dengan durasi yang cukup panjang. Susu yang diharapkan menjadi perbekalan, mengental ketika akan dikonsumsi. Tidak hanya itu, rasanya pun menjadi asam. Saya bertemu epifani kecil bahwa ternyata produk makanan dan minuman ternyata punya cerita dan latar belakang masing masing.

Penemuan itu secara tidak sadar mendorong saya untuk lebih banyak mencicipi aneka ragam kuliner. Tidak hanya makanan yang diolah dalam pabrik besar. Tidak hanya berhenti pada cita rasa di mulut. Namun icip-icip itu membawa pada momen reflektif lain. Bila pikiran lagi usil, maka akan saya pertanyakan makanan di piring saya, “cerita apa yang ia punya?”

Hasilnya, saya belakangan tahu bahwa gudeg sempat dijadikan perbekalan dalam perang gerilya. Bakpao, bakmi, bakso punya ikatan cerita tersendiri hanya dari suku kata “bak ” dalam namanya. Hingga pada nasi, yang merupakan hasil kebijakan politik dalam rangka mengisi perut warga Indonesia di era Orde Baru.

Satu Dimensi Teknologi

Sedikit membahas kembali pada jurusan kuliah yang saya tempuh. Saya mengingat bahwa konteks materi perkuliahan ditekankan pada inovasi kebutuhan industri era modern. Bila lulus nanti, lapangan pekerjaan yang disasar berkisar pada industri makanan dan minuman juga FMCG (*Fast Moving Consumer Goods*).

Terlalu fokus pada kebutuhan industri era modern. Pembahasan terkait teknologi leluhur yang menghasilkan makanan “tradisional” sering luput dari pembahasan. Bila membahas yang lokal, terlalu mengglorifikasi tempe sebagai pangan tradisional. Namun luput dibahas bahwa kedelai sudah cukup lama bergantung ketersediaannya pada impor. Kuota impor yang merupakan sebuah kebijakan politik. Sebuah kebijakan yang juga bisa dialihkan untuk menggencarkan produksi kedelai dalam negeri.

Kebijakan itu pun dapat ditemukan pada bahan lainnya. Homogenisasi dalam bentuk menu nasi sebagai pemenuhan kebutuhan karbohidrat masyarakat. Setelah melalui era yang mengklaim swasembada beras, ketergantungan pada bahan itu membawa kita pada kebijakan impor lainnya.

Menemukan Kembali Pangan Leluhur

Sempitnya wawasan isi piring untuk makan sehari-hari tidak dapat dipungkiri mempersulit kehidupan kita. Ada bahan-bahan yang dulu sebetulnya menjadi panganan sehari-hari yang kini sulit ditemukan. Tidak usah sebagai menu, sebagai tanaman pun susah mendapatkannya. Sebut saja ubi ganyong. Bahan makanan kaya karbohidrat. Tidak harus selalu alternatif dari nasi terkunci pada sagu, ubi kayu, atau ubi jalar.

Selain bisa dikonsumsi langsung setelah direbus atau dikukus, ganyong pun bisa diolah dulu menjadi tepung. Tepung yang kelak bisa dimanfaatkan menjadi olahan seperti mi. Sehingga tidak melulu kita harus bergantung pada tepung terigu. Tepung terigu yang diolah dari gandum. Gandum tidak bisa tumbuh di iklim tropis Indonesia, sehingga apa? Kebijakan dagang berupa impor. Kebijakan yang kalau ditelaah, kian lama setara dengan ketidakbijakan.

Kebijakan pemenuhan dasar kebutuhan hidup berupa makanan tidak cukup dimiliki secara eksklusif oleh badan pertanian atau perdagangan semata. Dibutuhkan visi besar dari pemangku kebijakan utama, yaitu kepala negara. Tentu bukan program makan sehari sekali yang sedang digalakkan yang saya maksud. Program yang alih-alih menjadi penyedia gizi, lebih tepat sebagai program untuk menjalani intermittent fasting. Sebab bisa makan sekali bagi anak-anak sekolah, tapi keluarga di rumah kesulitan untuk memenuhi kebutuhan makan di waktu lainnya.

Visi itu bisa dikaitkan pula dengan program penelitian. Baik dilaksanakan oleh BRIN atau coba diupayakan dalam skala lebih kecil dalam institusi pendidikan perguruan tinggi. Berhubung sudah terdapat jurusan yang bisa menopang program tersebut, salah satunya jurusan kuliah saya. Bukan tidak mungkin untuk mencari lagi bahan baku yang sebetulnya dimanfaatkan betul oleh para nenek moyang kita sebagai isi piring. Kemudian dikembangkan menjadi menu atau bahan olahan yang relevan dengan zaman.

Memang hal tersebut akan memakan waktu yang tidak sebentar. Akan lebih seksi urusan pangan bila pemerintah mengambil kredit pemenuhan kebutuhan perut melalui program yang katanya makan yang katanya bergizi yang diklaim gratis. Itulah garis tegas antara kebijakan yang memihak rakyat dalam jangka panjang dengan sesuatu demi nama harum orang yang sedang menjabat, yang tidak ada faedahnya untuk kita semua.

Imajinasi Utopia

Kelak, saya membayangkan gelombang globalisasi yang begitu deras akan berbalik arah. Tren-tren yang populer di luar negeri sudah menjadi kelaziman untuk diadaptasi di sini. Namun, suatu saat, imajinasi utopis saya, kearifan kuliner kita yang ditopang teknologi akan menghujani dunia. Menuju negara-negara seperti Jepang, Korea Selatan, hingga Amerika Serikat.

Anak-anak yang mengunyah makanan berbahan baku dari Indonesia, saat tumbuh dewasa melalui lidahnya, akan mengingat bahwa negara kita memang kaya. Bukan sebatas slogan bahwa kita adalah bangsa yang besar. Atau bahkan, bukan mengingat bahwa dirinya pernah diracuni negara.

Cerita Kedaulatan dari Kualiti di Ranah Minang

Oleh: Ega Melindo



Panen bawang. Pulang kampung tak berarti hanya di rumah saja. Sebaliknya, lebaran adalah silaturahmi berkeliling mengunjungi saudara dan handai tolan. Kunjungan pertama ke Alahan Panjang, daerah penghasil bawang yang subur. Seorang paman memilih menjadi peladang bawang. Dinding halaman rumahnya adalah barisan bawang yang siap dibagikan kepada kami saat datang berkunjung. Ia juga menjualnya berkarung-karung. Ia bertransaksi di pasar. Ia berdaulat karena bawang merah.

Lahir dari Ayah dan Ibu keturunan Minangkabau adalah hal luar biasa yang sangat aku syukuri. Ayah dan ibu lahir di Solok, Sumatera Barat.

Sementara aku dan seorang adik kami lahir di ibu kota Jakarta. Karena kedua orang tua merantau ke ibu kota, mereka bertemu lalu membangun keluarga di Jakarta.

Libur Hari Raya Idulfitri adalah momen paling menyenangkan yang paling ditunggu-tunggu. Sebab, kalau lebaran adalah saatnya pulang kampung.

Mudik...



Duduk di tepian sawah dan memandang hamparan sawah barisan gunung-gunung yang menyejukan suasana cuma bisa kami nikmati kalau balik ke kampung halaman. Tempat di mana kami merasakan tentang apa itu tenang dan menjaga siklus hidup untuk terus bisa menjaga kedaulatan atas pangan.



(Foto Nenek mengaduk gulai di atas kayu bakar)

Ada menteri yang ribut soal hemat gas dan energi. “Kalau masak dan sudah matang, jangan lupa kompornya dimatikan,” kata si menteri... Sungguh bikin ngakak, wkwkwk. Pernyataan itu dari yang namanya Bahlil Lahadalia.

Kata seorang nenek, “sepertinya pak menteri lebih pikun dari saya, nenek tak pernah khawatir kehabisan gas, karena kami berdaulat atas energi”.

Makanya, jangan ganggu kami dengan alasan PSN dan investasi.

Perempuan dan Politik Rasa

Tiap kayu yang disiapkan dan tumpuk untuk perapian memasak adalah keputusan.

Tiap putaran bambu yang diputar saat mengaduk rendang, gulai, dan lamang yang dibakar adalah politik.

Di mana tungku api masih terletak, di sana tanah tempat kami hidup dan berdaulat.

(Satu kuali besar gulai bisa kami santap setiap hari)



Lambung
yang

Tak
Boleh

Di meja kayu yang mulai rapuh,
segelas teh tawar saksi bisu sebuah keluh.
Dulu, sawah adalah hamparan permadani ijo royo-royo,
kini berganti beton angkuh yang berdiri sok jago.
Petani kita, sang pahlawan tanpa lencana,
menatap langit, mencari tanda kapan hujan menyapa.

Kita bicara tentang ketahanan, tentang kedaulatan,
namun piring-piring sering kali hanya berisi sisa keangkuhan.
Kita membuang nasi seolah ia hanya butiran debu,
padahal di luar sana, ada perut yang melilit menahan pilu.
Mubazir, kata nenek di kampung halaman,
setiap bulir adalah tetes keringat yang menuntut penghormatan.

Oleh: Saypulloh Mahpud

Kosong

Instagram:
@resister.id
@bentalarakyat

Profil Kontributor

Munir

saya seniman yang sedang belajar meracik bumbu.

DD - Dina Danomira

adalah perempuan Papua asal Moor dan Biak. Ia juga aktivis muda Papua yang lahir besar di Tanah Tabi dan bangga menjadi anak waena hebat-hebat. Dina aktif dalam menyuarakan hak masyarakat adat dan perubahan iklim di Papua maupun di luar.

Suci Prasasti

adalah sarjana seni, penulis, dan volunteer yang berfokus pada isu pangan dan budaya. Ia aktif dalam kegiatan komunitas di berbagai daerah. Terakhir, ia berkolaborasi dengan Bhumi Bhuwana dalam Alih Pawon Edisi pangan Maluku Utara.

Blauer Himmel

Lulusan sarjana Kesehatan Masyarakat, banyak belajar tentang pangan dan kesehatan masyarakat lewat pengalaman lapangan dan interaksi langsung. Ia sering terlibat dalam riset yang membahas ekologi lingkungan dan perubahan iklim.

Gilang Andretti

aktif dalam Komunitas Radio Buku sebagai koordinator program rutin Klub Baca Radio Buku.

Shalsabilla Shafira

Aku adalah mahasiswa sekaligus penulis lepas yang saat ini memiliki ketertarikan pada isu ketenagakerjaan, lingkungan, dan sosial.

Wahyu AO

Warga Trenggalek. Sedang fokus baca, nulis, ngarsip, dan riset di Resister. Kadang melawan, sering rebahan.

Rayyan Juliandi

Manusia yang aman dari penyakit tukak lambung. Penyakit yang banyak disebabkan oleh stres di kepala. Beruntung saya tidak punya isi kepala.

Ega Melindo

Perempuan Pembela dan Pegiat HAM, saat ini sedang melanjutkan study di Pacasarjana Sosiologi Universitas Nasional. Suka menulis di Blognya: melindoega93.blogspot.com.

Saypulloh Mahpud

merupakan penulis muda yang fokus pada kegiatan literasi. Ia memiliki ketertarikan dalam menuliskan gagasan dan mendorongnya menulis puisi.



BABAK 3

Hikayat Rasa

yang hilang dan
yang bertemu

ZINE POLITIK RASA

**Rujak Pare Sambal Kecombrang:
Menolak Lupa Tragedi '98**



@lenasutanti

Sudah memasuki pertengahan Mei, tiap tahun, Jana selalu hadir dalam acara 'Rujak Pare Sambal Kecombrang' yang diinisiasi oleh Boen Hian Tong, Semarang



Rujak pare sambal kecombrang merupakan penjaga ingatan kekerasan seksual terhadap perempuan Tionghoa Mei 1998.



Agar tidak terulang kembali.

2

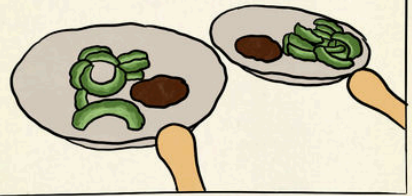
@lenasutanti

Pahit, segar, pedas, manis, dan asam bercampur baur menyapa indra perasa, hingga indra yang lain.

Pahitnya pare melambangkan penderitaan yang dirasakan korban.

Kecombrang jadi simbol kekerasan seksual yang menimpa perempuan.

Aroma wangi merupakan harapan untuk bangkit.



3

@lenasutanti

Resep Rujak Pare Sambal Kecombrang

Sumber: Primarasa

Bahan:

- 2-3 buah pare lokal
- 1 sdm air kapur sirih
- 600 ml air
- 2 batang kecombrang, iris halus

Sambal kecombrang:

- 5 buah cabai merah
- 1/2 - 1 sdt garam
- 1 sdt terasi matang
- 200 g gula merah
- 2 sdm air asam jawa segar

Cara membuat:

1. Belah pare jadi 2 bagian memanjang, buang bijinya, iris 1/2 - 1 cm. Rendam dalam campuran air dan air kapur sirih selama 45 menit, tiriskan, cuci bersih.
2. Sambal kecombrang: gerus cabai bersama garam dan terasi. Tambahkan 1/2 bagian kecombrang iris dan gula merah, gerus hingga halus tercampur rata. Masukkan air asam jawa, aduk rata.
3. Tambahkan sisa kecombrang iris, aduk rata. Sajikan sebagai pelengkap pare iris.

4

@lenasutanti

Rujak pare sambal kecombrang siap dinikmati oleh beragam komunitas lintas iman di Gedung Rasa Dharma.

Menikmati dan memaknainya merupakan upaya menolak lupa tragedi dan mencegah terulang kembali.



5

@lenasutanti

Lidah yang Linglung di Atas Piring yang Asing

Oleh: Dwi Scativana

*Di hadapanku, piring ini begitu
gemerlap, namun tak ada aroma
tanah yang basah oleh doa para
petani. Tak ada sisa uap yang
membisikkan riwayat benih yang
berdzikir di dalam gelapnya bumi.
Semuanya nampak sempurna, lahir
dari rahim mesin yang dingin dan
steril—rahim yang tak mengenal
Bismillah, tak mengenal musim,
apalagi rasa syukur.*

*Lidahku kini menjadi yatim di
rumahnya sendiri. Ia mengecap, tapi
tak lagi mengenali saudaranya. Manis
ini bukan lagi sari tebu yang tabah
memanggul matahari di
punggungnya; ini adalah manis yang
direkayasa untuk menipu ingatan.
Gurih ini bukan lagi kaldu yang lahir
dari khidmat api dan kesabaran ibu;
ini adalah gurih yang diproduksi
massal untuk mematikan ketajaman
nurani.*

*Aku menelan apa yang tak kupahami,
mengunyah rahasia yang mungkin tak
direstui langit. Di balik kemasan plastik
yang angkuh dan label-label asing yang
penuh tipu daya, ada keringat yang
terabaikan dan kedaulatan yang
dirampas. Aku makan, tapi aku tak tahu
siapa yang sebenarnya sedang
dikenyangkan—perutku yang fana ini,
ataukah raksasa industri yang sedang
perlahan-lahan mengajari kita cara
mengkufuri nikmat Ibu Bumi?*

*Barangkali, kita sedang merayakan
lapar di tengah keberlimpahan. Kita
memenuhi lambung dengan benda-
benda yang kehilangan nama,
kehilangan berkah, dan kehilangan
nyawa. Bagaimana mungkin tubuh ini
bisa berdiri tegak menjadi bait-bait doa,
jika isinya adalah keterasingan yang kita
suap sendiri setiap hari?*

*Pada akhirnya, kita hanyalah musafir
yang tersesat di meja makan sendiri.
Meraba-raba rasa dalam kegelapan,
hingga kita lupa jalan pulang menuju
dapur kearifan—tempat di mana setiap
suapan adalah pertemuan antara kasih
sayang Tuhan dan bakti manusia pada
tanahnya.*



Isi Piring dan Pengalaman Kemiskinan

Oleh: Listia M

Aku mengenal ada beragam jenis beras ketika sudah dewasa, tepatnya waktu hampir lulus dari kuliah dan mulai bekerja. Semenjak kecil, aku hanya mengenal satu jenis beras saja: Beras Miskin (RASKIN). Beras bantuan khusus untuk orang miskin itu yang selalu kami konsumsi setiap hari. Setiap jatah beras RASKIN datang, keluarga kami akan memulai ritual untuk memisahkan kerikil, kulit gabah (padi kering), serta kutu yang sering bercampur dengan beras yang bulirnya jarang utuh itu.

Barulah ketika dewasa, aku memahami ada beras dengan berbagai jenis dan warna. Perjumpaan dengan beras ini kemudian mengantarku pada isu yang jauh lebih besar, yaitu politik pangan dan pembangunan di negara ini yang membuat mengapa aku, keluarga, dan orang-orang di kampung kami hanya bisa konsumsi RASKIN sebagai bahan pangan pokok.

Masih jelas dalam ingatan sewaktu kecil, keluarga kami memiliki pilihan karbohidrat yang beragam. Dan itu didapatkan dengan menanam sendiri. Si Mbah sangat menyukai ubi jalar, ganyong, garut, talas, dan singkong. Tanaman itu hampir selalu dipastikan ada di belakang rumah kami. Awalnya, umbi-umbian itu menjadi menu sarapan sehari-hari. Kemudian, umbi-umbian itu jadi selingan beras sebagai sumber karbohidrat utama dan menghemat beras.

Lambat laun, umbi-umbian hanya menjadi camilan yang mungkin tersaji beberapa hari sekali sebelum akhirnya benar-benar hilang atau jarang tersaji bersamaan dengan meninggalnya si Mbah. Kini, aku jarang sekali melihat beragam umbi-umbian di tanam oleh tetangga di kampungku. Hanya tersisa singkong yang masih kerap aku jumpai ditanam dan dikonsumsi oleh warga kampung.

Bergantungnya sumber karbohidrat pada beras bukan kebetulan belaka, namun ada aspek historis dan politis di dalamnya. Sejak era penjajahan Belanda, negara kita yang subur sudah diarahkan untuk ditanami padi. Setelah Indonesia merdeka, konsumsi akan beras terus meningkat. Pemerintahan Orde Lama menggencarkan swasembada pangan dengan padi sebagai salah satu komoditas utamanya melalui program Rencana Kasimo (1948-1950) dan Padi Sentra (1959-1961) yang kemudian pada akhirnya kurang berhasil.



Revolusi hijau di bawah pemerintahan Orde Baru menjadi titik melesatnya konsumsi beras melalui swasembada beras dan intensifikasi pertanian yang menyeluruh. Kebijakan tersebut diiringi dengan gencarnya pembukaan lahan seperti Proyek Lahan Gambut (PLG) Sejuta Hektar yang ditetapkan melalui Keputusan Presiden

(Keppres) Nomor 82 Tahun 1995 yang menempatkan Kabupaten Kapuas, Kalimantan Tengah, sebagai lokasi pembukaan sawah baru seluas 3.000 hektare.

Meski era pemerintahan Orde Baru telah usai, namun cara-cara pembangunan terpusat dengan membuka lahan masih terus dijalankan. Food estate atau lumbung pangan dicitakan untuk ketahanan pangan nasional melalui produksi masif dengan membabat 3,65 juta hektare hutan dibabat sejak era Soeharto hingga Joko Widodo. Selanjutnya, 3 juta hektare hutan lainnya direncanakan akan dibuka di era Prabowo ini untuk melanjutkan legasi Food Estate.

Stigmatisasi ini digunakan secara instrumental untuk membenarkan ekspansi agribisnis dan proyek pembangunan sebagai sarana pencerahan demi mengubah masyarakat Papua menjadi subjek negara-bangsa yang dianggap beradab dan modern. Dominasi pangan berjalan tidak sendirian, namun selalu diiringi dengan wacana mengenai pangan. Indonesia dan negara-negara selatan pada mulanya memiliki diversifikasi pangan, namun seiring waktu tergerus dengan narasi standar pangan yang layak dan ideal dari lembaga-lembaga dunia yang secara aktif mendikte pangan dan kesehatan dunia.

Pada akhirnya, tercipta kondisi rasialisasi terhadap makanan, di mana satu makanan tertentu dinilai tidak lebih ideal dibandingkan makanan lainnya. Pangan kaum tani (peasant foods) mengalami diskriminasi, misalnya ketika sayuran hijau tradisional didefinisikan ulang sebagai gulma dan menjadi sasaran herbisida dalam proses mengoptimalkan pangan yang dibeli dengan upah (wage foods) sebagai sumber nutrisi utama (Shiva 1988). Di Indonesia, rasialisasi makanan terjadi dengan penyeragaman sumber karbohidrat berasal dari beras. Maka, keluarga dengan diet selain nasi dianggap hidupnya belum sejahtera.

Keluarga kami akrab dengan mengolah makanan dari hasil rambanan yang tumbuh liar atau sengaja ditanam di pekarangan rumah. Hasil ramban di pekarangan rumah yang sering tersaji di piring kami antara lain: rebung, kelor, daun singkong, singkong, ubi jalar, daun ubi jalar, kangkung air, semanggi air, ganyong, garut, pepaya, daun pepaya, bayam, gart, lompong (batang talas atau keladi), lembayung (daun kacang panjang), cabe rawit, kemangi, jantung pisang, suweg, belimbing wuluh, dan aneka rimpang-rimpangan.



Aku secara personal sangat menyukai olahan lodeh lompong dan bobor bayam buatan ibuku. Lompong dari batang talas dan bayam adalah tanaman yang dapat dipastikan selalu ada di pekarang kami karena tumbuh liar dan mandiri. Berikut adalah resep Lodeh Lompong dan Bobor Bayam Ibu:

Resep Lodeh Lompong (6 porsi):

Bahan: Air (300ml), Santan 200ml, lompong (batang talas) yang sudah dicuci dan dipotong sekitar 5cm

Bumbu halus: 6 bawang merah, 3 bawang putih, 3 butir kemiri, 1 sendok makan ketumbar, 1 ruas kunyit, setengah ruas jahe, 2 cabe rawit, 3 cabe merah, garam, dan sedikit gula

Bumbu aromatik pelengkap: 1 ruas lengkuas, 1 lembar daun jeruk, 1 lembar daun salam

Cara membuat: bumbu halus diuleg atau dihaluskan lalu ditumis bersama dengan bahan aromatik, kemudian air dimasukkan hingga mendidih. Lompong dimasukkan ketika air sudah mendidih. Tunggu beberapa menit hingga lompong sedikit layu kemudian santan bisa dimasukkan. Api dikecilkan lalu santan dimasukkan. Tambahkan garam dan gula hingga rasanya pas.

Resep Bobor Bayam (6 porsi):

Bahan: Minyak sedikit untuk menumis, Air (300ml), Santan 200ml, dan Bayam (sesuai selera)

Bumbu: 6 bawang merah, 4 bawang putih, 1 kunyit, 1 sdm ketumbar, 2 lembar daun jeruk, garam, dan gula merah

Cara membuat: haluskan bumbu kemudian tumis dengan daun jeruk, masukkan air dan tunggu hingga mendidih, masukkan bayam, tunggu 1-2 menit kemudian kecilkan api, masukkan santan, beri garam dan gula merah hingga rasanya pas.



Kemiskinan juga memaksaku mengidentifikasi jenis dedaunan di area rumah yang dapat dikonsumsi. Sejak SD, aku diberi tanggungjawab memasak untuk keluarga, sebab orang tua akan berangkat ke lahan setelah sholat subuh. Maka, menjelang siang ketika matahari sedang naik, orang tuaku akan pulang dan makan. Ternyata, setelah dewasa aku menemukan orang-orang lain yang memiliki pengalaman serupa di berbagai tempat. Kemampuan mengidentifikasi tanaman yang dapat dikonsumsi beserta cara mengolahnya kemudian menjadi hal yang aku syukuri dapat kulakukan. Kini, aku masih menjalani cara hidup seperti ini dengan kesadaran penuh.

Isu pangan sangat terkait erat dengan kemiskinan. Fenomena yang getir di kampungku hingga kini adalah adanya praktik pencurian hasil tanaman. Biasanya, yang dicuri adalah singkong, pisang, jagung, pepaya, atau ayam di kandang. Jumlahnya sedikit, mungkin untuk konsumsi 2-4 orang. Fenomena ini membuat orang malas menanam, termasuk orang tuaku. “Marai wegah, ora keduman” yang artinya membuat malas, karena tidak kebagian setiap akan memanen.

Pertanyaannya adalah, selapar apa orang yang rela menukar kenyamanan tengah malam demi mencuri bahan pangan? Di sini negara telah gagal hadir dalam pemenuhan perut rakyatnya. Selain itu, hampir semua orang di kampung kami tidak memiliki lahan untuk menanam, sehingga mayoritas kerja sebagai buruh harian dan buruh pabrik. Jika ada yang tertarik menjadi petani, maka statusnya akan mentok sebagai buruh tani seperti Bapakku karena ketiadaan lahan. Maka, persoalan pangan adalah isu struktural yang perlu diurai.

Persoalan pangan di negeri ini seringkali disederhanakan sebagai masalah teknis distribusi atau bantuan tunai. Negara seolah merasa tugasnya selesai dengan memberikan subsidi beras atau program makan gratis. Padahal, isu krusialnya adalah akses ke lahan dan pangan sehat. Negara gagal memenuhi pangan, sekaligus menjadi perpanjangan tangan langgengnya kolonialisasi makanan. Negara terus mengusir akses lahan masyarakat adat dan mengelolanya secara tidak strategis.

Kita terus diujani pilihan pangan dari impor yang terus meningkat tiap tahunnya, menjadikan kita sebagai negara agraris yang sangat tergantung pada pasar impor. Menurut data Badan Pusat Statistik (2024), setidaknya enam dari sembilan bahan kebutuhan pokok harus diimpor dari negara lain. Bahan pangan yang diimpor dengan jumlah paling besar antara lain beras, jagung, gandum, susu, kedelai, dan daging.

Ironinya, negara Indonesia yang sejatinya tidak dapat ditumbuhi gandum, ternyata menjadi salah satu negara pengimpor gandum tertinggi, yang tiap tahunnya terus mengalami kenaikan hingga 12,5 juta ton di tahun 2024 menurut data BPS. Artinya, ada pola konsumsi masyarakat yang bergeser menjadi diet pangan dengan bahan dasar gandum.

Kebijakan pangan di negara ini tidak pernah benar-benar berupaya membangun kedaulatan kolektif yang dapat menjadi jalan bagi pengentasan kemiskinan. Dalam arus global, posisi kita sebagai negara eks jajahan masih terdominasi oleh kepentingan pasar negara-negara utara. Maka, pangan bukan sekedar pemenuhan perut, lebih jauh dari itu selalu memiliki nilai historis dan tidak bisa dipisahkan dari aspek politis.

Melihat kembali isi piring bisa membongkar persoalan kapitalisme dan kolonialisme yang berkelindan di dalamnya. Bagaimana pilihan harian yang tampak sepele seputar makanan sebenarnya terpakai dalam arsitektur hierarki yang lebih luas.

Referensi:

- Keputusan Presiden (Keppres) No. 82 Tahun 1995 tentang Pengembangan Lahan Gambut untuk Pertanian Tanaman Pangan di Provinsi Daerah Tingkat I Kalimantan Tengah. (1995). <https://peraturan.bpk.go.id/Details/60454/keppres-no-82-tahun-1995>
- Badan Pusat Statistik. (2024). Impor biji gandum dan meslin menurut negara asal utama, 2017-2023. Diakses pada 10 Oktober 2025, dari <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/1/MjAxNiMx/imp-or-biji-gandum-dan-meslinmenurut-negara-asal-utama--2017-2023.html>
- Supriyanto, R., Maharani, A., & Alta, A. (2025). Menafsir ulang food estate Indonesia: Jejak, dinamika, dan masa depan ketahanan pangan nasional (Ringkasan Kebijakan No. 28). Center for Indonesian Policy Studies. <https://www.cips-indonesia.org/publications/menafsir-ulang-food-estate-indonesia%3A-jejak%2C-dinamika%2C-dan-masa-depan-ketahanan-pangan-nasional?lang=id>
- Shiva, V. (1988). *Staying Alive: Women, Ecology, and Development*. Zed Books.
- Chao, S. (2022). Gastrocolonialism: The intersections of race, food, and development in West Papua. *The International Journal of Human Rights*, 26(5), 811–832. <https://doi.org/10.1080/13642987.2021.1968378>

Tebu, Gula, dan Sesendok Ingatan Manis

Oleh: Wisnu F. Wardana

Masa kecilku erat sekali dengan memori tentang tebu. Aku 'mencuri' batang tebu dari kebun di dekat rumah dan mengunyahnya di sepanjang jalan sehabis mandi di kali sepulang sekolah, manis-legit melekat di lidah. Bunga tebu yang semampai-serampangan tercerai tertiuip. Ketika panen tiba, batang demi batang dipotong dan diangkut, ladang tebu dibakar, api menjalar cepat dan asap memenuhi udara.

Semua terasa biasa saat itu, seolah memang begitulah cara dunia bekerja. Namun kukira justru dari hal biasa itulah sesuatu terbentuk. Rasa manis tidak hanya tinggal di lidah, tapi perlahan menetap sebagai sesuatu yang dicari, terulang, dan diinginkan kembali, ia menjadi semacam memori tubuh. Rasanya, rasa manis ini telah lekat dan membentukku (dan mungkin orang disekitarku) untuk terbiasa mencari dan menemukan ledakan rasa itu.

Kenangan 'manis' itu, kemudian membawaku pada suatu pertanyaan, sejak kapan lidah ini mulai terbiasa atau mungkin dibiasakan dengan rasa yang 'nyaman' itu?

Jika aku coba untuk menilik sedikit pada riwayat, tentu saja, ingatan ini tidak netral, namun terbentuk di atas sejarah panjang yang jarang disebutkan dalam pengalaman sehari-hari.

Tebu di Jawa ternyata tidak selalu menjadi bagian dari lanskap yang kita kenal sekarang. Ia dipaksakan menjadi komoditas utama sejak masa kolonial, ketika tanah, tenaga, dan hasil panen diatur untuk memenuhi kebutuhan industri gula skala besar.



"Suikerriet snyden Cutting sugarcane", op Java
Sumber: KITLV Digital Collection



Kebun tebu di dekat
rumah, dan memori-
memori yang terusik
Sumber: Dokumentasi
Pribadi

Tepatnya tahun 1830, Gubernur Jenderal Johannes van den Bosch memberlakukan Cultuurstelsel atau sistem tanam paksa di Hindia Belanda. Kebijakan ini mewajibkan desa-desa di Jawa untuk menyerahkan sebagian tanah dan tenaga mereka untuk menanam komoditas ekspor salah satu contohnya ialah tebu. Tebu kemudian diproduksi bukan untuk kebutuhan lokal, tetapi untuk memenuhi industri gula yang berkembang pesat di Eropa.

Sepanjang abad ke-19, pabrik-pabrik gula dibangun di berbagai wilayah Jawa, mengikat petani dalam sistem kerja yang diatur dan diawasi secara ketat. Dalam konteks ini, tebu bukan lagi tanaman biasa, tetapi hasil dari pemaksaan kebijakan yang mengubah lanskap, tenaga kerja, dan arah produksi pangan. Sistem tanam paksa dan ekspansi perkebunan menjadikan tebu bukan sekadar tanaman, tetapi instrumen ekonomi yang dikendalikan dari luar. Produksi gula tidak lahir dari kebutuhan lokal, tetapi dari dorongan pasar global yang membutuhkan manis sebagai komoditas.

Pabrik gula menjadi simbol dari perubahan tersebut. Ia mengubah tebu dari sesuatu yang tumbuh menjadi sesuatu yang diproses, distandarkan, dan didistribusikan secara massal. Ia menghubungkan kebun dengan pasar, sekaligus memutus hubungan langsung antara manusia dan sumber pangannya. Ia juga tidak pernah benar-benar hilang. Banyak pabrik gula masih berdiri dan beroperasi hingga hari ini, melanjutkan logika produksi yang sama meskipun dalam bentuk yang diperbarui. Keberlanjutan ini menunjukkan bahwa kolonialisme tidak sepenuhnya selesai, ia bertransformasi menjadi sistem yang tetap bekerja dalam keseharian.

Selera manis tumbuh bersamaan dengan sistem tersebut. Ia tidak muncul sebagai preferensi alami, tetapi sebagai hasil dari distribusi yang terus-menerus dilanggengkan. Ia masuk ke dalam tubuh melalui kebiasaan kecil yang diulang setiap hari. Ia hadir dalam setiap masakan dan ulekan, dalam segelas teh yang tak pernah cukup sesendok gula, seolah pahit tidak pernah cukup tanpa tambahan manis. Ia hadir dalam geplak yang padat dan legit, dalam adrem yang digoreng dan dilapisi rasa manis, dalam alen-alen yang renyah dan diselimuti gula, dalam grontol yang sederhana tetapi tetap disatukan oleh rasa manis. Ia hadir dalam hampir semua yang kita sebut makanan khas, seolah manis menjadi syarat untuk menjadi identitas dan untuk dikenali.

Setiap sendok gula membawa jejak sistem tersebut. Ia bukan hanya pemanis, tetapi hasil dari rangkaian produksi yang melibatkan lahan, kerja, mesin, dan distribusi. Ia menyimpan hubungan antara petani yang menanam, pabrik yang mengolah, dan pasar yang mengatur peredarannya. Ia juga menyimpan ketimpangan, karena tidak semua yang terlibat dalam rantai tersebut memiliki posisi yang setara.

Namun, semua itu menghilang ketika gula sampai di meja makan, berubah menjadi sesuatu yang terlihat sederhana. Ingatan tentang mencuri tebu dan menikmati manisnya memperlihatkan bagaimana tubuh berinteraksi langsung dengan sumber rasa. Namun ingatan itu juga menutupi struktur yang lebih besar yang bekerja di belakangnya. Apa yang terasa personal sebenarnya terhubung dengan sistem yang luas. Apa yang terasa alami sebenarnya telah dibentuk melalui intervensi yang panjang. Dalam hal ini, pengalaman masa kecilku tidak hanya menjadi nostalgia, tetapi juga menjadi pintu masuk untukku membaca ulang relasi antara tubuh dan kekuasaan.

Rasa manis yang kita kenal hari ini adalah hasil dari proses yang tidak netral. Ia lahir dari sejarah pemaksaan komoditas, berkembang melalui industri, dan bertahan melalui kebiasaan yang diwariskan. Ia membentuk cara kita makan, cara kita merasakan, dan cara kita memahami pangan. Ia juga menyulitkan kita untuk membayangkan alternatif, karena apa yang sudah terbiasa terasa seperti satu-satunya kemungkinan.

Membaca tebu dan gula berarti membaca bagaimana rasa diproduksi. Ia berarti mempertanyakan bagaimana lidah dibentuk, bukan hanya oleh keluarga atau budaya, tetapi oleh sistem yang lebih besar. Ia juga berarti menyadari bahwa tubuh tidak pernah sepenuhnya bebas dari struktur yang mengelilinginya. Dalam konteks ini, sesendok ingatan manis bukan sekadar kenangan, tetapi bukti bahwa rasa selalu membawa sejarah.

“Jika manis adalah sesuatu yang kita pelajari, maka ia juga bisa kita pertanyakan. Jika selera adalah hasil dari pembiasaan, maka ia juga bisa diubah.”

Pertanyaan ini menjadi penting ketika kita berbicara tentang kedaulatan pangan, karena yang dipertanyakan bukan hanya apa yang kita makan, tetapi juga bagaimana kita belajar merasakan. Dalam ruang ini, tebu tidak lagi hanya tentang tanaman, dan gula tidak lagi hanya tentang rasa. Keduanya menjadi cara untuk melihat bagaimana sejarah bekerja di dalam tubuh, diam-diam, dan terus berulang.

Siapa yang Mengontrol Piring Kita?

Oleh: Febri Mahiyah

Manis, gurih, dan menggiurkan. Olahan dari labu, disantap saat sedang hangat sungguh sangat memanjakan lidah. Lalah Kolok Goblok, makanan tradisional khas Poncokusumo, Kabupaten Malang, berbahan dasar labu. Cara memasak nya cukup mudah, buah labu pada bagian tengah dilubangi, sehingga biji dapat dikeluarkan. Pada lubang tersebut, kemudian diberi parutan kelapa, gula merah dan sedikit garam, dimasak dengan cara dikukus selama 35 – 45 menit hingga empuk.

Secara historis, keberadaan hidangan ini berakar dari kehidupan masyarakat desa yang memanfaatkan hasil panen labu yang mudah ditemui di sekitar mereka. Kolok Goblok dahulu merupakan makanan kalangan menengah ke bawah karena labu mudah diperoleh, harganya terjangkau, dan cara menanamnya tidak memerlukan teknik budidaya yang rumit.

Labu pada dasarnya tumbuh subur di iklim tropis seperti Indonesia. Secara tradisi, hidangan ini lazim disajikan saat panen labu dan pada hari ketujuh Idul Fitri, yang dalam masyarakat Poncokusumo dikenal sebagai “Slametan Rojo Koyo”, yakni syukuran atas hewan ternak.

Nama “Kolok Goblok” memiliki beberapa versi asal-usul. Versi yang paling dikenal menyebutkan bahwa “kolok” berasal dari kata “kala” dalam Bahasa Jawa, yang berarti makhluk raksasa antagonis. Dalam kepercayaan masyarakat Poncokusumo, Si Kala dipercaya dapat menakuti hewan ternak yang merupakan aset ekonomi warga. Sebagai simbol perlawanan, buah labu yang dilubangi diibaratkan sebagai kepala Kala yang dibunuh. Sementara kata “goblok”, yang berarti bodoh dalam Bahasa Jawa, merupakan umpatan yang ditujukan kepada Si Kala.

Keberadaan kolok goblok tidak dapat dilepaskan dari konteks kehidupan sosial ekonomi masyarakat pedesaan yang sebagian besar menggantungkan hidup pada sektor pertanian. Wilayah Poncokusumo dikenal sebagai kawasan agraris di lereng pegunungan Tengger dengan aktivitas pertanian yang subur, mulai dari hortikultura hingga peternakan rakyat.

Dalam lanskap sosial seperti ini, makanan bukan sekadar kebutuhan biologis, tetapi juga menjadi bagian refleksi dari struktur ekonomi dan lingkungan setempat. Preferensi kuliner atau makanan yang berkembang dalam lingkup masyarakat biasanya lahir dari bahan pangan yang tersedia secara lokal dan mudah diakses oleh masyarakat.



Kaitan antara makanan dan budaya lokal terlihat jelas dalam eksistensi kolok goblok sebagai bagian dari pola konsumsi masyarakat desa di masa lalu. Labu merupakan tanaman yang relatif mudah dibudidayakan, ia dapat tumbuh baik di pekarangan maupun lahan pertanian. Biasanya, labu menjadi komoditas sela saat musim panas.

Karena itu, tanaman ini sering menjadi pilihan bagi keluarga petani sebagai sumber karbohidrat yang murah dan mudah diperoleh, selain beras.

Ketika panen labu melimpah, masyarakat biasanya mengolahnya menjadi berbagai hidangan sederhana, salah satunya kolok goblok. Dalam konteks ini, makanan tidak hanya perihal selera kuliner, tetapi juga cerminan dari ketersediaan sumber daya alam di sekitarnya.

Namun, pola konsumsi lokal ini perlahan mulai tergeser. Dalam beberapa dekade terakhir, kuliner Indonesia semakin didominasi oleh makanan berbasis tepung terigu, padahal bahan bakunya, ialah gandum tidak tumbuh di Indonesia. Fenomena ini ditandai dengan maraknya roti, mi, gorengan, dan kue berbahan terigu yang lebih mudah dijumpai dalam kehidupan sehari-hari, menggantikan pangan lokal seperti singkong, jagung, sorgum, dan tiwul. Berdasarkan data BPS, volume impor gandum Indonesia pada Juni 2025 mencapai 1,0 juta ton, naik 160,76% dibanding Mei 2025.

Jika menilik kebelakang, UNICEF juga menyoroti ketergantungan Indonesia terhadap impor gandum, dimana pada 2022, Indonesia mengimpor 9,5 juta metrik ton biji gandum untuk memproduksi 6,661 juta metrik ton tepung terigu (UNICEF, 2023). Artinya, hampir seluruh produk berbasis tepung di Indonesia, termasuk roti dan berbagai olahan gorengan bergantung pada gandum yang merupakan komoditas impor.

Jika berbicara olahan gorengan, hampir separuh dari bahan dasarnya memerlukan bahan impor, yakni tepung terigu dan minyak untuk menggoreng. UMKM di sektor kuliner seperti produk gorengan, bakso, dan berbagai jajanan, mendominasi konsumsi tepung nasional (51%).

Hal ini menegaskan bahwa sektor informal dan UMKM memiliki peran dominan dalam membentuk pola konsumsi pangan berbasis tepung di Indonesia (UNICEF, 2023). Mengapa makanan berbasis tepung terigu mendominasi pola konsumsi masyarakat Indonesia, meski sebenarnya, berbagai makanan tersebut jauh dari identitas masyarakat Indonesia?

Dominasi tepung terigu ini dapat dipahami melalui teori Hegemoni Gramsci (1935), yang menjelaskan bahwa kekuasaan tidak hanya berupa paksaan, tetapi juga bisa berbentuk persetujuan (consent) yang dibangun melalui budaya, media, dan kebiasaan sehari-hari. Akar permasalahannya dapat ditelusuri sejak 1969, ketika Indonesia menerima bantuan pangan Public Law 480 dari Amerika Serikat yang bertujuan mendistribusikan kelebihan gandum sekaligus membuka pasar baru.

Sejak itu, tepung terigu perlahan mendominasi bahan makanan masyarakat Indonesia. Dampaknya, makanan berbahan pangan lokal semakin terpinggirkan, dianggap kuno, dan tidak relevan, sementara ketahanan pangan nasional menjadi rentan terhadap gejolak pasar global.

Dalam kata lain, ketahanan pangan Indonesia berada di tangan stabilitas global. Sejumlah negara pemasok utama gandum ke Indonesia antara lain; Australia, Kanada, Argentina, Amerika Serikat, Rusia, dan Ukraina. Impor gandum yang tinggi dapat menggeser budaya pangan lokal, mengancam produksi pangan domestik, melemahkan sektor pertanian lokal, hingga berbuntut merugikan petani.

Upaya mengembalikan makanan lokal ke isi piring, saat ini seakan menjadi momentum. Di tengah tidak menentu dan panas nya geopolitik yang dapat mengancam harga dan ketersediaan bahan pangan, makanan lokal seakan mempunyai kesempatan untuk kembali hadir pada isi piring masyarakat Indonesia.

Di tengah ketidakpastian geopolitik global yang mengancam harga dan ketersediaan bahan pangan, pangan lokal kini memiliki kesempatan untuk kembali hadir di piring masyarakat Indonesia. Diversifikasi pangan berbasis bahan lokal seperti labu, singkong, dan ubi dapat menjadi strategi nyata untuk memperkuat ketahanan pangan, sekaligus mengurangi ketergantungan pada komoditas impor.

Pada perkembangan terbaru, Kolok Goblok per 2025 telah diakui sebagai bagian dari Warisan Budaya Tak Benda Indonesia (WBTb) dari Kabupaten Malang (Kominfo Kabupaten Malang, 2026). Pengakuan ini membuka peluang untuk mengangkat kembali hidangan ini sebagai identitas budaya daerah.

Selain nilai budaya dan ketahanan pangan, Kolok Goblok juga berpotensi menjadi daya tarik wisata kuliner. Letak Desa Poncokusumo yang strategis di jalur menuju wisata Bromo menjadikannya aset pariwisata yang menjanjikan, terutama jika dikemas sebagai bagian dari wisata desa atau gastronomi.

Pada akhirnya, upaya menghidupkan kembali Kolok Goblok bukan sekadar nostalgia terhadap makanan masa lalu. Lebih dari itu, ini adalah langkah membangun kemandirian pangan lokal, memperkuat identitas budaya, dan menciptakan nilai ekonomi berbasis komunitas melalui wisata gastronomi.

Menghidupkan kembali makanan lokal merupakan bentuk nyata dari counter hegemony. Dengan memilih bahan pangan lokal, masyarakat tengah membangun alternatif terhadap sistem pangan global yang dominan. Hal ini sejalan dengan gagasan Gramsci bahwa perubahan sosial dapat dimulai dari ranah budaya dan praktik sehari-hari, termasuk apa yang kita makan.

Sumber:

Gramsci, A. (1935). Selections from the Prison Notebooks. International Publishers.
Kominfo Kab. Malang. (2026). Penetapan Warisan Budaya Tak Benda Indonesia.
UNICEF. (2023). Indonesia wheat import analysis. UNICEF Indonesia Office.

Melintas Ruang dan Waktu dalam Balik Tudung Saji

Oleh: Delvina Nabila

Sesuai Rasa Penghantar Cerita

Salah satu waktu favorit saya di rumah oma jelas saat waktu membuka tudung meja makan.

Rasa-rasanya setiap kali akan membuka tudung saji, saya seperti akan membuka kotak hadiah. Tak sabar untuk menikmati menu santapan hidangan segar dari hasil alam negeri ini. Negeri kecil yang berada di sisi Timur Indonesia, tepatnya di Kepulauan Maluku.

Siang itu, ikan goreng, ikan goreng saus kecap, dan sup kacang hijau menjadi menunya, membuat saya tak sabar buru-buru mengambil piring.

Untuk sup kacang hijau, rasanya gurih dengan kacang hijau yang menambah kayanya rasa kuah. Di dalam mangkuk sup juga ada sedikit potongan pasta, tak banyak tetapi menambah tekstur yang menyenangkan dalam setiap sendoknya.

Negeri ini adalah salah satu sumber rempah yang berharga dan menjadi wilayah kolonialisme pada zaman penjajahan termasuk Portugis dan Belanda. Maka beberapa kudapan makanan dan kebiasaan makannya pun mencerminkan jejak sejarah kehidupan masa itu.

Menu sup kacang hijau dengan pasta ini membuat saya seperti merasakan jejak dari pencampuran budaya kuliner negeri ini dengan pengaruh selera kolonial saat itu.

Kali ini pun saya makan siang dengan sepasang set sendok dan fork (garpu) di tangan.

****Ket: warga biasa menyebut garpu sebagai fork*

****Ket: Negeri adalah wilayah administratif, seperti desa yang diolah oleh kesatuan masyarakat adat.*



Berganti Musim, Berganti Isi Piring

Di siang yang panas terik, oma memanggil kami untuk makan. Bergegaslah kami menuju ke dapur sambil menebak-nebak iwak (lauk) apa hari itu. Sayur buncis, rebung santan, kuah colo-colo, dan ikan goreng yang berdaging manis segar menjadi menu santap makan siang.

Menu yang biasa hadir di periode musim barat, yaitu bulan Oktober-Maret, musimnya langit cerah dan cuaca bersahabat. Akan tetapi, saat itu bulan April. Negeri ini harusnya sedang memasuki musim timur atau musim hujan badai.

Pada musim Timur, perahu dan bodi (perahu bermesin) lebih memilih melabuhkan kapalnya di pesisir laut, daripada memaksa bersauh lalu bertaruh nyawa dengan tingginya gulungan ombak dan deru deras hujan badai. “Bisa lebih tinggi dari atap rumah” ujar bapak nelayan veteran tetangga rumah oma.

Warga negeri ini sudah paham hidup dengan siklus musim Timur dan Barat, tetapi hal yang membuat sulit adalah saat tanda alam menjadi sulit dibaca. Tahun ini pun musim Timur mundur sekitar satu setengah bulan. “Orang bilang Musim Timur tu musim susah” begitu tutur anak oma yang biasa mencari jamur di hutan sebagai lauk makan saat musim Timur.

Beberapa tahun sebelumnya, musim barat singgah jauh lebih sebentar dari periode biasanya. Hal yang jelas memberatkan warga sebab hujan deras dan badai berbulan-bulan membuat air menggenangi lahan, sehingga sulit untuk berkebun apalagi menanam bibit. Selain itu, air tawar dari hujan yang mengalir ke laut membuat air menjadi payau-bia (kerang) dan ikan pun menjadi kian mundur jauh ke laut.

Dalam bingungnya warga, tak ada yang menjelaskan mengapa alam berubah, mengapa alam terlihat asing, dan mengapa alam yang selalu mereka sapa dari pagi hingga malam itu memberi tanda-tanda berbeda yang tak bisa dimengerti penyebabnya.





Satu Gulung Papeda, Satu Centong Nasi

Selain nasi, karbohidrat yang juga jarang absen di meja makan adalah papeda. “Gulung cepat-cepat” ujar oma saat mengajarkan cara mengambil papeda menggunakan gata-gata (gulungan kayu untuk papeda).

Sejak dulu, makanan pokok warga adalah papeda yang terbuat dari sagu mantah (mentah). Namun, sejak zaman Orde Baru dengan program beras, masyarakat negeri ini juga makin terbiasa mengonsumsi nasi. Sebetulnya tak ada sepetak pun sawah di pulau kecil ini, sehingga beras yang ada di tempat ini semuanya didapat dari Ambon atau pulau-pulau lain. Hingga kini, yang menjadi makanan pokok bukan hanya papeda tetapi juga nasi putih.

Maka saat kapal dari luar pulau berlabuh, karung-karung beras pun diantarkan untuk menjadi makanan pokok masyarakat di negeri yang beraroma khas pohon sagu ini.

***Ket: Papeda adalah makanan pokok dari sagu dengan tekstur seperti bubur kental.

***Tulisan dan dokumentasi merupakan hasil pengalaman pribadi selama penelitian di Maluku.

Ket foto: papeda kuah kuning



*she was only hungry
Stripped from access to her home
To her land
And her rights*

***Fought by some,
forgotten by the others
She was only hungry
She did not deserve to die
Mutilated then tortured
Her blood sinking
Becoming one with land***

***She was only hungry
Starved by the system
Betrayed by her own
Hungry for life
Hungry for home***

*Her spirit stayed
In her garden
In the future generation
Her spirit prevailed*

*Her land was calling
She answered and came
Home was what she wanted
But not what she expected*

*At what cost should we compromise?
Our Land for national interest
Our People for genocide
Our existence denied*

***We want Papua to be safe
They want Papua to be peaceful
Papua Tanah Damai
Yet our lives become the victim***

***We are all just hungry
Hungry for life
Hungry to be free
Hungry for destiny
For when the sampari wave
We shall answer
And when the time comes
We shall be free***

DD, 10 January 2024 adjusted 5 April 2026

Cerita ini mengenai kasus pembunuhan dan penyiksaan seorang perempuan di Yahukimo yang bernama Aminera Kabak tahun 2023. Beliau hanya ingin ke kebun tapi maut mengikuti dengan bayangan operasi militer.

Instagram:
@resister.id
@bentalarakyat

Profil Kontributor

Dwi Scativana Isnaeni

merupakan seorang pendidik dan penulis yang aktif mengangkat tema-tema keislaman, isu-isu pendidikan, seni, dan budaya masyarakat serta kajian ilmiah.

Listia M

Penulis dan produser yang mendalami isu interseksional dan tertarik pada cerita-cerita resiliensi. Sedang menempuh pendidikan di bidang pembangunan sosial. Sehari-hari merawat kebun dan memasak.

Wisnu Febri Wardana

Saya seorang mahasiswa Kajian Budaya dan Media UGM yang fokus pada isu ekologi, representasi, dekolonial, serta peran media dalam membentuk dan menegosiasikan pengetahuan, dengan menggabungkan kerja akademik, produksi kreatif, dan advokasi.

Febri Mahiyah

Saya adalah penikmat isu sosial, terutama pada kajian pendidikan, dinamika pedesaan dan pencegahan kekerasan seksual. Saat ini, saya sedang gemar mencari tahu tentang pangan lokal dan nilai historis serta kultural dibaliknya.

Delvina Nabila

Paling suka makan dan mendokumentasikan santapan yang ia makan. Saat ada cerita dari balik isi piringnya, wah ia akan lebih senang. Baginya, makanan tidak hanya membuat perut kenyang dan hati senang, ceritanya pun meninggalkan kesan.

DD - Dina Danomira

adalah perempuan Papua asal Moor dan Biak. Ia juga aktivis muda Papua yang lahir besar di Tanah Tabi dan bangga menjadi anak waena hebat-hebat. Dina aktif dalam menyuarakan hak masyarakat adat dan perubahan iklim di Papua maupun di luar.



BABAK 4

Testamen dan hal-hal lainnya

ZINE POLITIK RASA

Tangisan Tanah Papua

Oleh: The Shadow 1961

Dengarkan...

Diamlah sejenak.

Apakah kalian bisa mendengar suara ini?

Bukan...

Bukan suara kota yang penuh kendaraan.

Bukan suara mesin yang meraung-raung.

Ini adalah suara tanah.

Tanah yang telah hidup jauh sebelum kita lahir.

Tanah yang menyimpan cerita yang lebih tua
dari sejarah manusia.

Aku lahir di tanah ini.

Tanah yang kalian kenal sebagai Papua.

Di tanah ini aku belajar mendengar...

Nyanyian burung setiap pagi

Dan di tanah ini aku belajar satu hal yang
sangat penting:

Bahwa manusia bukan pemilik bumi.
Manusia hanyalah bagian kecil dari alam.

Leluhur kami selalu berkata:

*"Jika kau menjaga tanah...
tanah akan menjaga hidupmu, seperti; ko jaga
alam... alam jaga ko..."*

Karena bagi masyarakat adat... tanah
bukan sekadar benda mati. Tanah
adalah ibu.

Ia memberi makan.

Ia memberi kehidupan.

Ia memberi masa depan bagi anak-anak kami.

Dari hutan kami mendapatkan makanan. Dari
daun dan akar kami mendapatkan obat.

Dari sungai kami mendapatkan air kehidupan.

Kami tidak pernah meminta lebih dari yang
kami butuhkan.

Karena kami tahu...
alam bukan untuk ditaklukkan.
Alam untuk dihormati.

Namun suatu hari...

Suara hutan berubah.

Yang terdengar bukan lagi nyanyian burung.

Bukan lagi suara air yang mengalir di sungai.

Yang terdengar adalah suara mesin.

Raungan mesin yang memecah kesunyian
hutan.

Pohon-pohon besar yang berdiri ratusan tahun...
tumbang dalam hitungan menit.

Tanah yang dijaga oleh leluhur kami...
digali tanpa ampun.

Sungai yang dulu jernih seperti kaca...
berubah menjadi lumpur yang keruh.

Mereka datang membawa kata-kata manis di
telinga,
kata-kata enak didengar:
Pembangunan.
Kemajuan.
Kesejahteraan.

Tetapi aku bertanya kepada mereka:
Kemajuan untuk siapa?

Bagi mereka yang mengambil emas dari perut
bumi?

Atau bagi kami yang kehilangan rumah dan
kehidupan?

Ketika hutan ditebang...kami
kehilangan makanan.

Ketika sungai tercemar...

Kami kehilangan air kehidupan.

Ketika tanah adat diambil... kami
kehilangan masa depan.

Tetapi yang paling menyakitkan...
adalah ketika suara kami tidak didengar.

Tanah ini mengingat semuanya.
Ia mengingat langkah kaki leluhur kami.
Ia mengingat nyanyian anak-anak di tepi sungai.
Ia mengingat bagaimana manusia pernah hidup selaras dengan alam.

Tetapi tanah ini juga mengingat luka.
Luka dari keserakahan manusia.
Luka dari dunia yang lupa bahwa bumi bukan sekadar sumber kekayaan.
Bumi adalah rumah.

Aku tidak berdiri di sini untuk menyalahkan siapa pun.
Aku berdiri di sini untuk mengingatkan.
Bahwa jika hutan terakhir tumbang...
jika sungai terakhir tercemar...
jika tanah terakhir dirampas...

Kita akan menyadari satu hal yang terlambat kita pahami:

Bahwa uang tidak bisa dimakan.
Bahwa emas tidak bisa hidup tanpa alam.

Tetapi...
belum semuanya terlambat.
selama masih ada orang yang peduli pada bumi...
selama masih ada yang menanam pohon...
selama masih ada yang berani melindungi tanah dan hutan —
Harapan masih hidup.

Bumi tidak meminta kita menjadi pahlawan.
Bumi hanya meminta kita untuk mengingat.
Mengingat bahwa kita semua hidup dari tanah yang sama.

Dan suatu hari nanti...
kita semua akan kembali ke tanah yang sama.
Maka ingatlah satu hal.
Bumi tidak membutuhkan manusia untuk bertahan hidup.

Justru manusialah
yang membutuhkan bumi untuk bertahan hidup..
Dan jika suatu hari tanah ini benar-benar berbicara...
ia tidak akan bertanya siapa yang paling kaya.
Ia hanya akan bertanya: "Siapa yang masih peduli...?"

Wahsyallam...

Pesan Untuk Bumi

Oleh: Otis Strauss

Panas... Gerah...

Sudah habis es buah lima gelas, masih terasa membara

Sudah nyalakan kipas angin lima buah, masih terasa gerah sampai aku buka baju

AC? Nyaris tak ada efeknya! Bahkan masih terasa panas walau aku sedang ada di Eropa kini

Hei, apa ini? OMG, jalannya meleleh, kawan! Dan auh, kakiku melepuh kena lelehan sandal! Sial!

Ok Google, berapa suhu Eropa sekarang? WTF, sekitar 50°C! Aku sampai bisa memanggang ayam tanpa kompor, merebus telur tanpa panci dsb. Hebat, bukan?

Hei, hei, hei! Sebagian malah dapat hujan es di wilayah lain. Anomali, ini menarik juga!

Wahai Sang Surya! Dapatkah kau turunkan panasmu yang kau pancarkan pada kami?

Ah, aku lupa... Kau tak salah...

Tidak... Kau tak pernah salah...

Kami, para manusialah yang salah

Andai ada cermin, cermin itu akan hancur kala kami ada di depannya

Karena kami tak sanggup bercermin, mengingat betapa besar dosa kami ke bumi yang seharusnya kami jaga, rawat dan lindungi sesuai kodrat dari Tuhan Yang Maha Esa

Hai Hutan, Sang Paru-Paru Dunia!

Berapa kini yang tersisa darimu?

Apakah kau masih sanggup berperan sesuai julukanmu?

Sepertinya berat, kami jaga dan rawat satu, ratusan hilang tak tersisa

Hai Ozon! Berapa banyak lubang yang kami buat?

Dapatkah kau masih bertahan sebagai salah satu pelindung bumi?

Tambal satu disini, muncul lubang di tempat lain, jumlahnya dan ukuran besar pula

Tanam sejuta pohon, miliaran polutan menyerbu

Apa kita para manusia harus mulai mencari planet baru?

Atau fokus pada misi menyelamatkan bumi?

Hmm, pilihan yang sulit, tetapi sepertinya jawaban kedua prioritas

Apa kami hanya berdiam saja? Tidak

Reduce-Recycle Reuse-Recover-Replace

Tapi, itu tidak cukup, kawan!

Bumi ini masih panas membara dan akan semakin mirip neraka

Kalau tak ada perubahan besar dari kita semua

Ini masalah bersama, kawan!

Come on, Reunite, Rethink dan Reaction!

Ingat, kita harus hadapi ini bersama!

Kalau bukan kita siapa lagi, kawan?

Tak ada tempat yang layak manusia tinggal selain Bumi

Reunite-Rethink-Reaction

Digabung dengan 5R sebelumnya jadi 8R

Mari kita jaga, rawat dan lindungi bumi sesuai kodrat kita!

Ayo, kita bergerak! Belum terlalu terlambat untuk itu

Demi kita! Demi Bumi!

8R, Bumi akan abadi!



Rasa dan Kuasa:

Oleh: Arni Magdalia

Membaca ulang cita rasa makanan yang dikonstruksi

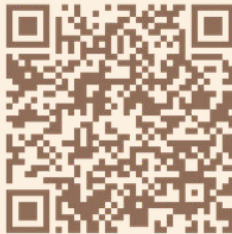
"Belajarlah makan jagung, ubi ataupun pisang karena tidak semua keluargamu akan menyuguhkan nasi ketika kamu berkunjung," tutur mama waktu itu.

Saya adalah seorang anak perempuan dari Alor, Nusa Tenggara Timur (NTT) yang menjadi bagian dari generasi Z, atau sering disebut genzi. Sejak usia anak, lidah saya sudah diperkenalkan oleh berbagai olahan makanan. Dari tekstur yang lembek ataupun keras pernah menyertai perjalanan hidup saya.

Bagi saya, sumber karbohidrat yang bisa saya terima adalah nasi, dan karbohidrat lain seperti ubi, jagung, ataupun pisang hanyalah "cemilan". Nasi menjadi lekat dalam pikiran saya, karena setiap bulan saya menjadi anggota keluarga yang mendapat "jatah beras", hasil kebijakan pemerintah bagi keluarga Pegawai Negeri Sipil (PNS).

Alam bawah sadar saya juga ikut menarasikan bahwa "belum kenyang kalau belum makan nasi", sehingga sedari dulu, saya pilih-pilih makanan, secara khusus olahan jagung. Nasi yang dicampur jagung dan "jagung ketemak" merupakan hal yang tidak saya sukai, dan saya selalu berceloteh dengan mama dan mengadu "lambung saya sakit harus mengunyah makanan keras seperti ini".

Audio story – Pindai untuk cerita selengkapnya



Film Dokumenter: Ilmu Tumbuh Subur Bumi

Oleh: Di Balik Bingkai

Sinopsis:

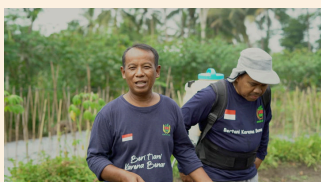
Film dokumenter “Ilmu Tumbuh Subur Bumi” mengisahkan perjalanan hidup Udi, yang memilih meninggalkan profesinya untuk menjawab panggilan bumi dan mengabdikan hidupnya pada pertanian yang selaras dengan alam.

Melalui Komunitas Subur Bumi, ia bersama para petani dan generasi muda merawat tanah yang rusak agar kembali hidup, menanam, belajar, dan berbagi pengetahuan tentang cara merawat bumi secara berkelanjutan.

Film ini merekam pergulatan, keyakinan, dan praktik nyata merawat tanah sebagai sumber kehidupan, sekaligus menegaskan bahwa menjaga kesuburan bumi bukan sekadar pekerjaan bertani, tetapi juga upaya membangun kemandirian serta memperkuat ketahanan pangan.

“Subur Bumi” menghadirkan harapan bahwa melalui kesadaran dan kerja bersama, bumi yang subur dapat terus diwariskan kepada generasi mendatang sebagai ruang hidup dan sumber pangan yang lestari.

Film Dokumenter Ilmu Tumbuh Subur Bumi –
Pindai untuk menonton



Rumahku, Byak

Nukilan Naskah Monolog, Tentang Angganeta Manufandú

Oleh: Safina Maulida dan Samuel Womsiwor

(Setelah tiba untuk pertama kali di Byak tahun 2020, Corona tak pernah ingin berpindah. Setelah menjalani proses menulis silsilah, ia sadar, banyak yang disembunyikan keluarga dalam catatan sejarah arus utama. Corona datang tak sendiri, ia ditemani perempuan alkemis yang membantunya membaca yang tak tertulis. Adegan ini berlangsung di dalam kapal yang sedang akan menepi di Pantai Opiaref, Pulau Numfor, Byak)

Mari kita bicara Byak (*berhenti sejenak, menarik napas*). Tempat para petarung lampau leluhur Papua berdiam. Wilayah yang menjadi barometer pergerakan Papua dalam menjangkau seantero Nusantara dan Kejayaan Asia. Piring, Guci, Parang, Kain Timor hingga peralatan teknologi lainnya adalah rentetan bukti sejarahnya...

(Mengambil buku tentang sejarah Byak dalam bahasa belanda dari deck kapal)

Namun para Imperium datang dengan membawa Tuhan dan Kemuliaan yang saat itu searah dengan kejayaan Koreri—pergerakan Surga rakyat Papua, mendorong orang Byak berbenah dan berbuka diri, tanahnya ditempati, diduduki (*Jeda. Duduk di ujung kursi*), namun menjadi kilas balik pembantaian dan tirai imperialisme yang lebih besar masuk ke Tanah Papua. Hari ini kita tak melihat satu warisan artefak yang tersisa, karena semua dimusnahkan atas nama Tuhan dan pemusnahan kekafiran.

Cerita itu belum selesai saat dunia telah memasuki Perang Dunia I dan II, lokasi Byak dan rentetan pulau sepanjang jalur Pasifika menjadi sasaran pendudukan untuk membenteng perluasan pemusnahan manusia dengan artileri perang dan bom atom. (*Berdiri, memegang dada*) Jepang masuk pada 1941 memaksa Koreri yang hanya berbarengan dogma mimbar, berubah menjadi gerakan perlawanan fisik yang ditaklirkan oleh Angganita Manufandu setahun setelahnya. (*Jeda. Berjalan selangkah*) Angganita, ia tak hanya kuat dan memukau.

(Memasukan tangan ke dalam saku celana, berdiri tegap)

Dua tahun setelah itu, 1944, Amerika lalu masuk yang menjadi tonggak awal pengeboman Hiroshima dan Nagasaki Jepang serta klaim kemenangannya pada Perang Dunia II kala itu. Indonesia lalu masuk berturut-turut dengan kekuatan diplomasi dan militer sejak 1947, 1959, hingga awal 1960 yang menyabotase semangat manifesto Politik 1961 dan pendudukannya sejak 1963.

Rakyat Papua dibantai dengan operasi militer skala besar dan luas sepanjang 1970an setelah perlawanan revolusioner Organisasi Papua Merdeka (OPM) 1965 di Arfai dan meluas ke wilayah lainnya hingga ke Biak. Sepanjang pendudukan dan mobilisasi militer, praktek ekspansi militer dan stigmatisasi meluas dan beriringan, tak berhenti.

(Jeda. Merenung sebentar) Angganita, jejakmu dihilangkan..

BERAS MERAH



"RASA TERIMA KASIH IBU BUMI DARI PETANI KENDENG UTARA"

KENDENG LESTARI

**PENGOLAHAN TANAH DENGAN
SUMBER AIR DARI KELESTARIAN
PEGUNUNGAN KENDENG UTARA.
PERTANIAN ALAMI TANPA
MENGUNAKAN PUPUK KIMIA.**

**DENGAN MEMBELI PRODUK INI
ANDA TELAH Mendukung
GERAKAN PELESTARIAN DAN
PENYELAMATAN
LINGKUNGAN KENDENG UTARA.**

KENDENG LESTARI

BERAS MENTIK SUSU



"RASA TERIMA KASIH IBU BUMI DARI PETANI KENDENG UTARA"

KENDENG LESTARI



Baca kisah perjuangan Komunitas Samin melawan perusahaan semen di Pegunungan Kendeng melalui QR berikut:



Akses pemesanan beras kendeng:

Kedai JATAM.

12, Jl. Palapa XIX No.38, RT.12/RW.5, Ps. Minggu,
Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta, 12520

Phone: +62 813-1836-6914

Tokopedia-Shopee: Kedai JATAM

Instagram: @kedaijatam

Zine Lingkar Selatan Vol. 01 Sukahaji Melawan

Ini adalah sebuah catatan. Tentang kasus yang terus-menerus berulang di Bandung: Penggusuran.

Zine ini adalah ketikan-ketikan kritis tentang Sukahaji yang sedang berjuang melawan perampasan lahan. Bagaimana kronologi yang terjadi, surat dan dokumen, catatan dari kawan, dan bentuk fisik untuk bertahan.

Walau sedepa.

Zine ini adalah bentuk protes, bentuk hidup, dan bentuk bertahan bahwa informasi perlu ditulis.

Sebarkan, kabarkan.

Instagram: @sukahajimelawan



Instagram:
@resister.id
@bentalarakyat

Profil Kontributor

The Shadow 1961

Di atas panggung yang gelap gulita, muncullah cahaya. Terdengar suara hutan Papua yang sedang berbisik lembut dari kejauhan, kepada mereka; manusia, burung, angin, sungai dan laut untuk tetap hidup.

Dwi Noviantoro

Otis Strauss nama penanya. Pemuda asal Mojokerto tertarik dengan dunia sastra sejak SMP dan mendalami pasca SMA. Menyadari masih pemula, ia membuka diri terhadap kritik, saran, opini dari pembaca dan penulis lain.

Arni Magdalia

Di Balik Bingkai

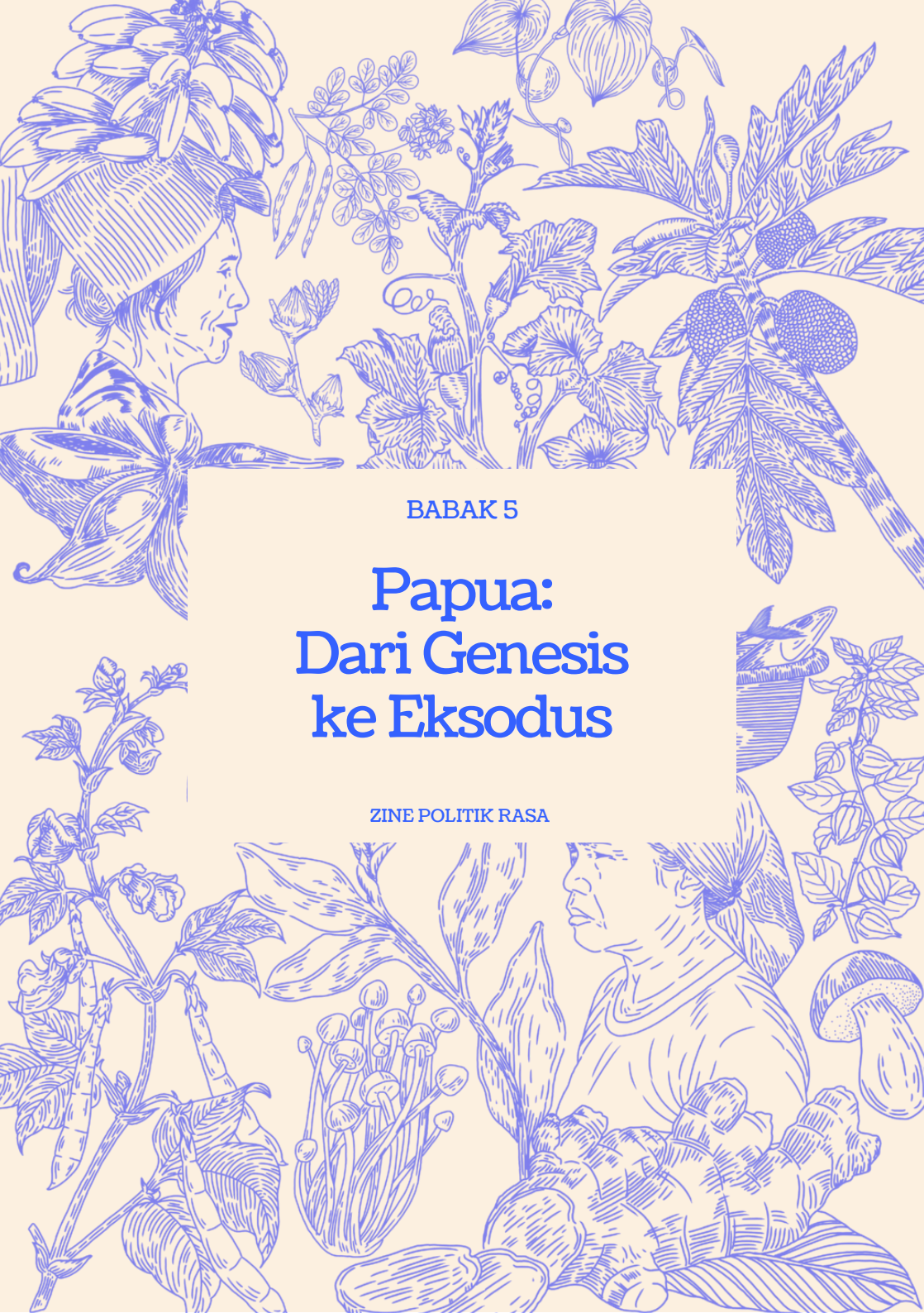
komunitas berbadan hukum sejak 2018 bergerak di bidang archives dan documentary. Mengarsipkan kehidupan dan menghidupkan arsip. Merekam kehidupan, melestarikan dan mendiseminasikan pengetahuan melalui karya audio visual.

Samuel Womsiwor

Orang Kampung yang mencoba berpikir melampaui dinding kebiasaan.

Safina Maulida

Pegiat ekofeminisme dan perdamaian. Mendirikan Resister Berdaya Pulih sejak 2017. Praktisi transdisipliner yang terus berpindah di wilayah Asia Tenggara dan tetangga jauhnya. Melihat wilayah sebagai tanah *Encounter*—ruang perjumpaan.



BABAK 5

Papua: Dari Genesis ke Eksodus

ZINE POLITIK RASA



The Upturned Mother Earth

Oleh: Metalhead Melankolis

This work portrays the condition of nature in Indonesia, where illegal deforestation continues to take place to this day. It points to a troubling irony: much of this exploitation is carried out by companies that are owned or directly protected by the government itself. Despite the consequences of damaged ecosystems, disrupted food chains, declining sources of livelihood and sustenance, as well as the growing risk of natural disasters and climate crisis, these realities are often set aside in the pursuit of profit.

The work diligently crafted using a combination of acrylic paint, HVS paper, and magazine cutouts, created during a depressive episode by Metalhead Melankolis in September 2025. The original piece measures 14 × 15 cm.

Genesis Papua Bukan Tanah Kosong

Oleh: Samuel Womsiwor dan Safina Maulida

**"Jauh Sebelum Agama dan Negara Hadir.
Adat sudah lahir terlebih dahulu...
Orang Papua tanpa Adat, ibarat Pohon tanpa akar"
—Terry Anderson Inggabouw**

Mengingat ulang genesis Papua Bukan Tanah Kosong adalah langkah tegas dan prinsipil. Ia menjadi cara dekolonisasi pandangan ditengah arus pembangunan, pemberdayaan, investasi dan militerisasi yang dilakukan Indonesia ke bangsa Papua selama lebih dari 64 tahun. Narasi pembangunan-pemberdayaan selalu beriringan dengan pendekatan pemerintah Indonesia yang saat ini menstigma Papua sebagai lahan kosong, tanah tak berpenghuni, layak dibantu-bangunkan. Sehingga, negara menjelma hadir sebagai pemilik, juru penyelamat, namun sembari menghancurkan eksistensi manusia dan tanah Papua yang ada jauh sebelum negara itu ada.

Kutipan kawan Terry bahwa Negara dan Agama tak bisa mendefinisikan Orang Papua dan identitasnya, bahwa memilih menjadi Papua adalah hal naluriah orang Papua. Lewat pekik Papua Bukan Tanah Kosong, ia menjadi lonceng peringatan tentang keberadaan orang Papua yang tidak untuk dinegosiasikan. Orang Papua tidak perlu diakui untuk menjadi ada, mereka telah sejak lampau dan akan terus begitu sampai kapanpun.

Dalam historisnya, pekik Papua Bukan Tanah Kosong lahir dari kesadaran resistensi gerakan muda Papua sejak 2016. Ia yang tumbuh di ruang diskusi, kebudayaan, hingga politik perlawanan gerakan muda, ketika orang Papua dan solidaritasnya mulai mengartikulasikan kritik kepada negara dan kekuatan global dalam memandang Papua. Konsep yang dilawan oleh pekik ini adalah *Terra Nullius*, sebuah doktrin sejarah yang dibenarkan oleh imperialisme-kolonialisme untuk mencaplok wilayah masyarakat adat di luar Eropa yang dianggap tak berpenghuni mulai dari Australia, Eropa, hingga kawasan selatan lainnya.

Pekik ini menjadi alat perlawanan, lewat tulisan, diskusi, poster perlawanan, mural, protes masa, hingga jejak digital sebagai kesatuan kolektif membangun narasi bersama bahwa manusia dan tanah Papua ada sebuah wujud eksistensi sebagai konter narasi buatan kolonialisme, imperialisme, dan segala bentuk penghapusan identitas.

Pada mulanya, *Terra Nullius* a la Indonesia hadir di Papua dengan operasi pencaplokan lewat Suara Pidato Sukarno di alun-alun Utara Jogjakarta, yakni: Gagalkan pembentukan negara boneka Papua buatan kolonial Belanda; Kibarkan Sang Merah Putih di Irian Barat, tanah air Indonesia, dan bersiaplah untuk mobilisasi umum guna mempertahankan kemerdekaan dan kesatuan tanah air dan bangsa. Sebuah kumandang kejahatan kemanusiaan yang menghadirkan luka dan trauma politik lintas generasi, serta mengubah tanah Papua sebagai ruang hidup perdamaian menjadi medan tempur berdarah—24 operasi militer terlaksana hingga 2026, adalah cerita yang terlalu panjang militerisme berdarah sejak Trikora 1961. Operasi yang beriringan dengan penghancuran ekologi yang masif, luas, dan terstruktur di seantero Papua.

Hal yang begitu mudah kita jumpai, sebab militer menjadi jalur tol bagi investasi yang kian merambat di tanah Papua. Pada 1984, lewat operasi militer berbisnis sawit di Keerom, lalu meluas ke Sorong, Merauke dan terus menghancurkan hingga sekarang. Merauke dengan 2,5 juta hektarnya saat ini adalah satu dari sekian primadona Indonesia meski itu telah berlangsung lama.

Papua Bukan Tanah Kosong adalah fakta. Tanah Papua adalah rumah bagi banyak orang. Rumah yang jelmannya tak hanya bangunan, namun juga rumah sebagai tempat bermimpi dan punya harapan, dan tempat segala kemungkinan bermukim. Ketika kolonisasi hadir, perampasan tanah, sampai merubah kelompok masyarakat menjadi pengungsi, tak hanya fenomena perpindahan tubuh, tetapi menjadi proses kekerasan yang menggeser dan memindah *beyond* tubuh—keseluruhan elemen hidup. Tanah Papua tak hanya maujud sebagai teritori atau lahan politik.

Tanah Papua adalah sesuatu yang terus-menerus menjadi dan membentuk; menangkap hasil laut, berkebun, pergi ke gereja—dan pulau dan pantai, bukan sekadar hampan wilayah yang tenteram di peta. Papua, adalah hasil dari perjumpaan yang tak pernah selesai antara mega politik imperial dan kapital, antara kekuasaan dan ingatan kekerasan kolektif. Bahkan pada pembentukan penamaan di tanah papua yang hadir puluhan tahun seolah netral, ternyata penuh keberpihakan politik. Puncak Trikora? Cartenz yang ternyata juga bukan Cartenz.

Ke bagian selatan, di sana, emas mengendap bukan hanya sebagai komoditas, tetapi sebagai imajinasi politik penuh kekerasan yang memaknai Papua—bukan sebagai hutan dunia, tetapi sebagai lahan bagi ekonomi global, sekaligus medan intervensi militer yang tak pernah benar-benar akan selesai. Papua sebagai tanah air tidak hanya mengikat ruang. Ia juga mengatur lamanya sebuah *epoch*. Tanah Papua bagi orang Papua dibayangkan sebagai masa depan, saat bagi Jakarta dilihat sebagai poros penuh janji kemakmuran palsu. Termasuk hampan garis-garis politik dalam usaha Otonomi Khusus misalnya, tampak tegas di peta politik namun rapuh dalam kemanusiaan. Narasi Papua Bukan Tanah kosong adalah metode membayangkan ulang. *Pekikan yang harus!*



Lambung Pangan

*Ada yang pernah bilang ke sa
Kenapa Papua tidak bisa mengalah saja
Mengalah untuk kas makan 250 juta orang*

*Sa balas
Tapi yang dipertaruhkan?
Hutan hilang
Dapur kosong
Kami musnah*

*Ketika dong babat hutan
Dong juga minta uang untuk jaga hutan
Dong jual hutan kepada dunia
Seakan Papua tidak ada penghuninya*

*Dong paksa kitong mengalah
Untuk jadi perut buat bangsa
Dan paru-paru untuk dunia
Padahal tong pu badan disiksa
Sampai langkah kaki dihilangkan*

*Sa pu perut dong ambil
Sa pu paru-paru dong ambil
Dong coba ambil hati
Tapi sa pu jantung melawan
Sup ine masih kuat
Sa pu tubuh masih kuat
Sup ine masih melawan
Sa akan selalu melawan*

DD, 5 April 2026

Bukankah Seharusnya Tidak Semua Orang Indonesia Harus Makan Nasi, Ya?

Oleh: Gregoria Maisy DL

Sebuah refleksi mini setelah membaca Sagu Papua untuk Dunia

Picky eater adalah label yang awalnya malu-malu aku sematkan, lama-lama aku lekatkan saja sebagai identitas diri untuk secara egois mempermudah kepentinganku sendiri. Waktu kecil, aku sangat pilih-pilih kalau makan—tidak suka ini, hanya suka itu; makanan itu harus begini, tidak mau kalau disajikan begitu; kalau ada bagian ini tidak mau, hanya suka bagian yang itu.

Bahkan, untuk mengonsumsi nasi sebagai sumber karbohidrat, hanya spesifik nasi putih yang mau aku makan. Tidak suka nasi goreng, nasi merah, nasi uduk, nasi kuning; tidak mau nasi yang ada warna-warnanya, tidak suka nasi yang ada rasa-rasanya, nasi itu pokoknya harus putih dan tawar! Sumber karbohidrat lainnya pun jadinya jarang aku cicipi, yang waktu kecil kucoba hanya kentang dan singkong.

Masalahnya, bumi tidak berputar mengelilingi maunya lidahku saja. Mungkin aku cukup beruntung masih punya banyak pilihan. Namun, kurasa tidak semua orang bisa begitu. Beberapa dari mereka secara tidak langsung ‘dipilihkan’ makanannya. Seiring bertumbuh dewasa, aku belajar untuk mengurangi tabiat buruk pilih-pilih makanan layaknya sudah berpenghasilan sejumlah bos tambang begitu.

Niat sederhana ini kemudian coba aku dukung dengan sokongan ilmu pengetahuan. Dan dalam kesempatan mengembalikan kebiasaan membaca yang sudah lama sirna, niat mengurangi kebiasaan pilih-pilih makanan ini didukung dengan membaca sebuah karya nonfiksi perihal pangan yang kalau boleh jujur seperti ini tidak pernah ada di opsi pertamaku untuk memenuhi kebutuhan karbohidrat harian, yaitu sagu.

Jika boleh kusebut pakai bahasa urban kekinian, sejujurnya, bagiku, sagu adalah makanan yang underrated. Sebenarnya aku cukup merasa bersalah berpikir begini. Namun, bagaimana lagi, pengetahuan seperti ini baru aku peroleh di usia kepala dua karena selama bertumbuh dewasa aku tahunya semua orang Indonesia makanan pokoknya itu nasi. Pandangan baru ini kuperoleh, salah satunya, dari membaca buku berjudul Sagu Papua untuk Dunia (2019) yang ditulis oleh Ahmad Arif di perempat awal tahun ini.

Aku belum banyak membaca buku nonfiksi, dan, menurutku, ini salah satu karya yang boleh kubilang amat baik. Tanpa bermaksud mengadunya seperti ayam, buku ini menang telak jika dibandingkan dengan salah satu karya dari seorang ‘pembesar bangsa’ yang judulnya ada kata paradoks-paradoksnya itu. Dilengkapi dengan foto-foto hasil turun lapangan yang berwarna-warni, buku ini menjelaskan secara terstruktur tentang sagu sebagai pangan lokal, dimulai dari sejarah sagu, persoalan sagu di Papua, hingga potensi sagu dan industrinya. Buku karya Ahmad Arif ini juga dilengkapi boks-boks cerita tambahan yang melengkapi narasi di setiap babnya.

Sagu Papua untuk Dunia dapat menjadi salah satu pengantar untuk masyarakat awam sepertiku untuk menelusuri lebih dalam soal isu diversifikasi pangan yang jarang naik ke permukaan. Iya, menurut keyakinanku, anggapan bahwa orang Indonesia merasa belum makan kalau belum mengunyah nasi bisa dibilang akal-akalan rezim masa lalu saja yang mempersempit sumber pangan pokok hanya pada beras. Padahal, tidak semua wilayah di Indonesia sejatinya ideal untuk ditanami beras, lho... Di Papua, seperti yang dibahas di buku ini, pohon sagu sebenarnya lebih memungkinkan untuk dibudidayakan daripada beras.

Ahmad Arif dalam bab pertama telah menyajikan data distribusi tumbuhan sagu di Indonesia berdasarkan data dari Laporan Unit Percepatan Pembangunan Provinsi Papua dan Provinsi Papua Barat (UP4B). Dari total luas cadangan sagu sebesar 5.519.637 hektare, seluas 4.749.424 hektare ada di Papua dan 510.213 hektar di Papua Barat.

Mirisnya, pada bab ketiga, Ahmad Arif memaparkan fakta bahwa di Papua sendiri, berita yang lebih sering terdengar justru perihal kelaparan dan gizi buruk. Menurutnya, selain karena mengenal berbagai pangan dari luar, masyarakat Papua jadi mengonsumsi nasi karena kebijakan pemerintah yang meminggirkan nilai penting sagu. Di pulau dengan potensi sagu lebih dari lima juta hektar tersebut, masyarakatnya justru secara tidak langsung jadi terus-menerus bergantung pada kiriman beras dari Pulau Jawa.

Buatku, fenomena ini sedikit konyol dan banyak jahatnya. Rasanya tidak masuk akal membayangkan seseorang tinggal di tanah yang amat kaya, punya bahan pangan lokal yang sebenarnya sangat bernutrisi, tapi justru malah bergantung pada panganan yang berasal dari pulau lainnya, sampai-sampai para penghuni tanah itu sendiri yang jadi miskin, lapar, dan menderita... Aku tahu, yang barusan itu terlalu panjang sebagai satu kalimat, namun rasanya sebanding dengan rasa frustrasi yang tidak bisa singkat-singkat saja diungkapkannya.

Dalam hal ini, yang juga berkesan untukku, Ahmad Arif, dalam bukunya, juga membahas mengenai logika sempit pengambil kebijakan selama ini yang juga bisa dibilang amat Jawa sentris. Segalanya yang berkaitan dengan kemajuan ini di negeri ini terlalu terpusat di Jawa dan tentang Jawa. Ini memunculkan pemikiran bahwa apa-apa yang Jawa seolah maju, seolah paling benar.

Di Jawa, petani bisa tanam padi, maka di pulau-pulau lain, padi juga harus dibudidayakan. Orang Jawa makan nasi, maka semua orang Indonesia juga bisa dan harus makan nasi. Padahal, apa iya bisa disamaratakan begitu? Kita ini bangsa yang besar 'kan? Bangsa yang majemuk?

Kalau boleh bicara yang lain-lain, sesungguhnya pola pikir sempit ini masih dipertahankan. Bahkan dalam proyek raksasa berkedok program prioritas nasional yang diniatkan jadi pengentas tengkes (stunting) itu.

Ketika aku bisa seenaknya pilih-pilih makanan, kalau tidak suka tidak mau makan, masyarakat di Papua, boleh kukatakan, justru 'dipilihkan' makanannya. Ada relasi kuasa yang tentunya amat struktural yang menghambat masyarakat di Papua untuk bisa melestarikan apa yang memang milik mereka. Mereka yang sesungguhnya punya opsi lebih baik justru dipaksa untuk tidak bisa memilih opsi tersebut. Mereka dijajah di tanah sendiri dan dicekoki apa yang dianggap 'baik' untuk mereka. Tanpa punya kesempatan untuk sedikit saja mengeluarkan suara sendiri. Aku punya kebebasan (dan keegoisan) memilih makananku, aku harap mereka yang di Papua juga demikian.



Aroma yang Selalu Lebih Dulu Pulang

Oleh: Molla

Pernah tidak, kamu mencium sesuatu lalu tiba-tiba dada terasa penuh, padahal kamu tidak sedang di mana-mana?

Saya pernah.

Bukan di Wamena. Justru saat jauh sekali.

Waktu itu tidak ada bakar batu, tidak ada keluarga, tidak ada suara orang-orang. Hanya satu aroma yang lewat sebentar, tipis sekali. Tapi cukup untuk membuat saya berhenti, diam, dan tahu: saya sedang mengingat rumah.

Rumah, buat saya, tidak pernah benar-benar berbentuk bangunan. Ia lebih sering datang sebagai rasa. Dan anehnya, rasa itu tidak langsung muncul di lidah. Ia muncul dari bau. Dari sesuatu yang bahkan belum kita makan.

Di Wamena, kami tidak pernah benar-benar menyebut makanan satu per satu. Semua seperti datang dalam satu kesatuan. Tapi kalau mau diurai pelan-pelan, selalu ada yang tidak pernah absen: hipere, hipereka, wam, hom, wakoleka, sukuneka, dan satu yang sering dianggap kecil tapi justru paling menentukan... si wangi bernama liwoka.

Hipere, ubi itu, tumbuh di tanah yang dingin. Di tempat yang tidak semua tanaman bisa bertahan. Mungkin karena itu rasanya berbeda. Tidak manis seperti gula. Lebih seperti manis yang diam. Tidak langsung terasa di depan, tapi tinggal lama di belakang. Orang luar kadang tidak menganggapnya istimewa. Tapi bagi kami, itu dasar. Itu yang menghidupi.

Hipereka, daun ubi, hampir selalu ada. Direbus sederhana saja, kadang hanya dengan garam. Kadang bercampur dengan sedikit lemak dari wam. Tidak banyak bumbu. Tidak banyak teknik. Tapi justru itu yang bikin rasanya jujur. Tidak ditutup-tutupi.

Wam/daging babi, tidak pernah hadir tanpa alasan. Dia bukan sekadar lauk. Dia selalu bagian dari sesuatu. Ada cerita di baliknya. Ada pertemuan, ada perayaan, kadang juga ada duka. Wam selalu datang saat orang-orang berkumpul. Tidak pernah dimakan sendiri.

Hom, keladi, memberi rasa yang lebih berat. Lebih mengenyangkan. Dia tidak mencolok, tapi kalau tidak ada, terasa kurang. Seperti sesuatu yang tidak disebut, tapi penting.

Wakoleka dan sukuneka tumbuh dekat dengan kami. Tidak perlu dibawa dari jauh. Tidak perlu menunggu lama. Rasanya segar, tapi juga tenang. Mereka seperti tahu bahwa mereka tidak perlu menonjol untuk berarti.



Lalu ada si harum liwoka.

Kalau kamu tidak terbiasa, mungkin kamu tidak akan langsung sadar. Tapi bagi kami, liwoka itu seperti penanda. Aromanya khas sekali. Tidak keras, tapi jelas. Begitu dia masuk ke masakan, semua berubah. Bukan jadi lebih kuat, tapi jadi lebih utuh.

Yang menarik, liwoka itu sering tidak terlihat saat makanan sudah jadi. Dia seperti hilang, menyatu. Tapi justru di situ perannya. Dia tidak ingin terlihat. Dia ingin semua yang lain terasa.

Semua bahan itu biasanya bertemu dalam satu proses yang selalu ditunggu: bakar batu

Banyak orang mengira bakar batu itu memasak di dalam tanah. Sebenarnya bukan tanah yang langsung bersentuhan dengan makanan. Yang jadi lapisan utama justru dedaunan. Daun-daun itu disusun tebal sebagai alas dan penutup. Batu panas diletakkan di antara lapisan itu. Jadi makanan tidak pernah benar-benar “kena tanah”. Yang bekerja itu panas dari batu dan uap yang terperangkap di dalam daun.



Ada yang jarang orang perhatikan juga. Daun-daun yang dipakai bukan sembarang daun. Selain untuk menahan panas, mereka juga memberi aroma. Di situ liwoka sering ikut masuk. Diam-diam. Menyusup di antara hipere, hipereka, sukuneka, wakoleka, hom, dan wam.

Semua disusun pelan. Tidak asal. Ada urutan. Ada cara. Hipere dan hom biasanya di bagian bawah, karena butuh waktu lebih lama. Wam di tengah. Daun-daunan melapisi semuanya. Lalu ditutup lagi. Rapat.

Setelah itu, tidak ada yang bisa dilakukan selain menunggu.

Tapi justru di situ bagian pentingnya. Orang-orang tidak pergi. Mereka tetap di situ. Duduk, bicara, tertawa. Waktu berjalan lebih lambat. Tidak ada yang terburu-buru, karena semua tahu, yang sedang dimasak bukan hanya makanan.

Saat akhirnya dibuka, uap panas langsung naik. Dan sebelum kita melihat isinya, sebelum tangan menyentuhnya, sebelum lidah merasakan... aroma itu sudah sampai duluan.

Dan hampir selalu, yang paling cepat sampai itu liwoka.

Itu yang saya rindukan.

Bukan hanya rasanya. Tapi momen ketika aroma itu muncul dan semua orang langsung tahu, tanpa perlu bilang apa-apa, bahwa ini milik kita bersama.

Sekarang, saat saya jauh dari Wamena, saya sering makan banyak hal yang lebih “lengkap”. Lebih modern. Lebih rumit. Tapi tidak ada yang benar-benar tinggal.

Sampai satu saat, saya mencium sesuatu yang mirip. Tidak persis sama. Tapi cukup dekat untuk membuka semuanya. Tiba-tiba saya ingat tangan-tangan yang menyusun daun, batu yang panas, suara orang-orang, dan cara kami menunggu tanpa gelisah.

Di situ saya sadar, yang selama ini saya cari bukan makanan itu sendiri.

Tapi cara makanan itu dibuat.

Cara orang-orang berkumpul.

Cara rasa itu lahir dari tanah, lewat tangan, lalu tinggal di tubuh.

Pangan kami bukan sekadar soal makan, tapi soal siapa kami dan bagaimana kami bertahan. Selama hipere masih ditanam, liwoka masih dipakai, dan bakar batu masih dilakukan, kami tidak sepenuhnya kehilangan diri, karena di situlah kedaulatan kami hidup, di tanah, di rasa, dan di cara kami berbagi.

Dan mungkin itu kenapa, sampai sekarang, setiap kali saya mencium sesuatu yang sedikit saja mengingatkan pada liwoka... saya selalu berhenti sebentar.

**Karena saya tahu,
ada bagian dari saya yang sedang pulang,
lebih dulu dari yang lain.**





Di manapun perempuan melakukan tindakan menentang kehancuran ekologi dan/atau ancaman dari kehancuran nuklir, mereka segera menyadari akan keterkaitan antara kekerasan patriarki terhadap perempuan, manusia dan alam, serta bahwa: dengan menolak patriarki ini kita peduli akan generasi mendatang, akan kehidupan maupun planet ini. Kita memiliki suatu pengertian yang mendalam dan khusus tentang kedua hal ini melalui sifat-sifat dan pengalaman kita sebagai perempuan.

- *Eko-feminisme, Vandana Shiva & Maria Mies*



Wasupra: Ingatan yang Tersimpan di Perut

Oleh: Gispa Ferdinanda YAW.

*Lahir sebagai perempuan Mpur-Wot
yang tinggal jauh dari Amberbaken berarti
belajar hidup dengan kerinduan yang tidak selalu punya nama..*

Bukan rindu yang dramatis, tapi ada sesuatu yang terus-menerus tidak lengkap, seperti kalimat yang menggantung tanpa titik. Saya tumbuh di kota. Kampung halaman tumbuh tanpa saya.

Tapi setiap Juni, ada titipan yang datang.

Bapa David dan Tanta Yemi [1] selalu menitipkan kiriman lewat siapa saja yang hendak ke Manokwari: Sepplastik merah-putih Wasupra, paha Dwau [2], Watini [3], Babwa [4], dan setandan Fa [5]. Selalu ada kertas kecil yang menemani. Selalu tulisan tangan yang sama: Untuk anak-anak di Kenari Tinggi.

Di dalam bungkusannya itu, ada beras yang tidak seperti beras lain. Orang Mpur-Wot menyebutnya Wasupra, padi ladang yang ditanam di tanah hutan, bukan sawah tergenang. Warnanya merah kecokelatan, kalau dimasak lebih pulen, aromanya berbeda, apalagi kalau dimasak dengan santan kelapa dan sedikit garam.

Tidak ada duanya. Tanpa lauk pun, Wasupra selalu habis di meja makan. Ada sesuatu di sana yang susah dijelaskan dengan kata-kata tapi langsung dikenali oleh tubuh, agaknya ingatan yang tersimpan bukan di kepala, tapi di perut.

Tanta Yemi adalah salah satu dari sedikit orang yang masih menanam Wasupra. Saya ingat dapur di rumah panggungnya: tungku yang selalu menyala, asap yang menempel di dinding, dan di atasnya ada benih padi, jagung dan paha babi yang digantung dan disimpan. Bukan di lemari, bukan di toples kedap udara. Di atas tungku api.

Tanta Yemi tidak pernah menjelaskan kenapa makanan harus disimpan di atas tungku api, itu kebiasaan yang dilakukan *Inyen* [6]. Belakangan saya mulai mengerti kalau asap menjaga benih dari lembab, dari hama, dari waktu. Ini adalah teknologi yang tidak butuh listrik, tidak butuh brosur dari Dinas Pertanian. Ia hanya butuh pengetahuan yang diwariskan dari tangan ke tangan, dari dapur ke dapur, dari *Inyen* ke *Minsim* [7].

Menanam Wasupra bukan pekerjaan mudah. Lahan harus dibuka, ditanami, dan dijaga. Musuhnya adalah Dwau yang tidak pernah peduli dengan batas ladang siapa pun. Prosesnya panjang dan melelahkan. Kadang saya berpikir, kenapa Tanta Yemi masih melakukannya? Di usianya yang tidak lagi muda? dengan tenaga yang tidak lagi sama?

Saya pikir jawabannya ada di kertas kecil itu. Untuk anak-anak di Kenari Tinggi. Tanta Yemi menanam Wasupra bukan hanya untuk dirinya. Ia menanam agar kami, anak-anaknya yang hidup di kota, tetap bisa mengingat bagaimana makanan leluhur di waktu lampau. Ladangnya adalah surat cinta yang tidak butuh kata-kata panjang.

Tapi dalam kerangka pembangunan modern, pengetahuan seperti ini tidak pernah dianggap teknologi. Ia disebut tradisional, tidak efisien, usang.

Seolah-olah sesuatu baru bisa disebut ilmu kalau ada institusi resmi yang mengesahkannya. Padahal tungku Tanta Yemi sudah menjaga benih jauh lebih lama dari lemari es mana pun yang pernah ada di Amberbaken.

Saya dulu mengira ini hanyalah dongeng semata, apalagi ketika Bapa Yotam bilang bahwa dulu waktu kelaparan besar melanda, orang-orang dari Doreh dan Halmahera datang ke Amberbaken untuk mengambil Wasupra. Dan orang Mpur-Wot sudah makan Wasupra bahkan sebelum Ottow dan Geissler, dua misionaris Jerman yang begitu terkenal itu, menginjakkan kakinya di Mansinam pada 1855.

"Dalam waktu-waktu paceklik Amberbaken merupakan tempat pelarian... Bahkan di dalam waktu-waktu paceklik di Maluku, perahu-perahu dari Halmahera datang ke Amberbaken untuk mengambil beras."

- FC Kamma, *Ajaib Dimata Kita* Jilid I, hlm 79–80.



Amberbaken bukan daerah terpencil yang menunggu diselamatkan. Ia adalah lumbung. Tapi, lama-lama saya pikir, orang Amberbaken mulai lupa soal itu. Lupa siapa mereka, lupa apa yang mereka punya. Mungkin itu juga yang penjajah inginkan sejak awal.

Negara melanjutkan logika yang sama. Wasupra dianggap tidak efisien. Masyarakat yang tidak bertani dengan cara yang disetujui negara dianggap perlu "diberdayakan." Maka datanglah beras bersubsidi yang murah, kadang gratis, dan tidak perlu repot membuka ladang, menjaga dari Dwau, atau menyimpan benih di atas tungku.

Program Raskin datang dengan niat yang diklaim baik, tapi yang tidak pernah ditanyakan adalah: apakah orang Mpur-Wot lapar? Apakah kami membutuhkan beras dari luar untuk bertahan hidup?

Jawaban yang jujur adalah tidak. Yang ada adalah sistem yang perlahan membuat pengetahuan lokal tampak tidak relevan, sampai orang mulai percaya bahwa Wasupra adalah masa lalu. Bahwa beras kemasan adalah kemajuan. Bahwa menjadi modern berarti berhenti menanam dan mulai mengantri di Balai Kampung.

Ketergantungan pada pangan dari luar bukan hanya soal gizi, ini soal kuasa. Siapa yang mengontrol benih lah yang mengontrol kehidupan. Dan di Papua, di mana tanah terus-menerus diambil atas nama investasi dan pembangunan, kehilangan Wasupra bukan sekadar kehilangan satu varietas padi. Ia adalah kehilangan satu lagi lapisan kedaulatan.

Tapi benih itu belum hilang. Ia masih ada di atas tungku dapur Tanta Yemi.

Dan setiap Juni, ia masih menitipkan kiriman lewat siapa saja yang hendak ke Manokwari. Masih ada kertas kecil. Masih ada tulisan tangan yang sama.

Saya tidak tinggal di Amberbaken. Saya tidak bisa ikut membuka ladang atau menjaga benih dari babi hutan.

Jarak antara saya dan Amberbaken tidak selalu bisa diukur dengan kilometer, kadang diukur dengan apa yang tidak bisa saya wariskan kepada diri sendiri karena saya lahir dan besar di tempat yang berbeda.

Tapi setiap kali saya memasak Wasupra dengan cara yang diajarkan Mama, dengan air yang pas dan api yang tidak terburu-buru, ada sesuatu yang kembali. Bukan utuh, tidak pernah utuh. Tapi cukup.

Cukup untuk ingat bahwa ada orang asing yang berlayar jauh dan memilih membawa benih untuk ditukar, bukan emas, bukan senjata. Benih karena ia tahu bahwa yang paling berharga adalah yang bisa tumbuh kembali.

Cukup untuk ingat bahwa tanah yang saya rindukan dari jauh adalah tanah yang pernah memberi makan orang-orang yang datang dengan perahu kosong di musim kelaparan.

Cukup untuk ingat bahwa Tanta Yemi masih menanam. Masih menyimpan benih di atas tungku. Masih menuliskan kertas kecil yang sama setiap Juni.

Dan cukup untuk ingat bahwa saya lahir dari garis panjang orang hebat yang sejak dulu berdaulat atas pangan, atas tanah, dan atas hidupnya.

Referensi :

Kamma, F. C. (1981). *Ajaib di Mato Kita Jilid I*. BPK Gunung Mulia.

Wabia, B. Y., & Gesser, E. (2019). *Kamus Online Mpur*. Retrieved April 5, 2019, from <http://www.talkingdictionary.org/mpur>



Gastropolitik Papua: Mendekonstruksi Fetisisme Protein, Merawat Daulat di Atas Piring

Oleh: Usilina Epa

Perdebatan tentang pangan di Papua sering berhenti pada satu garis: masyarakat adat melawan negara, atau melawan industri yang merampas tanah. Namun ada medan yang lebih sunyi dan justru lebih menentukan, yaitu cara kita melihat makanan.

Tanpa selalu kita sadari, kita telah menerima satu standar: makanan yang "baik" harus mengandung protein yang bersumber dari daging, telur, susu, ikan, tahu maupun tempe. Piring tanpa unsur itu dianggap kurang. Kelapa dan pisang rebus jadi "makanan yang tidak lengkap". Ubi dan buah merah terasa janggal.

Persepsi dan rasa kurang ini seringkali bukan lahir dari tubuh. Ia datang melalui pendidikan, kampanye gizi, dan kebijakan negara secara konsisten, hingga akhirnya diterima sebagai kebenaran umum. Di titik ini, kita tidak hanya kehilangan pangan. Kita kehilangan cara memahaminya.

Fetisisme Protein dan Produksi Rasa "Kurang"

Fetisisme protein bukan sekadar preferensi nutrisi. Ia adalah pemujaan terhadap protein sebagai ukuran utama nilai makanan. Ketika protein ditempatkan di pusat, semua yang lain menjadi sekunder; lemak, serat, dan energi yang justru menentukan daya tahan tubuh dalam banyak konteks menjadi tidak terlihat.

Dari sini lahir satu perasaan yang terus direproduksi: rasa "kurang". Padahal rasa kurang itu tidak selalu berasal dari tubuh. Ia berasal dari cara kita diajarkan untuk membaca makanan. Paradigma ini berakar dari sejarah ilmu gizi di Barat, yang berkembang dalam konteks industrialisasi dan militerisasi; di mana tubuh dipahami sebagai mesin produksi yang membutuhkan protein untuk membangun massa.

Ketika kerangka ini diterapkan secara universal, ia mengabaikan fakta bahwa tubuh manusia hidup dalam kondisi ekologis yang sangat beragam. Kebutuhan gizi tidak pernah seragam. Ia selalu bergantung pada bentang alam, iklim, dan apa yang disediakan ekosistem tempat manusia hidup.

Di Papua, tubuh tidak hanya butuh "pembangun massa". Ia butuh energi yang stabil dan bertahan lama; dan alam sudah menyediakannya, jauh sebelum ada standar gizi yang datang dari luar.

Kelapa: Lemak Merdeka dari Pesisir

Kelapa (*Cocos nucifera*) adalah fondasi sistem pangan sehari-hari masyarakat pesisir. Ia memberikan lemak, tekstur, dan rasa yang memastikan makanan tetap "cukup" meski tanpa ikan atau daging.

Dalam keseharian saya bersama keluarga, menikmati makanan dengan potongan kelapa tua adalah hal lumrah. Potongan kelapa tua dimakan bersama pisang, sukun, biji sukun yang dibakar atau papeda adalah hal otomatis yang dilakukan karena telah menjadi bagian dari cara makan kami.

Makanan ini kaya serat dan mengenyangkan. Bahkan ada beberapa resep yang menjadikan kelapa sebagai bintang di suku saya, Sentani. Yhara Khabiah adalah campuran kelapa yang dikukus dan dicampur dengan Yhara atau Uwi yang dikerok dengan cangkang kerang dara; Ou Afelea atau dadar sagu adalah campuran dari sagu kering dan kelapa yang dikukur; Amambra adalah campuran dari keladi atau talas yang ditumbuk dengan kelapa yang dikukur.

Pengetahuan yang kami warisi adalah bahwa potongan kelapa tua dan sukun atau pisang cukup, baik dan akan mencukupkan kebutuhan energi tubuh. Lemak dari kelapa tidak pernah dilihat sebagai pelengkap. Bahkan berbagai resep nikmat di atas bisa dinikmati secara independen tanpa 'protein'. Tapi sayangnya dalam kerangka protein-sentris, makanan seperti ini terlihat tidak lengkap dan kurang meskipun secara fungsi cukup.

Seiring berjalannya waktu, potongan kelapa tua dan karbohidrat ini menjadi tersingkir menjadi makanan 'romantis' yang hanya dinikmati ketika sedang ke kebun atau hutan atau ketika pulang ke kampung. Seolah-olah, cara makan seperti ini tidak relevan dan salah.

Pergeseran persepsi tentang sentralitas kelapa dalam sistem pangan kemudian mempengaruhi populasi pohon kelapa di kota Jayapura. Karena adanya alternatif "makanan yang lebih baik", pohon-pohon kelapa dengan mudah ditebang dan digantikan dengan kavling perumahan dan area komersil.

Ini kemudian berdampak pada meningkatnya harga kelapa dalam setahun terakhir di kota dan kabupaten Jayapura; dari Rp2.000–Rp3.000/ buah menjadi Rp5.000–Rp8.000 per buah karena tidak lagi bersumber dari dalam kota namun harus diambil dari kabupaten sekitar, Keerom dan Sarmi.



Buah Merah: Plant Based Diet Premium Papua

Buah merah (*Pandanus conoideus*) adalah tanaman endemik Papua yang tumbuh tersebar di daerah pesisir hingga pegunungan dengan persebaran terluas di wilayah pegunungan. Buah merah tidak selalu berwarna merah. Ia datang dalam tiga warna: merah, orange dan kuning. Menghasilkan pasta kental kaya lemak sehat yang merupakan energi pembakar yang diperlukan oleh orang Papua untuk hidup dan menguasai lanskap alam yang mereka miliki.

Bahan pangan ini adalah sumber lemak nabati padat energi yang dilepaskan perlahan oleh tubuh, memungkinkan aktivitas fisik berat dalam durasi panjang di medan yang curam. Pengetahuan lokal bahkan melarang memakan buah merah bersama daging, sebuah kearifan yang mendahului penelitian yang menemukan bahwa kandungan lemaknya setara dengan lemak hewani.

Dalam tradisi bakar batu di wilayah Papua Pegunungan, buah merah bukan pelengkap. Ia adalah bintang. Ketika musim buah merah datang, bakar batu akan lebih sering dilakukan. Prosesnya akan melibatkan kekuatan kolektif masyarakat, sebuah sistem ketahanan gizi yang bersifat sosial sekaligus ekologis.

Dalam logika gizi modern, kecukupan ini tidak diakui karena tidak memenuhi standar protein yang dianggap ideal. Ubi-ubian, sayur, dan buah merah tidak pernah didokumentasikan sebagai praktek makan penuh nutrisi atau dalam istilah saya adalah *Plant Based Diet Premium Papua*. *Plant-Based Diet Premium Papua* adalah sistem makan berbasis tanaman yang kaya lemak alami, lahir dari relasi ekologis, dan mampu menopang kerja fisik intens tanpa ketergantungan pada protein hewani.



Dalam sistem pangan global, *plant based diet* dirancang atau hadir karena krisis iklim atau isu kesehatan namun di Papua ini hadir karena alam menyediakan alternatif ini secara berlimpah. Kegagalan persepsi yang kemudian dilembagakan dalam kebijakan memisahkan buah merah dari konteks makannya. Ia lebih dikenal sebagai bahan eksotis kaya antioksidan yang baik untuk kosmetik, obat-obatan dan menenggelamkan fungsi utamanya sebagai makanan.

Penutup: Kedaulatan dimulai dari Mengenal Tanah Kita

Kedaulatan tidak dimulai di meja kebijakan, tetapi di kepala; di mana masyarakat memutuskan apa yang layak dimakan, dari mana makanan itu berasal, dan sistem pengetahuan apa yang mereka percayai. Selama kepala masih sadar dan tungku dapur masih menyala dengan hasil bumi sendiri, kedaulatan itu masih hidup dalam bentuk yang paling nyata: pada apa yang kita pilih untuk kita makan sehari-hari.

Ketika cara kita melihat makanan sudah diubah, tanah tidak perlu lagi dirampas dengan paksa. Kita akan menyerahkannya sendiri; karena kita sudah tidak tahu apa yang hilang.



Rimba Sagu Menuntun Kemandirian: Persoalan Pangan Berkelanjutan di Papua

Oleh: D.Rifanto

“Perubahan pola konsumsi di Papua dan Papua Barat telah memberikan dampak buruk pada kemandirian pangan di Papua.”

Keamanan pangan menjadi sebuah permasalahan global yang kian mencuat sebagai isu utama. Sektor pertanian, meski mengalami kemajuan signifikan belakangan ini, namun belum mampu mengendalikan sepenuhnya ketahanan pangan di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Masyarakat masih mengalami kesulitan mendapatkan akses terhadap makanan yang bergizi. Oleh karena itu, ketahanan pangan menjadi sebuah isu global yang tak bisa dikesampingkan, dan semua pihak baik pemerintah maupun masyarakat internasional harus memperhatikannya secara serius [1].

Ketahanan pangan mengandung makna penting yang tak terelakkan dalam memenuhi kebutuhan masyarakat akan makanan yang cukup dan bernutrisi. Ketidakmampuan untuk mencapai ketahanan pangan yang mencukupi bisa menyebabkan kelaparan dan ketidakseimbangan gizi pada masyarakat.

Menurut Undang-Undang No 18/2012, ketahanan pangan meliputi banyak aspek yang tidak hanya sebatas ketersediaan pangan yang cukup secara jumlah, tetapi juga mutu yang baik dan aman untuk dikonsumsi. Pangan yang terjangkau, bervariasi, dan sesuai dengan agama, keyakinan, dan budaya masyarakat juga harus tersedia.

Tujuan akhir dari ketahanan pangan adalah untuk memastikan masyarakat dapat hidup sehat, aktif, dan produktif secara berkelanjutan [2]. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk memperhatikan upaya-upaya yang diperlukan demi terwujudnya ketahanan pangan yang berkelanjutan.

Dalam hal potensi pangan, Tanah Papua memiliki keanekaragaman hayati yang tinggi dan beragam budaya serta tradisi makanan yang khas. Oleh karena itu, pangan berkelanjutan di Papua dapat diartikan sebagai upaya memenuhi kebutuhan pangan yang sehat dan bergizi bagi penduduk Papua, tanpa mengorbankan kelestarian lingkungan dan keanekaragaman hayati yang ada.

[1] Quaralla, P. S. (2022). *Kerjasama Regional dalam Rantai Pasokan Pertanian untuk Mencapai Ketahanan Pangan Berkelanjutan: Studi kasus ASEAN*. *Padjadjaran Journal of International Relations*, 4(1), 56. <https://doi.org/10.24198/padjiir.v4i1.37614>

[2] Adinaja, R. T., Pakiding, F., Silamba, I., & Matualage, D. (2022). *Ketahanan dan Keragaman Pangan Masyarakat Pesisir di Provinsi Papua Barat, Indonesia*.

Secara lebih spesifik, pangan berkelanjutan di Papua dapat didefinisikan sebagai sistem produksi pangan yang mampu memenuhi kebutuhan pangan penduduk Papua saat ini dan di masa depan, dengan memperhatikan prinsip-prinsip ekologi dan konservasi sumber daya alam, serta berlandaskan pada kearifan lokal dan keanekaragaman hayati Papua.

Walau beragam keanekaragaman hayati penghasil pangan di Indonesia, kita harus mengakui bahwa beras menjadi pilihan utama makanan sehari-hari. Hal ini terjadi tidak hanya di Papua, tapi juga di berbagai daerah di Indonesia. Perubahan ini terjadi sejak lama, di mana keragaman pangan harus disamakan demi mencapai swasembada beras pada masa Orde Baru.

Kebijakan ini dilanjutkan dengan memberikan jatah beras bulanan sejak masa pemerintahan Suharto. Bahkan, pada tahun 2023, program bantuan beras untuk masyarakat miskin masih berlangsung, termasuk di daerah terpencil Papua, meski kini program tersebut telah berganti nama. Namun, kita seharusnya tidak melupakan nilai penting dari sumber pangan lokal seperti sagu, yang merupakan akar hidup dan budaya bagi masyarakat Papua [3].

Kesediaan Pangan

Dari penelitian mengenai ketersediaan pangan di Papua Barat menunjukkan bahwa produksi tanaman pangan di provinsi tersebut selama rentang waktu 2010-2015 bervariasi antara kenaikan dan penurunan. Dalam bidang ketersediaan pangan di Papua Barat, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa produksi beberapa jenis tanaman pangan, seperti padi, jagung, kacang, sagu, dan daging, mengalami peningkatan.

Namun demikian, produksi jagung, sayuran, dan telur justru mengalami penurunan yang signifikan. Daerah sentra produksi padi, kacang, sayuran, dan daging terletak di Kabupaten Manokwari, sementara sentra produksi jagung dan telur berada di Kabupaten Sorong. Meski Kabupaten Manokwari mampu mencukupi kebutuhan pangan wilayahnya, namun Papua Barat secara keseluruhan masih mengalami defisit pangan [4].

Dalam penelitian lainnya terkait ketersediaan beras di Papua Barat, disimpulkan terdapat defisit atau kekurangan beras sebanyak 1.983,6 Ton per tahun. Kebutuhan akan beras di provinsi tersebut mencapai 8.981,2 Ton. Terdapat peningkatan kebutuhan pada saat Hari Besar Keagamaan Nasional, terutama Idul Fitri. Meskipun begitu, neraca domestik dan neraca kumulatif masih menunjukkan defisit pangan beras sebesar -6.997,6 Ton dan -5.014,0 Ton. Masalah ini disebabkan oleh keterbatasan data impor dan pasokan luar daerah yang diberikan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) [5]

Defisit beras atau kekurangan pasokan beras tidak hanya terjadi di Papua, tetapi juga di daerah lain di Indonesia [6][7]. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti bencana alam, perubahan iklim, dan kebijakan impor beras yang tidak tepat. Salah satu solusi untuk mengatasi defisit beras adalah dengan beralih kepada pangan lokal yang dapat menggantikan beras sebagai sumber karbohidrat utama.

[3] Arif, A. (2019). *Sagu Papua Untuk Dunia*. Kepustakaan Populer Gramedia.

[4] Widati, A. W. (2016). *KETERSEDIAAN PANGAN DI PROVINSI PAPUA BARAT*. 10.

[5] Sogar, V. U., Irbayanti, D. N., & Sari, A. P. (2022). *Prognosa Ketersediaan dan Kebutuhan Beras di Provinsi Papua Barat Tahun 2022 Dalam Menghadapi Hari Besar Keagamaan Nasional*.

[6] <https://kbr.id/nasional/03-2023/stok-beras-terancam-defisit-hampir-sepanjang-tahun/111177.html>

[7] <https://money.kompas.com/read/2023/03/03/194000426/bapanas-proyeksikan-indonesia-bakal-defisit-beras-9-bulan-di-2023>

Berpihak Pada Pangan Lokal

Sagu bagi masyarakat Papua bukan sekadar sumber pangan semata, melainkan dianggap sebagai ibu yang memberi kehidupan. Tidak berlebihan jika dikatakan bahwa sagu merupakan bagian tak terpisahkan dari kebudayaan mereka. Oleh karena itu, kehilangan sagu juga berarti kehilangan akar hidup bagi mereka [8].

Di pesisir selatan Papua, kehidupan masyarakat terikat dengan rawa sagu. Rawa sagu, sagu, dan ulatnya dianggap sebagai pusat kehidupan dan dasar kehidupan. Semua bagian dari pohon sagu dianggap bermanfaat bagi manusia, bahkan menurut keyakinan mereka, manusia berasal dari sagu. Suku Kombai dan Korowai memandang sagu sebagai lambang kesuburan dan kebahagiaan. Tanpa sagu, orang di daerah tersebut dianggap tidak bisa hidup. [9][10]

Sagu memiliki banyak manfaat yang mendukung keberlanjutan hidup manusia. Tanaman ini sering disebut sebagai "one for all" karena memiliki banyak fungsi yang berkontribusi terhadap kehidupan manusia. Akar sagu dapat menjaga tata air dan mencegah banjir, serta meningkatkan ketahanan pangan. Sagu juga digunakan sebagai bahan baku untuk industri pangan, kosmetik, dan industri kimia.

Batang sagu dapat digunakan untuk budidaya ulat sagu, kayu bakar, mebel, dan aksesoris. Daun sagu dapat digunakan sebagai atap rumah dan makanan ternak, sedangkan dahan sagu (gaba-gaba) digunakan untuk dinding rumah, plafon, dan rakit. Ampas hasil ekstraksi sagu juga dapat digunakan sebagai pupuk organik, media tumbuhan pada jamur, pakan ternak, dan papan partikel. Selain itu, hutan sagu juga berperan dalam mengurangi bahkan mencegah terjadinya pemanasan global dan perubahan iklim sebagai salah satu paru-paru dunia [12].



mengolah sagu [11]

[8] Arif, A. (2019). *Sagu Papua Untuk Dunia*. Kepustakaan Populer Gramedia.

[9] Venema, H. (2006). *Hidup baru: orang Kristen dalam konteks kebudayaan setempat: jemaat Kristus dan pesta ulat sagu suku Kombai, Papua selatan*. Yayasan Komunikasi Bina Kasih/OMF.

[10] Wasaraka, R. Y. (2019). *Perempuan perkasa: Belajar praktik kesetaraan dalam budaya Suku Korowai. Papua: Papua Cendekia*.

[11] Foto: Profil Irian Jaya (1992), Intermasa

[12] Numberi, F. (2011). *Sagu: potensi yang masih terabaikan: pemanfaatan dan pendayagunaan sagu Indonesia sebagai salah satu lumbung pangan dan energi nasional*. Penerbit BIP

Daerah	Luas areal (dalam hektar)	Produksi (dalam ton)
Aceh	6.86	1.745
Riau	74.364	369.369
Kalimantan Selatan	6.51	4.173
Maluku	28.844	8.927
Papua	156.015	66.593

Ada 5 besar provinsi di Indonesia yang menjadi sentra produksi Sagu [13].

Dari segi produktivitas, sagu merupakan jenis tanaman penghasil karbohidrat yang memiliki tingkat produksi yang sangat tinggi dibandingkan dengan tanaman lain seperti ubi jalar, jagung, dan padi. Setiap pohon sagu dapat menghasilkan pati sagu sebanyak 231-329 kg. Selain itu, kandungan energi sagu juga tidak kalah dengan jagung dan nasi, dengan nilai kalori sagu sebesar 353 kkal.

Sifat bebas gluten dari sagu membuatnya cocok dikonsumsi oleh orang yang memiliki celiac disease atau intoleransi gluten. Indeks glikemik sagu juga rendah dibandingkan dengan sumber karbohidrat lainnya seperti jagung dan beras, dengan IG sagu hanya sebesar 28, sedangkan IG jagung dan beras masing-masing adalah 48 dan 68. Tidak hanya itu, lebih dari 90% tanaman sagu di seluruh dunia dapat ditemukan di Indonesia, dengan sekitar 85% terdapat di wilayah Papua dan Papua Barat.

[13] Angka Sementara 2019, Statistik Ditjen Perkebunan, dalam <https://bsilhk.menlhk.go.id/wp-content/uploads/2021/08/Seminar-PUG-SAGU-DAN-PEREMPUAN-PAPUA.pdf>

Papua bukan tanah kosong.

Tidak pernah kosong.

Setiap jengkal tanah
punya nama,
punya marga,
punya leluhur yang masih menjaga
dari balik akar hutan.

Tanah di sini
bukan sekadar tanah.

la dusun sagu.
la kebun pala.
la laut yang memberi ikan.
la kebun tempat mama-mama
menanam hidup.

Dari tanah ini
orang Papua makan.
Tanpa pabrik.
Tanpa supermarket.
Tanpa izin negara.

Tanah dijaga adat.

Ondoafi menjaga kampung.
Mananir membaca laut.
Kepala suku menjaga gunung.
Mbi-kai menjaga rawa.

Adat menjaga tanah.
Tanah menjaga manusia.

Dari **Mamta** di utara,
ke laut **Saereri** yang biru.

Dari hutan **Domberai**,
ke tanah pala **Bomberai**.

Dari pegunungan **La Pago**,
ke lembah **Mee Pago** yang dingin.

Sampai rawa luas **Anim Ha**
di selatan.

Tujuh wilayah adat.
Tujuh napas tanah Papua.

Semua sudah punya penjaga
jauh sebelum negara datang.

Lalu suatu hari
negara datang membawa peta.

Mereka membawa izin.
Mereka membawa kebijakan.
Mereka menyebutnya
Proyek Strategis Nasional.

Tanah berubah angka.
Hutan berubah konsesi.
Dusun sagu berubah investasi.

Militer berdiri menjaga proyek
atas nama negara.

Rakyat berdiri di luar pagar.

Di situlah penjajahan dimulai.

Bukan lagi penjajahan tanah—
tetapi **penjajahan perut**.

Karena ketika tanah diambil
yang hilang bukan hanya hutan.

Yang hilang adalah sagu.
Yang hilang adalah kebun.
Yang hilang adalah dapur mama-mama.

Dan ketika dapur hilang
orang kampung dipaksa
membeli hidupnya sendiri.

Padahal dulu
tanah sudah cukup
untuk memberi makan semua orang.

Papua bukan tanah kosong.

Papua adalah dapur besar
yang dijaga adat
sejak leluhur pertama membuka hutan.

Dan selama sagu masih tumbuh
dan mama-mama masih menanam di kebun
Papua akan terus berkata:

tanah ini hidup.
tanah ini dijaga.
tanah ini punya pemilik.

Penjajahan Perut di Tanah Adat Papua

Oleh: Reki



Oleh: Kristianus Wagab

Semua yang telah kau rampas kan kami tagih
Sagu yang pernah kau tebang kan tumbuh lagi
Nyawa yang pernah menghilang lahir kembali
Kepalan tanganku semakin tinggi

Kweiya, Pangalo

Instagram:
[@resister.id](#)
[@bentalarakyat](#)

Profil Kontributor

Gregoria Maisy DL

adalah warga biasa yang peduli. Ia suka berpikir-pikir dan berbincang-bincang di ruang pribadi tentang isu yang berkelindan dengan keadilan gender, hak asasi manusia, dan kebijakan publik.

Molla

Mahasiswa kedokteran dengan minat pada kesehatan komunitas. Berasal dari Lembah Baliem, Papua. Tertarik pada isu perempuan, tanah, dan pangan. Aktif dalam diskusi dan ruang berbagi pengetahuan. Menjadikan tulisan sebagai cara merawat ingatan dan suara.

Gispa Ferdinanda YAW

Gege adalah perempuan Mpur-Swuor, lahir besar di Manokwari. Bertumbuh di Sa Perempuan Papua yang fokus pada isu Hak Kesehatan Seksual Reproduksi dan Kekerasan Seksual di Tanah Papua. Gege mencintai Watini (Kasbi/Singkong) dengan sepenuh hati.

Samuel Womsiwor

Safina Maulida

Usilina Epa

Perempuan adat Sentani dari Papua yang menanam dan memasak di Isasai, sebuah ruang kuliner yang ia bangun untuk merawat ingatan kolektif tentang makanan dan menghidupkan kembali pengetahuan makan masyarakat Sentani dan Papua.

D.Rifanto

Bergerak pada isu literasi di Sorong.

Reki

Penulis dan pekerja budaya dari Papua yang menaruh perhatian pada isu tanah adat, pangan lokal, dan kehidupan masyarakat kampung. Melalui tulisan, ia berusaha merekam hubungan manusia, tanah, dan perjuangan menjaga ruang hidup.

Kristianus Wagab



BABAK 6

“Oikos” Masyarakat Adat

ZINE POLITIK RASA



Menampi Tanah Ujung

Oleh: Frendy Marselino

Salah satu yang menjadi sorotan dalam ilustrasi ini adalah alternatif pangan mereka seperti kacang-kacangan, sorgum, serta jagung menjadi pengganti pangan yang kurang sesuai seperti padi karena perubahan cuaca yang tidak menentu pada wilayah tersebut membuat padi sulit untuk bertahan. Bahkan beberapa jenis kacang termasuk dalam kacang yang beracun, namun diolah dengan baik agar dapat menjadi pangan darurat.

Ilustrasi ini memberikan gambaran bahwa rasa tidak datang dari hal seragam seperti satu pangan yang diseragamkan, justru keanekaragaman membuat rasa lebih kaya dan pengetahuan tentang alam membuat puncak kebersamaan antara manusia dan alam semakin nyata.

Ilustrasi ini mencoba menangkap momen dari sudut tulisan artikel Mongabay yang berjudul "Kacang Lokal, Penopang Kedaulatan Pangan Masyarakat NTT" oleh Nopri Ismi.

Ilustrasi dengan judul "Menampi Tanah Ujung" ini mengambil referensi dari kerja kolektif Suku Tobil di Desa Tapobali, Nusa Tenggara Timur. Masyarakat adat ini bermukim di ujung pesisir tebing Tanjung Sarang Walet yang bertepian langsung dengan laut. Mereka umumnya hidup dekat dengan laut dan menggantungkan diri dengan laut. Salah satu komoditas laut unggulan mereka adalah kerang laut dan siput. Menariknya, hidup masyarakat ini sangat multikultural dengan alam.

Selain melaut, mereka juga mengembangkan pakan alternatif dengan menyesuaikan alam dan cuaca di sekitar mereka.

Menghidupi Sepi

Oleh: D.Rifanto

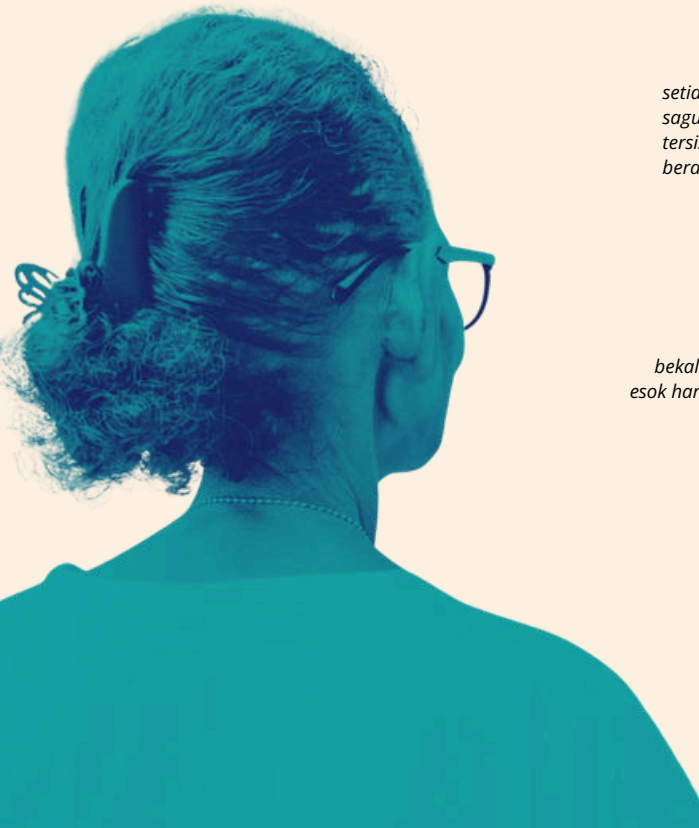
*gelisah wajah mama
singgah sayu di matanya
belum genap usia tiga lima
delapan anak telah ditanggungnya*

*tiap pagi memanggilnya
ia belah hari mencari kangkung liar
untuk batang sayur muda yang tak seberapa
demi dijual di muka pasar*

*orang banyak memuji
tanah airnya laksana surga dunia
tapi ia tak mudah percaya
sebab kata memperdaya*

*setiap melihat meja makan
sagu telah lama hilang dari pandangan
tersisa mie instan
beradu tumpahan kopi*

*bekal hadapi
esok hari yang sepi*



Sorong, 2 Oktober 2021

Ikan Arsik

Oleh: Dame Manik

Halo, aku Dame! Aku ingin berbagi cerita tentang salah satu makanan khas Batak favoritku, yakni Ikan Arsik (dekke na niarsik). Namun cerita ini bukan sekadar tentang ikan~

Aku merupakan seorang Boru Panggoaran [1] yang lahir dan tumbuh di Bumi Lancang Kuning [2]. Bapak berasal dari Tano Toba [3] sedangkan Mamak sejak lahir sudah tinggal di Pekanbaru. Seperti orang Batak pada umumnya, Bapak merantau ke Pekanbaru mencari penghidupan lebih layak dengan bekerja sebagai pegawai Bank. Sejak orang tuaku menikah, kami menetap di Pekanbaru dan hidup dengan memegang nilai budaya Batak Toba.

Bapak dan Mamak aktif mengikuti perkumpulan marga maupun Ulaon Adat [4]. Salah satu hal yang aku sukai saat rumah kami menjadi tempat menyelenggarakan ulaon adat adalah ketika Mamak memasak ikan arsik. Sejauh ini, belum ada yang mengalahkan kelezatan ikan arsik buatan Mamak! Tekstur ikan yang lembut, kuah kuning kental yang kaya rasa, serta aftertaste yang pedas khas rempah.

Ikan arsik menggunakan ikan sebagai bahan utama —biasanya ikan mas atau nila— dan dimasak dengan bahan rempah seperti rias, lokio, asam gelugur, sereh, lengkuas, kunyit hingga andaliman. Mamak selalu memasak ikan arsik dengan menggunakan bumbu khas sebagai upaya mempertahankan tradisi kuliner Batak Toba. Sayuran seperti kacang panjang biasanya dibuat sebagai pelengkap sajian.

Ikan arsik tidak dimasak menggunakan minyak, melainkan sedikit air yang direbus bersama bumbu dengan api kecil hingga air menyusut. Teknik memasak ini membuat bumbu meresap hingga menghadirkan kuah kental yang kaya rasa. Hmm, sungguh lezat dan penuh nutrisi!

Ketika akan memasak Ikan arsik, Mamak akan pergi ke pasar sejak subuh untuk membeli ikan serta bumbu masakan yang masih segar. Bahan membuat ikan arsik tidak murah karena agak sulit mencari bumbu khas masakan Batak di pasar. Sesampainya di rumah, ia akan mencuci, memotong, menggiling bumbu, hingga menyusun segala bahan di kuali dan memasak dengan api kecil di atas kompor.

Ikan arsik adalah makanan khas Batak Toba yang biasanya disajikan pada acara adat penting, seperti pada pernikahan, kelahiran, hingga syukuran. Ikan arsik melambangkan kemakmuran dan kekayaan. Ikan yang digunakan berupa ikan yang utuh yang juga melambangkan kehidupan manusia yang utuh. Pemberian ikan arsik saat ulaon juga memiliki tata cara sendiri, yakni posisi kepala ikan mengarah kepada penerima.

[1] Boru Panggoaran adalah anak pertama perempuan yang namanya dijadikan sebagai panggilan orang tua dalam budaya Batak Toba.

[2] Bumi Lancang Kuning merupakan julukan populer untuk Provinsi Riau sebagai pusat peradaban dan kebudayaan Melayu yang kuat.

[3]Tano Toba (Tanah Toba) meliputi area sekitar Danau Toba yang secara geografis merupakan wilayah yang menjadi pusat kediaman suku Batak Toba

[4]Ulaon Adat dalam istilah Batak Toba merupakan ritual/tindakan adat yang dilaksanakan sebagai bentuk perayaan dan perwujudan nilai-nilai sosial dan spiritual masyarakat

Saat aku dinyatakan lulus seleksi penerimaan mahasiswa di salah satu PTN di Pulau Jawa, keluargaku menyelenggarakan acara syukuran sekaligus pelepasan si Boru Panggoaran untuk merantau. Kami berkumpul bersama kerabat - Ompung, Tulang, Nantulang, Amang Uda, Inang Uda, dan para sepupu - untuk memberangkatkanku dengan doa. Harapan disampaikan di atas hidangan ikan arsis yang menjadi simbol pasu-pasu (berkat). "Supaya kau bisa lulus dan segera dapat kerja!", demikian harapan mereka. Pasu-pasu itu sampai ke mulut, beberapa kali kunyah, dan sampai ke lambung. Berkat yang katanya bakal jadi bahan bakarku di pulau seberang.

Setelah empat tahun berkuliah akhirnya aku lulus meski kehidupan di tanah rantau tidaklah mudah. Di tahun kedua, Bapak di-PHK karena kantornya mengalami pengurangan pegawai akibat merger dengan bank asing. Sejak saat itu, aku mengambil pekerjaan sampingan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari sekaligus berusaha mengurangi beban orang tua.

Mungkin benar kata orang, darah pekerja keras dan pantang menyerah mengalir dalam tubuh orang Batak yang merantau. Walaupun sambil bekerja, aku dapat menyelesaikan pendidikan dan mendapat pekerjaan tidak lama setelahnya. Tentu saja hal ini tidak terlepas dari pasu-pasu yang dipanjatkan di atas ikan arsis, saat aku diberangkatkan oleh keluarga sebelum merantau.

Orang tuaku akhirnya memutuskan pulang kampung ke desa Lumban Julu, Kabupaten Toba, yang lokasinya tidak jauh dari Danau Toba. Sejak tinggal di desa, Mamak lebih sering memasak ikan arsis sebagai menu makanan sehari-hari. Pilihan ikan pun semakin beragam mulai dari ikan mas, mujair, nila, hingga Ikan Batak [5] yang merupakan ikan endemik Danau Toba.

Ikan mudah didapatkan di pasar dengan harga lebih murah dan dimasak dengan bahan dan bumbu yang tumbuh dengan subur di hutan maupun ladang. Sayur-sayuran sebagai pelengkap seperti labu dan daun singkong dipetik dari pekarangan rumah. Hidangan tersebut dimakan bersama nasi, hasil panen dari hauma. Pernah suatu kali saat menelepon, Mamak mengeluhkan Ikan yang cepat habis di pasar. "Dari kemarin Mamak kehabisan Ikan di pasar. Kata penjualnya Ikan dari Danau Toba sekarang sedikit. Banyak yang mati."

Penurunan jumlah ikan merupakan salah satu akibat dari kerusakan ekosistem di lingkungan Danau Toba yang sudah terjadi sejak 1990-an. "Dulu air Danau Toba itu jernih, gak keruh dan banyak sampah seperti sekarang. Ikannya besar-besar", tutur Bapak. Bahkan fenomena kematian massal sering terjadi. Kerusakan ekosistem yang berdampak pada penurunan kualitas air disebabkan oleh berbagai limbah yang dibuang ke dalam danau seperti limbah domestik, limbah perhotelan, limbah pertanian, hingga limbah minyak yang berasal dari aktivitas transportasi air.

Hal ini dapat dilihat di kawasan pariwisata sekitar Parapat dan Balige. Jumlah yang semakin sedikit membuat harga ikan semakin mahal dan ikan semakin cepat habis di pasar. Padahal ikan dari Danau Toba merupakan sumber protein utama bagi masyarakat sekitar. Tidak hanya itu, Danau Toba juga bagian jiwa, simbol kedekatan spiritual dan budaya yang telah diwariskan leluhur masyarakat Batak.

Meskipun saat ini aku tinggal jauh dari Danau Toba, namun keprihatinan selalu menyelimuti hati terutama saat melihat maupun membaca berita tentang kerusakan lingkungan di sana. Aku khawatir bukan hanya pada orang tua, namun juga masyarakat yang hidup turun temurun di daerah asal mula peradaban Batak Toba tersebut.

*[5] Ikan Batak (secara ilmiah termasuk genus *Tor* dan *Neolissochilus*) yang sering dianggap sebagai Ikan Dewa secara tradisional dipandang sebagai pelindung mata air serta simbol tradisi dan bagian penting dari berbagai upacara adat sehingga sangat dihormati oleh leluhur masyarakat Batak.*



Mereka menggantungkan hidup terhadap alam, di mana lingkungan sekitar tidak hanya menjadi sumber penghidupan ekonomi tetapi juga bagian tak terpisahkan dari budaya dan spiritual.

Aku menyayangkan pemangku kepentingan yang lambat menangani permasalahan ini. Pemberian izin usaha maupun investasi di sektor industri dan pariwisata sangat eksploitatif dan tidak dibarengi dengan upaya pemulihan lingkungan yang rusak. "Pemerintah Daerah memang ga bisa diharapkan, Boru" keluh Bapak.

Akankah kerusakan ekosistem di lingkungan Danau Toba dapat diperbaiki? Atau malah tambah parah di kemudian hari?

Akankah Aku akan tetap bisa memakan Ikan Arsik buatan Mamak saat pulang nanti? Atau malah kuliner Batak Toba itu akan langka di daerah asalnya sendiri?

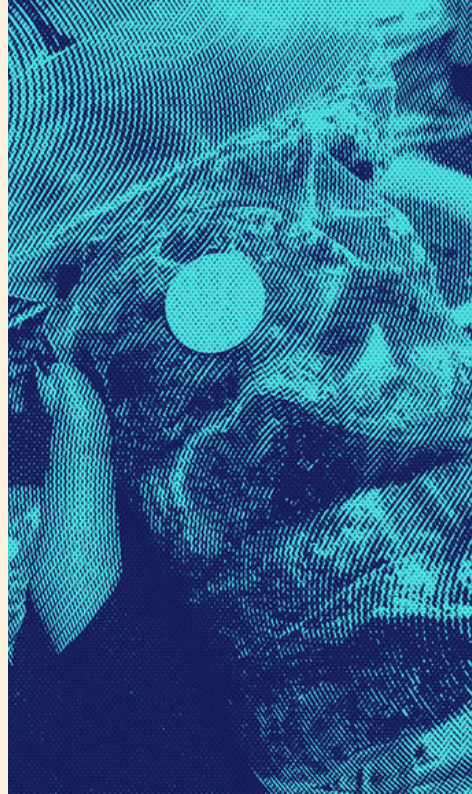
Sejauh Mana Wadi Bisa Populer?

Oleh: Aloysius G Dinora.

Harus diakui, tidak semua kuliner mendapat tempat yang luas di masyarakat. Tidak banyak kuliner di Indonesia yang bisa sepopuler nasi padang atau gudeg. Beberapa kuliner tidak bisa berkembang karena beragam faktor. Bukan sekadar karena keterbatasan bahan baku atau soal seleranya yang terbatas, tapi bisa jadi karena faktor politik dan diplomatis yang belum dijalankan secara maksimal. Ramen atau kimchi menjadi contoh arus utama, bagaimana sebuah selera dibentuk secara halus lewat drama, musik, atau film. Sementara wadi, belum punya sarana searus utama makanan Jepang atau Korea

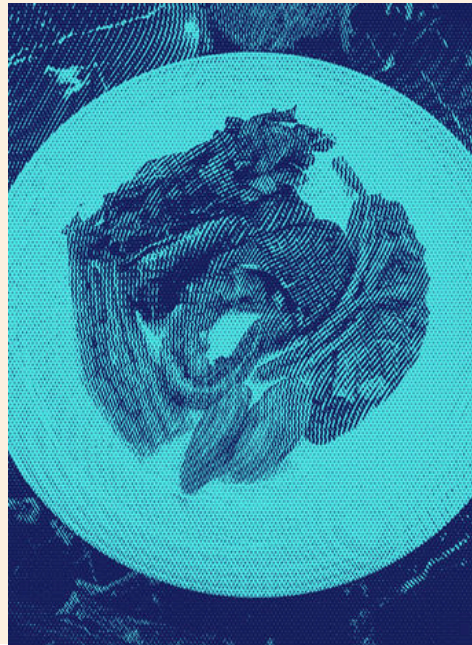
Beberapa kuliner terhalang karena barang baku juga sulit didapat dan tak dapat diproduksi untuk skala massal. Sebutlah ikan belida sebagai salah satu bahan baku pempek, keberadaannya dulu memang pernah sangat banyak dan bisa memenuhi kebutuhan kuliner, namun sekarang menjadi ikan yang dilindungi. Tertuang dalam Permen KKP No.1 tahun 2021 tentang Rekomendasi Pemasukan Hasil Perikanan dan Ikan Hidup selain Sebagai Bahan Baku dan Bahan Penolong Industri. Peraturan ini menetapkan tata cara, persyaratan, dan kebutuhan kuota untuk mengimpor produk perikanan ke Indonesia yang bukan ditujukan untuk bahan baku industri pengolahan.

Pempek yang begitu populer namun kini menghadapi tantangan lain. Ini adalah contoh lain, bahwa eksploitasi sumber daya perlu jadi perhatian agar bahan baku tetap lestari. Mendorong sebuah makanan menjadi populer tanpa abai dengan keberlanjutannya adalah hal penting dalam isu pangan lokal. Ini adalah sebuah upaya mempopulerkan sebuah makanan. Ia perlu berdiri seimbang, tidak hilang dikenal, tidak hilang karena kehabisan sumber dayanya.



Gambar 1: Contoh Wadi Patin Kemasan Plastik

Gambar 2:
Wadi Ketika Disajikan dengan Berbagai Macam Sayur



Salah satunya wadi, kuliner khas suku Dayak di Kalimantan. Pengolahan makanan fermentasi berangkat dari berlimpahnya bahan makanan pada musim tertentu. Ini adalah kearifan lokal mengawetkan makanan sebelum adanya kulkas dan teknologi pengalengan. Wadi hadir di warung-warung makan seperti di Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah. Dikemas juga sebagai buah tangan dan mulai menjadi branding kuliner.

Suku Dayak Ma'anyan, dari daerah Barito Selatan dan Barito Timur di Kalimantan Tengah, terbiasa mengolah Wadi dengan cara direbus. Wadi diberikan air secukupnya, kemudian ditambahkan potongan bawang atau rawit, dengan daun singkong rebus sebagai pendamping. Protein Wadi akan menjadi lauk, sedangkan daun singkong akan menjadi lalapan, dengan kuah Wadi yang telah mengental menjadi "sambal"-nya.

Sedangkan Dayak Ngaju dari Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah, kebanyakan mengolahnya dengan digoreng. Khususnya wadi ikan patin, biasanya dilumuri tepung terlebih dahulu, agar tidak hancur ketika digoreng. Kemudian disantap bersama dengan menu atau sayur lainnya.

Pengolahan wadi memang memerlukan proses direbus atau digoreng sebelum dimakan. Berbeda dengan masakan fermentasi bernama tamba dari Suku Dayak Bulusu, Kalimantan Utara, yang dapat dikonsumsi mentah.

Sampai Mana Rasanya Bisa Diterima?

Saya pernah tidak bisa mengonsumsi wadi ketika kecil. Baunya yang menyengat dan rasa yang khas, belum bisa saya terima. Dulu tante saya senang sekali menjahili saya dengan mendekatkan aroma wadi ke hidung saya. Saya lari ketakutan. Seiring berjalannya waktu, lidah saya akhirnya akrab dan cocok, terutama wadi babi yang benar-benar mampu membuat satu keluarga lahap memakannya.

Cita rasa wadi sangat unik dan kompleks. Hanya dengan garam dan samuk, cita rasanya kaya sekali. Ada asam, gurih, dan tentu saja asin sebagai rasa dominan. Kesegaran bahan baku sangat menentukan kompleksitas rasa wadi.

Rasanya yang khas membuat saya sadar agak sulit rasanya diterima oleh kebanyakan lidah orang Indonesia. Pernah beberapa kali saya membawanya ketika kuliah di Jogja dan memperkenalkannya ke teman-teman di sana. Mereka langsung tidak merasa cocok dan kaget dengan rasa asin yang dominan, menutupi rasa lainnya.

Memakan wadi memang tidak bisa sekali banyak dalam satu suapan. Perlu sedikit wadi, nasi, dan daun singkong rebus yang proporsional agar rasa di lidah lebih kaya dan balance. Bagi saya, rasa wadi yang kompleks dengan bahan yang sederhana merupakan sebuah keajaiban proses kimiawi. Keajaiban yang sama dengan industri rumahan wadi ketika mulai dilirik sebagai makanan ciri khas sekaligus oleh-oleh.

Dulu, wadi menjadi makanan keluarga dan terbatas di kalangan tertentu. Kini, wadi mulai bisa ditemukan di toko oleh-oleh. Jenisnya pun lebih banyak. Wadi ikan yang dapat dikonsumsi beragam kalangan. Pelan tapi pasti, wadi mulai menunjukkan kemampuannya meramaikan cita rasa kuliner nusantara.

Pemerintah daerah perlu untuk memberikan perhatian agar promosi wadi bisa lebih luas. Perlu waktu untuk membuatnya populer sebagaimana Gudeg atau Nasi Padang. Strategi gastronomi yang tepat dapat membawa wadi sebagai sebuah objek kajian studi yang menarik. Bungkusan yang menarik, jenis protein yang beragam, khususnya mengangkat ikan-ikan lokal Kalimantan, dapat menjadi daya tarik memperkenalkan wadi.



Mengenal Buah Blunge: Pangan Tradisional Kaya Manfaat Masyarakat Adat Balik

Oleh: Andreas Hului

Sejatinya, di tengah hiruk-pikuk pembangunan di wilayah Ibu Kota Nusantara (IKN), terdapat warisan yang masih disimpan oleh masyarakat adat Balik Sepaku. Di tengah hutan yang masih tersisa, hidup jenis tumbuhan kacang-kacangan.

Oleh masyarakat adat Balik, jenis tanaman ini disebut sebagai buah blunge, tanaman kaya manfaat yang akrab dengan kehidupan warga. Namun, masih banyak belum diketahui oleh masyarakat luas.

Bagi masyarakat adat Balik, blunge bukan sekedar tanaman liar yang tumbuh di hutan sekitar Sepaku, tetapi ia merupakan bukti pengetahuan mereka akan berbagai jenis pangan lokal, identitas, dan bukti kedekatan mereka dengan alam.

Mengenal Buah Blunge

Buah Blunge memiliki bentuk bulat lonjong, berwarna coklat ketika matang. Rasanya gurih dan agak berlemak, ketika menyentuh lidah terasa manis. Blunge memiliki tempat istimewa di kalangan masyarakat adat Balik. Walaupun ia tidak sepopuler buah durian atau langsung, namun blunge menjadi pangan tradisional yang kerap dimanfaatkan mereka.

Menurut penuturan salah satu tetua adat di Sepaku, buah blunge sudah menjadi pola konsumsi masyarakat sejak dahulu. Blunge bisa langsung dimakan setelah dipetik dari pohonnya. Selain itu, blunge menjadi salah satu komoditas pangan pengganti beras ketika musim paceklik. Tidak jarang pula, blunge dibawa oleh masyarakat saat berladang atau memasang jerat penangkap hewan di hutan.

Sekion menuturkan “dahulu kalau saat kita gagal panen atau kekurangan beras di ladang, kami ya makan blunge ini. Rasanya berlemak, gurih, dan ada rasa manis-manisnya. Dari batang blunge itu juga ada airnya, biasa kami minum, habis capek-capek kerja ladang, minum airnya badan terasa segar”.

Masyarakat adat Balik biasa menanam blunge di pinggiran ladang padi gunung mereka. Blunge biasa tumbuh dalam rentan waktu 5 hingga 10 tahun. Dalam setahun, blunge dapat berbuah satu hingga dua kali. Bulan Agustus hingga November menjadi musim saat blunge berbuah lebat.

Menurut pengetahuan masyarakat adat Balik, pada saat blunge berbuah hanya sekali, hal ini juga menunjukkan pertanda akan dimulainya musim kemarau panjang. Ketika tumbuh tunas-tunas baru di sekitar pohon blunge, dapat dipastikan musim kemarau akan tiba.

Masyarakat adat Balik biasa mengolah blunge ini dengan direbus dan dipanggang, kemudian ditambahkan sedikit parutan kelapa. Blunge dijadikan panganan pengganti nasi sebagai salah satu sumber karbohidrat. Hal ini membuktikan bahwa masyarakat adat memiliki pelbagai jenis pangan tradisional alternatif yang dapat dimanfaatkan.

Pemanfaatan blunge sebagai bahan pangan juga cukup mudah, buah blunge hanya perlu dijemur dua hingga tiga hari, setelah dijemur, blunge kemudian diiris-iris menjadi lebih kecil, jika buah blunge yang masih muda, cara memasaknya cukup hanya direbus selama kurang lebih satu jam.

Sementara buah blunge yang sudah tua, cara memasaknya dengan cara dipanggang.

“Blunge biasanya tumbuh di daerah aliran sungai dan dekat air terjun. Karena blunge ini kan banyak makan air, selain tumbuh liar di hutan, blunge juga dahulunya kami tanam” terang Harianto.

Buah Blunge dalam Praktik Adat

Selain dimanfaatkan sebagai sumber pangan, blunge juga digunakan pada saat ritual adat Suku Balik. Salah satunya adalah pada saat ritual Besoyong yang dilakukan guna meminta restu kepada para leluhur agar segala kegiatan tidak terjadi gangguan atau musibah yang akan melanda.

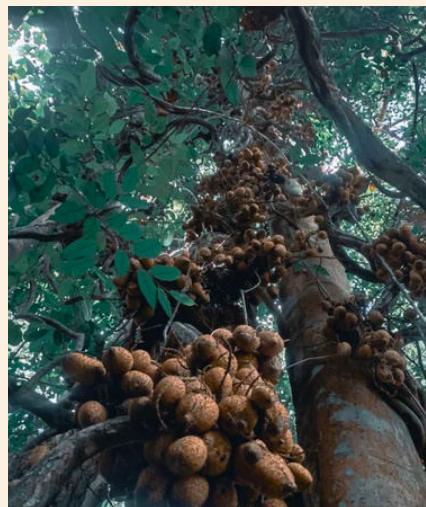
Besoyong memiliki arti yaitu memanjatkan doa terhadap roh-roh yang menempati wilayah adat Suku Balik seperti di gunung, tanah, dan sungai. Besoyong biasanya dilakukan pada saat acara pembersihan kampung, pengobatan, dan pembukaan ladang.

Bahan yang biasa digunakan pada saat ritual besoyong terdiri dari daun kombat, beras kuning, tepung beras, kayu kerembulu, wadah perapen, serta pohon blunge. Bahan yang digunakan semuanya berasal dari sekitar wilayah adat Suku Balik di Sepaku.

Menurut Arman, salah seorang tokoh pemuda adat Balik, “biasanya kalau dalam ritual adat, yang digunakan adalah pohonnya, diambil pohonnya saja untuk kita buat patung seratus [sempatung jatus] yaitu patung-patung kecil yang dibuat dari seratus jenis pohon, sebagai bentuk simbolisasi dari berbagai leluhur masyarakat adat Balik”.

Blunge memiliki makna simbolis bahwa hubungan masyarakat adat Balik dengan alamnya bukan sekedar hubungan antara subjek dan objek, tapi hubungan yang sangat personal. Hutan menyediakan kebutuhan pangan yang diinginkan oleh masyarakat adat. Maka, wajib mereka menjaga hutan seperti ibu yang memberi penghidupan kepada mereka.

“Hutan bagi kami adalah supermarket, ia menyediakan segala yang kami butuhkan. Kalau merusak hutan, sama saja kami durhaka terhadap orang tua kami sendiri. Kalau kami durhaka, maka kami pula yang akan mendapat tulangnya. Seperti filosofi kami masyarakat adat Balik ini danum, tanaq dan lawang (air, tanah dan hutan). Seperti ibu yang menyusui anaknya (maknanya adalah air, tanah dan hutan memberikan segala sumber penghidupan)” cerita Arman.





Blunge: Antara Ekonomi dan Lingkungan

Walaupun tidak sepopuler buah durian dan buah lai, blunge mendapat tempat istimewa di kalangan masyarakat adat Balik. Buah blunge hingga saat ini memang masih dijual secara terbatas dan jumlah kecil di pasar tradisional seperti di Sepan, Long Kali, dan Grogot. Pemanfaatan buah blunge hingga sekarang memang masih banyak dikonsumsi di kalangan keluarga sendiri.

Hariato kembali mengutarakan pendapatnya terkait blunge. “Blunge bukan hanya dimanfaatkan bagi kebutuhan pangan dan adat, tetapi buah satu ini banyak sekali manfaatnya antara lain: batangnya dijadikan untuk hulu/kepala mandau, gagang pisau, dijadikan ulekan (pemecok) dan lanjung (tas tradisional Kalimantan), lalu akarnya dapat digunakan sebagai gantungan baju, kemudian getahnya dapat digunakan sebagai pewarna kain. Makanya kami sebut blunge ini seribu manfaatnya”.

Di balik manfaatnya yang beraneka ragam, muncul kekhawatiran di benak Harianto. Ia khawatir bahwa pohon blunge kini makin sulit didapatkan di wilayah Sepaku. Baginya, faktor yang mengancam ruang hidup pohon blunge ini adalah perubahan fungsi lahan, pembukaan hutan oleh perusahaan Hutan Tanaman Industri, dan pembangunan Ibu Kota Nusantara (IKN).

“Sekarang makin jauh kita masuk hutan untuk cari buah ini. Semakin langka aja sekarang. Di kebun buahku itu aja cuma sisa satu pohon aja. Nda ada sudah kulihat di kebun-kebun orang itu. Penyebab utamanya ya perusahaan. Kalau kami sendiri yang ngambil, nda mungkin buah itu habis, karena kami ambil secukupnya aja, sisanya ditinggal supaya tahun berikutnya tumbuh lagi” jelas Harianto.



Upaya Pemuda Adat Balik

Melihat dan merasakan semakin sulitnya pohon blunge ditemukan di wilayah adat mereka, para pemuda adat Balik tidak tinggal diam. Mereka kembali masuk hutan untuk menanam pohon blunge tersebut.

“Para pemuda adat menanam pohon blunge itu di sekitar hutan kilo 18. Kami ambil bibit yang tua secukupnya, habis itu kami masuk hutan ya yang di kilo 18 itu. Ada juga yang tumbuh sebagian, ada juga yang habis dimakan landak. Kan binatang juga suka makan buah itu,” ujar Harianto.

Harianto berharap bahwa hutan yang masih tersisa di Sepaku tidak lagi diganggu perusahaan maupun IKN, sebab ia tidak ingin anak dan cucunya tidak bisa lagi melihat dan menikmati buah blunge ini.

“Kami sudah dilarang untuk berladang karena dituduh membakar hutan. Masa pohon blunge sisa satu-satunya ini lagi harus hilang? Kami mau blunge ini tetap lestari, karena ini warisan leluhur kami. Blunge sudah terbukti banyak manfaatnya, sehingga kami orang Balik ini nda mau lagi kehilangan sumber pangan,” tandas Harianto.

Menghadapi tantangan yang berat, masyarakat Balik masih ingin terus menjaga keberadaan buah yang satu ini. Blunge bukan hanya sekedar makanan, tetapi ia bukti bahwa masyarakat adat memiliki kekuatan kedaulatan pangan dan hubungan mereka terhadap leluhur. Dominasi pangan modern menyebabkan penjajahan terhadap pangan tradisional. Blunge juga menjadi bukti bahwa Kalimantan memiliki keanekaragaman hayati yang dapat dimanfaatkan sebagai sumber pangan tradisional.

Membaca Pangan dari Mollo

Oleh: Wisnu F. Wardana

Aku tumbuh dengan keyakinan yang tidak pernah benar-benar kupertanyakan bahwa “belum makan namanya kalau bukan nasi yang dikonsumsi”. Keyakinan ini terasa wajar karena terus diulang dalam keseharian, di rumah, di sekolah, hingga dalam narasi yang lebih luas tentang apa itu pangan yang layak. Nasi hadir bukan hanya sebagai sumber energi, tetapi juga sebagai pusat dari cara kita memahami makan itu sendiri. Tanpa nasi, seolah ada yang kurang, bahkan ketika tubuh sebenarnya sudah cukup.

Kesadaran ini mulai bergeser ketika aku berada di Mollo, Nusa Tenggara Timur, dan belajar bersama komunitas Lakoat Kujawas. Di sana, aku tidak menemukan nasi sebagai pusat, melainkan jagung, umbi, daun, bunga, kacang-kacangan, dan hasil hutan yang hidup sebagai bagian dari keseharian, bukan sebagai alternatif, tetapi dihadirkan sebagai dasar yang utuh.

Pengalaman ini tidak kuresapi sebagai sesuatu yang eksotis, melainkan sebagai gangguan terhadap cara berpikir yang selama ini terasa stabil. Aku mulai melihat bahwa apa yang kuanggap sebagai makanan utama ternyata bukan sesuatu yang universal, melainkan hasil dari sejarah panjang yang membentuk standar.

Di Indonesia, beras telah lama diposisikan sebagai ukuran tunggal ketahanan pangan melalui kebijakan negara, distribusi logistik, dan retorika pembangunan yang terus mengulang bahwa pangan identik dengan nasi. Dalam proses ini, beras tidak hanya menjadi kebutuhan material, tetapi juga simbol kemajuan dan kemapanan. Makan nasi dianggap lebih layak, sementara sumber pangan lain perlahan dipinggirkan, bukan melalui larangan langsung, tetapi melalui pembentukan selera, rasa malu, dan aspirasi serta resepsi sosial.

Dampak dari proses ini terasa pada level yang sangat personal. Di Mollo, beberapa usbu (sapaan akrab untuk teman) bercerita tentang pengalaman diejek di sekolah karena membawa bekal jagung atau keladi. Makanan yang tumbuh dari kebun sendiri, yang selama ini menjadi bagian dari kehidupan keluarga, tiba-tiba dianggap kurang layak karena tidak sesuai dengan standar yang dibayangkan sebagai “modern”.

Dalam situasi ini, pangan tidak lagi sekadar soal apa yang dimakan, tetapi tentang bagaimana identitas dinilai dan dinegosiasikan. Selera tidak lagi bisa dipahami sebagai sesuatu yang alami, karena ia dibentuk melalui pengulangan yang terus-menerus, dilembagakan melalui kebijakan dan pendidikan, dan akhirnya diterima sebagai sesuatu yang seolah netral.

Namun yang kutemukan di Mollo bukan hanya persoalan tekanan atau kehilangan, melainkan juga praktik yang terus bertahan dan dihidupkan kembali secara kolektif. Di ruang seperti food lab Ume Fatumfaun, dapur menjadi tempat di mana pengetahuan dipraktikkan, bukan hanya dibicarakan. Orang-orang berkumpul, memasak, berbagi cerita tentang bahan makanan, bibit, musim, cara pengolahan, dan pengawetan, sehingga pangan tidak dipisahkan dari relasi sosial dan ekologis yang membentuknya.

Dalam kegiatan seperti Mnahat Fe'u, makan menjadi cara untuk mengingat dan merawat hubungan dengan tanah, karena setiap hidangan membawa cerita tentang asal-usul dan siklus yang menyertainya. Tidak ada upaya untuk menjadikan praktik ini sebagai sesuatu yang statis atau murni, melainkan sebagai proses yang terus bergerak dan beradaptasi.

Melalui kegiatan seperti Festival Tapun Ma Tatef, ruang untuk membaca ulang relasi ini diperluas. Warga, anak muda, tetua adat, dan berbagai pihak lain duduk bersama untuk berbagi pengalaman dan mendiskusikan perubahan yang mereka hadapi. Yang terjadi bukan romantisasi terhadap masa lalu, tetapi upaya untuk memahami bagaimana praktik pangan dapat terus hidup di tengah tekanan homogenisasi. Dalam konteks ini, kedaulatan pangan tidak muncul sebagai konsep abstrak, tetapi sebagai praktik sehari-hari yang berkaitan dengan hak untuk menentukan apa yang dimakan, bagaimana ia diproduksi, dan bagaimana ia dimaknai.

Refleksi ini membuatku melihat bahwa gagasan “beras adalah hak semua orang” menyimpan persoalan mendasar, karena ia mengasumsikan keseragaman yang tidak pernah benar-benar ada. Ketika satu jenis pangan dijadikan standar tunggal, maka yang hilang bukan hanya keragaman bahan makanan, tetapi juga cara hidup yang terhubung dengan ekologi dan sejarah masing-masing komunitas.

Dalam pengalaman belajar bersama Lakoat Kujawas, aku tidak menemukan model yang harus direplikasi, melainkan cara lain untuk memahami pangan sebagai relasi, bukan sekadar komoditas. Cara ini tidak memisahkan manusia dari tanah, tidak menempatkan rasa sebagai sesuatu yang netral, dan tidak menganggap satu standar sebagai jawaban untuk semua.

Pada akhirnya, pertanyaan tentang pangan kembali pada hal yang paling mendasar, tentang bagaimana kita memahami makan itu sendiri. Jika selama ini makan direduksi menjadi pemenuhan kebutuhan, maka pengalaman ini membuka kemungkinan untuk melihatnya sebagai praktik yang lebih luas yang melibatkan ingatan, identitas, dan pilihan. Dari sana, menjadi mungkin untuk menerima bahwa kecukupan tidak selalu harus mengikuti standar yang sama dan bahwa hak atas pangan seharusnya mencakup hak untuk menentukan sendiri apa yang 'layak' dimakan, sesuai dengan relasi yang hidup di dalamnya.

Rangkaian Festival Tapun Ma' Tatef | Dok: Pribadi



Beberapa isi piringku saat residensi di Lakoat Kujawas | Dok: Pribadi



Food Lab Ume Fatumfaun | Dok: Pribadi



Hinah Do Dange! Selamat Hari Dange!

Oleh: Rosari Amadea

Dange adalah perayaan musim panen yang dilakukan setiap tahun oleh Suku Dayak Kayaan Medalaam, Kapuas Hulu, Kalimantan Barat. Dalam rangkaian perayaan ini, mantra-mantra yang dilantunkan menjadi bentuk ungkapan syukur kepada Tipang (Tuhan) atas panen dan hasil yang telah diterima selama setahun terakhir. Jika sebelumnya persembahan dalam Dange berupa hasil panen ladang, kini makna "panen" diperluas, mencakup iuran uang dan berbagai hasil kerja warga dalam satu tahun terakhir.

Misa Dange Inkulturasi merupakan ritual perayaan musim panen yang dileburkan dengan liturgi Katolik dan diadakan di Gereja Katolik Paroki Santo Antonius dari Padua Mendalam. Misa ini menjadi pembukaan Dange di Kayaan Medalaam yang selanjutnya akan diadakan di tiap Ukung (Kampung).

Perayaan Dange sempat terhenti pada tahun 1972 akibat satu dan lain hal. Hingga pastor asal Kayaan Medalaam, bernama Aloysius J. Ding Ngo, pada tahun 1980 memelopori inkulturasi ini dengan menerjemahkan liturgi Katolik ke dalam Bahasa Kayaan Medalaam. Terjemahan ini dibukukan dalam Buku "Alaan Telaangjulaan". Dalam liturgi yang sudah diterjemahkan terdapat liturgi Misa Do Dange (Misa Hari Dange).

Takrir Foto:

1. Hinah Do Dange! Perayaan Dange Inkulturasi Kayaan Mendalaam.
2. Dange merupakan perayaan pascapanen orang Dayak Kayaan Mendalaam. Dalam Misa Dange Inkulturasi, terdapat imersi Liturgi Gereja Katolik dengan budaya Dayak Kayaan
3. Upacara Dange dimulai dengan misa yang dilakukan di dalam gereja.
4. Di tengah misa di lakukan ritual Dange.
5. Setelah misa dilanjutkan dengan acara makan bersama.
6. Turut ditampilkan serangkaian tarian yang meramaikan Dange.
7. Pengolesan arang di pipi sebagai tanda telah mengikuti Dange.
8. Penutup acara, menyanyi dan menari bersama
9. Tepat di samping gereja terdapat makam Pastor Aloysius Yohannes, pelopor dari inkulturasi tradisi Gereja Katolik dengan tradisi Kayaan Mendalaam. Mengawasi Dange dari jauh. Menunai buah yang sudah ditanam.









Merhatikan Sandeq

Ari Firdausi Ahla...

Oleh: Syaqui Khaikal Zulkarnain

Aku saksikan orang-orang
yang setiap badai datang
selalu nyaris mati-kelaparan
Apa mereka mampu bertahan?

Di laut dalam ikan-ikan kelayapan
Nelayan tak datang takut gelombang
Tanah gagal tumbuhkan ladang
Hutan dicacah terus-terusan

Manusia mati di alam mimpi
Nggau soal politik dan kursi
Memekik janji sesekali
Mencekik nasib kita tapi

Waktu kupandang jauh ke seberang
Sebuah kecil sampan maksa berenang
"Nasib musti ditantang dengan perang
—sebab itu sandeq berlayar kafan!"

Pinisi perahu dagang
Limbung ia di pelabuhan
Sandeq untuk berperang
Tidak takut tinggalkan karang

Tapi, Kawan...
Coba kau perhatikan
Mereka yang terlanjur kapital
Tak mungkin diselamatkan kapal.

Yogyakarta, 2026

Sandeq adalah perahu layar tradisional suku Mandar. Nama "sandeq" berarti "tajam", menggambarkan bentuk haluan perahunya yang runcing. Perahu ini terbuat dari kayu, berbentuk ramping, ringan, dan dilengkapi dua cadik di sisi kanan dan kiri untuk menjaga keseimbangan. Sandeq digerakkan oleh angin (tanpa mesin) dan terkenal sangat cepat serta stabil di laut. Dulu digunakan untuk menangkap ikan, mencari teripang, dan pelayaran antar pulau. Kini, sandeq menjadi simbol budaya Mandar.

Daftar Herbal Bagi Kolektif

*Dikutip dari Pertolongan Pertama & Perawatan Herbal bagi Aktivis
- Zine Asosiasi Herbalis Radikal*

Bawang putih (*Allium sativum* L.)

bumbu masak, hipertensi, kolesterol, antibakteri, antijamur, antivirus, maag.

Binahong (*Anredera cordifolia*)

mengobati luka, stamina, antibakteri, antioksidan.

Bubuk kayu manis (*Cinnamomum verum*)

meningkatkan kehangatan dan sirkulasi dalam tubuh. Meredakan batuk, sakit tenggorokan, atau pilek. Membantu meredakan sesak di dada. Melancarkan pencernaan, mual, perut kembung dan pemulihan dari diare. Dapat ditambahkan ke dalam makanan, teh, dan madu.

Bunga ketul (*Bidens pilosa*)

mengatasi batuk, sakit dada, sakit kepala, demam, nyeri pada gusi, diabetes, sembelit, muncet, cacingan, sakit perut, sakit gigi, keracunan, pegal-pegal, serta dicampurkan dalam air mandi untuk menyembuhkan gatal-gatal dan nyeri rematik.

Bunga lawang (*Illicium verum*)

muntah, sakit perut, diare.

Bunga telang (*Convolvulus pluricaulis*)

peluruh kencing, melancarkan sistem pencernaan, melancarkan haid, menghaluskan kulit, mempercepat pematangan pada bisul.

Cengkeh (*Syzygium aromaticum*)

bumbu masak, peradangan, maag, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, membunuh bakteri, menjaga kesehatan sistem pencernaan, mengatasi skit gigi, menguatkan tulang, meredakan nyeri.

Daun sirih hijau (*Piper betle*)

mengurangi produk ASI yang berlebihan, keputihan, sakit jantung, sifilis, alergi/biduren, diare, menghentikan pendarahan pada gusi, menghentikan pendarahan pada hidung/mimisan, sakit gigi berlubang, bronkitis, batuk.

Gingseng Jawa (*Talinum paniculatum*)

demam, kebugaran, kudis, radang paru.

Jahe (*Zingiber officinale*)

mengatasi gangguan pernapasan, melancarkan pencernaan, mengatasi mual dan muntah, melancarkan peredaran darah, mencegah peradangan, meredakan sakit kepala.

Jambu biji (*Psidium guajava*)

diare, antioksidan, antiseptik, maag, perawatan luka dan infeksi.

Kapulaga (*E. cardamomum*)

insomnia, antidepresan, kejang perut, muntah dan mulas.

Kayu manis (*Cinnamomun verum*)

diabetes, hipertensi, meningkatkan fungsi kognitif, menyembuhkan luka.

Kayu secang (*Caesalpinia sappan*)
peradangan, antibakteri.

Kenikir (*Cosmos caudatus*)
nafsu makan, meningkatkan imun, mencegah dan mengobati diabetes, hipertensi, lemah lambung, dan anti serangga.

Ketumbar (*Coriandrum sativum*)
pemanfaatan glukosa dalam tubuh, mencegah pembentukan gas dalam saluran pencernaan, kesulitan tidur, pereda rasa nyeri saat sakit perut, batuk, tenggorokan kering.

Lada Hitam (*Piper nigrum*)
membantu menghangatkan tubuh dalam melawan flu dan infeksi serta membersihkan atau meredakan batuk berlendir.

Pala (*Myristica fragrans*)
penyakit kulit, kesulitan tidur, diare.

Pegagan (*Centella asiatica*)
meningkatkan fungsi kognitif, khususnya memori nomorik dan spasial.

Sereh (*Cymbopogon citratus*)
menurunkan berat badan, detoksifikasi, antioksidan, antimikroba, obat kumur.

Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*)
sakit limpa, sakit ginjal, sakit pinggang, asma, sakit kepala dan masuk angin, maag, sakit perut, nyeri haid, menghilangkan bau amis sewaktu haid, memperbanyak produksi ASI, memacu ASI yang macet, kesulitan BAB, sembelit, dan menambah nafsu makan.

Teratai (*Nelumbium nelumbo Druce*)
jantung berdebar serta dada terasa sesak, darah tinggi, mengatasi sakit lambung. hepatitis, susah tidur, depresi, meningkatkan stamina.



Instagram:
@resister.id
@bentalarakyat

Profil Kontributor

Frendy Marselino

Illustrator yang sedang belajar pendidikan lingkungan, satwa, dan kemanusiaan. Ilustrasinya berfokus pada ilustrasi editorial dan campaign edukasi perlindungan lingkungan, satwa, dan HAM.

Dame Manik

merupakan seorang Boru Panggoaran yang saat ini tengah menjalani kehidupan di perantauan selama lebih dari satu dekade. Sehari-hari Dame berurusan dengan birokrasi, musik, dan dekolonisasi.

Aloysius G Dinora

Seorang pekerja sosial dan sekarang bekerja di NGO yang berfokus pada isu Perhutanan Sosial.

Wisnu Febri Wardana

Saya seorang mahasiswa Kajian Budaya dan Media UGM yang fokus pada isu ekologi, representasi, dekolonial, serta peran media dalam membentuk dan menegosiasikan pengetahuan, dengan menggabungkan kerja akademik, produksi kreatif, dan advokasi.

Andeas Hului

masyarakat biasa.

Rosari Amadea

Individu kreatif dengan minat tinggi mengeksplorasi berbagai medium seni dan mengintegrasikan dalam kehidupannya. Dengan menggabungkan ketertarikan pada seni dan latar belakang antropologi, ia kini mendalami fotografi serta penata artistik & busana

Syauqi Khaikal Zulkarnain

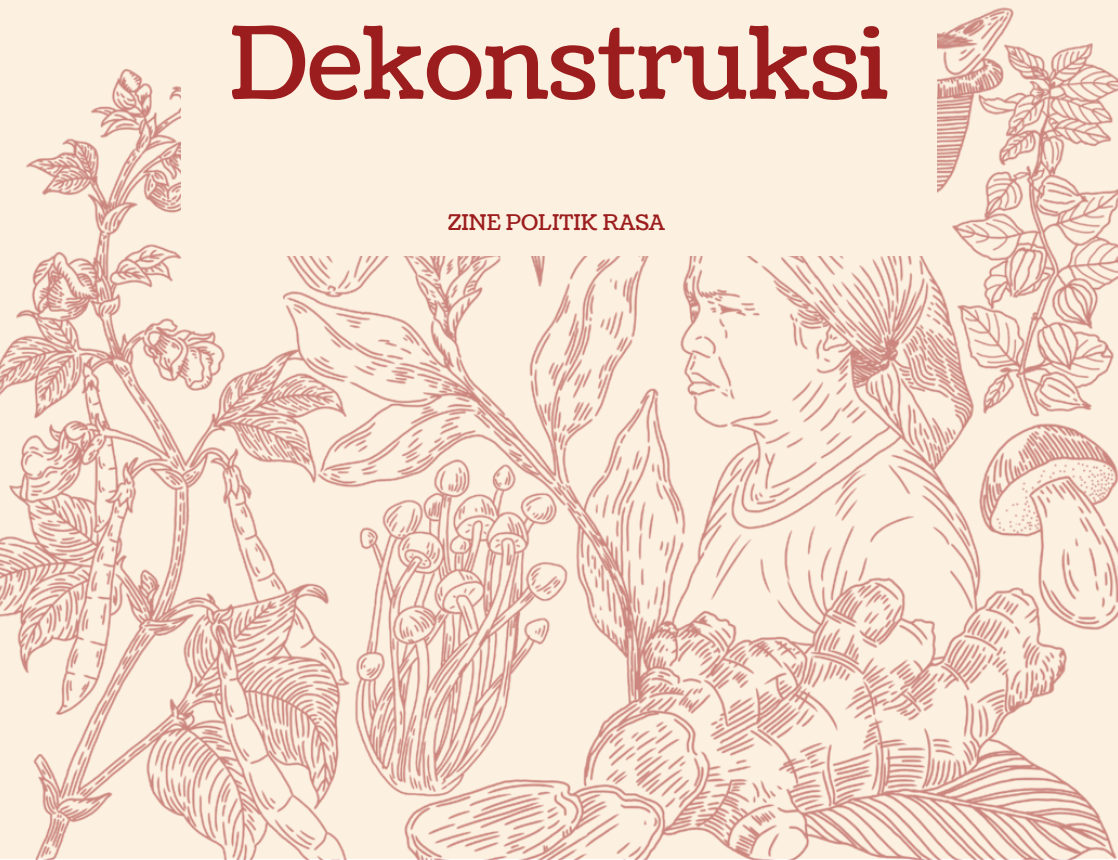
Lahir di Kangean, berkegiatan di Jogja. Alumnus Sastra Indonesia UAD. Sedang mempersiapkan buku kumpulan puisi pertamanya. Juga aktif menghimpun dan mendokumentasikan sisa-sisa khazanah kebudayaan manusia di kampung halamannya yang terlupakan itu.



BABAK 7

Dekonstruksi

ZINE POLITIK RASA



kebijakan pemerintah terkait pertanian, perdagangan, dan nutrisi dapat memengaruhi diversifikasi pangan. ... mendorong ... konsumsi ... dapat ... dan ... yang ... di ... yang ...

... pangan ... di ... pangan ... pola ... beragam, ... masyarakat! Ketika ... Terwujud, harapan selanjutnya yaitu tercapainya pola makan yang lebih sehat, beragam, dan berkelanjutan



Politik Nasi

Oleh: Cantaka

Apa yang kita makan setiap hari merupakan hasil dari campur tangan kepentingan politik. Nasi yang menjadi makanan pokok hari ke hari masyarakat Indonesia tidak luput dari hasil keputusan itu; mulai dari bagaimana tanaman disemai hingga sampai ke piring. Karya ini menyoroti bahwa ketika terjadi kelangkaan beras, sebenarnya Indonesia kaya akan pangan pokok yang lain. Perlu adanya kebijakan untuk mempergunakan alternatif lain itu untuk menghidupi masyarakat Indonesia.

Ironi di Negeri Gemah Ripah

Oleh: Saypulloh Mahpud

Katanya negeri kita kaya, tongkat kayu jadi tanaman, tapi mengapa harga cabai bikin emak-emak keder di pasaran? Impor datang bertubi-tubi seperti tamu tak diundang, membuat nasib petani lokal kian terombang-ambing dilarung gelombang.

Kita butuh lebih dari sekadar slogan di televisi, kita butuh aksi nyata untuk mengisi kembali pundi-pundi nutrisi.

Ayo, tengok pekarangan yang tidur lelap dalam sepi, tanamlah benih, biarkan hijau kembali bersemi. Pangan bukan sekadar angka di atas kertas laporan, ia adalah nyawa, harga diri, dan masa depan peradaban. Jangan biarkan anak cucu kita hanya mengenal padi dari gambar, saat tanah kita sendiri sudah habis digerus rasa lapar yang menjalar.

Dapur Sembungan – Dapur yang Tak Pernah Padam

Oleh: Anestesiana

Sunyi

Di tengah sunyi yang dibawa pandemi, ketika banyak orang kehilangan kepastian, ada sebuah dapur yang semakin menyala.

Ini bukan dapur besar milik negara. Bukan pula bagian dari program pembangunan yang digelar dengan spanduk megah. Ini dapur kecil yang tumbuh dari kegelisahan bersama—tentang perut keroncongan, tentang tetangga yang mulai kebingungan mencari bahan pangan, tentang bagaimana pemerintahan yang berkuasa justru abai pada hal paling dasar: **Hak untuk makan.**

Memasuki masa *lockdown* [1], saya sebagai seorang perempuan lajang perantauan yang hanya mengurus diri sendiri merasakan betapa kesulitan dan kesusahan sungguh menyusup ke dalam keseharian. Banyak toko sayur dan warung makan tidak bisa beroperasi seperti biasanya.

Jalanan begitu sepi. Kota dan desa terasa seperti area mati. Orang-orang mengurung diri di dalam rumah. Bayangkan bagaimana situasi perempuan yang setiap hari mengelola kebutuhan reproduktif rumah tangga. Aktivitas yang kerap dipikul secara individual dan diposisikan sebagai kewajiban normatif seorang istri atau ibu, alih-alih sebagai bentuk kerja yang layak memperoleh pengakuan dan kompensasi ekonomi.

Dalam konteks absennya peran negara, beban tersebut tidak berkurang, melainkan semakin meningkat. Ironisnya, kerja ini tetap tidak terhitung dan tidak terakomodasi dalam berbagai instrumen statistik resmi.

[1] pembatasan aktivitas sosial dan mobilitas yang diberlakukan pemerintah untuk menekan penyebaran penyakit menular.

Menyala

Dapur itu bernama Dapur Sembungan.

Inisiatif untuk membangun dapur umum ini berangkat dari lingkaran pertemanan di lingkungan tempat saya tinggal. Kami kerap berbagi cerita tentang situasi yang semakin sulit saat itu, terutama soal akses pangan dan kebutuhan sehari-hari.

Dari percakapan-percakapan sederhana itulah gagasan untuk membuat dapur bersama mulai muncul dan kemudian berkembang menjadi rencana yang lebih konkret. Ketika ide tersebut mulai dibicarakan dengan lebih serius, saya yang memang senang terlibat dalam kegiatan memasak merasa terdorong untuk ikut ambil bagian. Saya merasa benar-benar bersemangat, meski kontribusi yang bisa saya berikan tetap sebatas yang saya mampu saja.

Saya dan teman-teman memilih untuk hidup berdekatan, meski tidak tinggal dalam satu rumah. Kami menempati kontrakan yang lokasinya saling tidak berjauhan satu sama lain, semacam upaya untuk membangun kehidupan yang lebih komunal. Faktor inilah yang menurut saya membuat ide-ide lebih mudah terkomunikasikan dan kerja-kerja dapat segera diwujudkan.

Sebagian besar dari kami tinggal di Pedukuhan Sembungan, Kelurahan Bangunjiwo, Kecamatan Kasihan, Bantul, Yogyakarta. Di salah satu rumah yang sekaligus digunakan sebagai ruang kolektif feminis di Yogyakarta, Dapur Sembungan lahir dan mulai bergerak. Dari dapur kecil yang terletak di tepi sungai dan di bawah rimbunnya pepohonan bambu, asap mengepul untuk pertama kali dan aroma masakannya mulai menyebar, membawa semangat solidaritas.

Nama “Sembungan” diambil dari pedukuhan tempat dapur ini tumbuh, sekaligus kalau mau otak-atik kata, mungkin bisa kita maknai Sembungan sebagai “menyambung”. Menyambung perut yang kosong, menyambung kepedulian, dan menyambung rasa solidaritas di antara sesama.

Selain itu, seperti sembung [2] tanaman obat yang menenangkan dan menyembuhkan, dapur ini juga menjadi semacam obat, yang menghangatkan perut sekaligus memberi semangat bagi mereka yang membutuhkan. Semiminalnya bagi saya dan teman-teman.

Pada awalnya, orang-orang yang terlibat di Dapur Sembungan memanglah teman-teman yang saling mengenal satu sama lain. Sebuah tongkrongan yang sama-sama merasakan kegelisahan dan sulitnya mengisi perut dari kondisi ekonomi saat itu. Terutama karena banyak dari kami yang berpenghasilan dari sektor informal, melapak hasil *craft* dan *merch*, atau menjual menu masakan di *gigs-gigs* [3] bikinan kawan yang waktu itu mendadak berhenti dan membuat keuangan tak berputar.

Pada 2020, tepatnya Selasa, 14 April, dapur sembungan mulai bergerak. Tak lama setelah *lockdown* mulai diterapkan hampir di seluruh tempat.

[2] Daun Sembung (*Blumea balsamifera*) adalah tanaman herbal tradisional Asia Tenggara yang kaya flavonoid, minyak atsiri, dan antioksidan untuk mengatasi diare, batu ginjal, nyeri sendi, rematik, serta mempercepat penyembuhan luka.

[3] pertunjukan musik skala kecil hingga menengah yang bersifat intim, sering diadakan di kafe, bar, atau venue lokal oleh musisi independen.

Berbagi Rasa

Kebanyakan teman-teman saya biasanya lebih aktif ketika sunyi malam hari. Maka dari banyaknya obrolan malam itu, akhirnya kami menyepakati: dapur bergerak tiga hari berturut-turut, lalu mengambil jeda istirahat di hari berikutnya dan begitu seterusnya.

Meski di hari keempat aktivitas memasak libur, nyatanya kami masih sering berkumpul di dapur. Berbagi kegelisahan, juga berbagi ide-ide ataupun evaluasi kerja di dapur. Mungkin juga karena tidak ada satupun dari kami yang bekerja sebagai pegawai ataupun pekerja penuh waktu. Hahaha.

Kira-kira seminggu setelah dapur mulai beroperasi, kami mulai memasuki bulan Ramadhan. Pada bulan Ramadhan, kami turut menyesuaikan diri. Memasak yang biasanya dilakukan pagi dan didistribusikan pada jam makan siang, kami ubah menjadi memasak di siang hari, untuk kemudian didistribusikan saat mendekati waktu berbuka.

Dalam sehari, tak kurang dari enam puluh lima porsi nasi bungkus berlabel **Rakyat Bantu Rakyat**, menggunakan kertas print seadanya siap dibagikan di beberapa titik di perbatasan Kabupaten Bantul dan Kota Yogyakarta. Hal ini bukan tanpa alasan kami lakukan, makanan ini memang bisa ada karena rakyat, dibuat oleh rakyat, dan dibagikan juga untuk rakyat.

Angka 65 memang tidak besar. Tapi sudah sangat cukup untuk mengingatkan kami bahwa berbagi tak selalu soal jumlah, apalagi saat melihat senyuman dari orang-orang yang memang membutuhkan. Semua rasa pegal dan panas seharian di dapur rasanya seperti dibayar tuntas.





Setiap orang yang datang selalu punya tempat di Dapur Sembungan. Tak perlu khawatir jika tidak terbiasa mengolah makanan, karena ruang ini juga kami sepakati sebagai ruang belajar bersama, berbagi peran. Setiap orang bisa memilih sendiri perannya sebagai apa, entah itu menyiapkan sayur-mayur, memotong bumbu seperti bawang-bawangan, mencuci piring, memasak nasi, atau berbelanja kebutuhan yang memang harus kami beli, sampai pendistribusian hasil olahannya.

Semua bisa mengambil peran sesuai keinginan dan kemampuan masing-masing. Bahkan, ada salah satu teman yang begitu passion menyajikan kopi untuk kami yang bekerja di dapur. Di luar masa Ramadhan, selalu akan ada sajian kopi berempah, kopi pala buatan salah satu teman kami.

Tak berhenti di situ, posisi chef pun hampir setiap hari kami rotasi, untuk tetap membuat menu makanan selalu bervariasi. Chef-chef tamu juga tak lupa kami undang datang, biasanya dari kawan-kawan yang kami tahu senang memasak atau juga dari relawan-relawan yang silih ganti berdatangan.

Rantai Hidup

**Siapa yang berhak
menentukan apa yang enak?
Lidahku, atautkah pasar?**

Kamu pernah dengar daun kelor?

(dok foto : gregorius nafanu)



Ya, tanaman ini memang acap kali sangkutkan dengan mitos angker, tetapi bukan sekadar cerita rakyat. Pelekatan mitos pada bahan pangan seperti pada kasus kelor sering mencerminkan bagaimana pengetahuan lokal dikontrol dan dipinggirkan. Ketika sesuatu diposisikan sebagai “takhayul”, ia otomatis dipandang sebagai pengetahuan kelas kedua, sementara pengetahuan yang diasosiasikan dengan sains modern dianggap lebih sah dan layak konsumsi.

Cara kerja wacana seperti ini membuat kearifan lokal yang sehat dan bergizi dipandang remeh, sementara yang “modern” selalu diposisikan lebih berhak menentukan apa yang pantas masuk ke tubuh kita.

Perbandingan ini juga tampak dalam tren pangan global. Sayur impor seperti kale dan bayam Brazil sering dipuji sebagai superfood dalam kampanye media dan industri kesehatan modern, dengan harga yang cenderung premium di pasaran. Padahal, sayuran impor semacam itu tidak selalu lebih unggul secara nutrisi dibanding sumber lokal yang sering diabaikan.

Di sisi lain, daun kelor (*Moringa oleifera*) merupakan tanaman lokal yang nutrisi dan manfaatnya telah diakui ilmiah. Kelor dikenal sebagai sumber vitamin A, C, kalsium, zat besi, protein nabati, serta antioksidan dalam kadar yang tinggi, dan telah dipelajari sebagai sumber nutrisi potensial untuk memperbaiki status gizi masyarakat di berbagai belahan dunia.

Dengan kandungan gizi yang padat dan kemampuannya tumbuh mudah di iklim tropis, kelor menjadi bagian dari tradisi kuliner atau tanaman obat. Kelor juga menjadi representasi bagaimana pangan lokal yang sejatinya bernilai tinggi bisa diabaikan karena narasi pengetahuan yang lebih mengunggulkan yang “modernitas” [4].

"Daun kelor tidak pernah angker. Yang angker adalah sistem yang membuat kita lebih percaya pada label impor daripada pohon yang tumbuh di halaman sendiri."

Saya ingat suatu kali Dapur Sembungan memasak menu sayur kelor. Saat itu, sayur kelor disajikan bersama dengan undur-undur laut dan remis yang dibawa oleh Bu Kawit—seorang Pejuang Perempuan yang rumahnya digusur pada tahun 2016 demi restorasi Gumuk Pasir Parangkusumo [5].

Baru pertama itu kami mengolah secara langsung undur-undur laut, sajian yang pernah saya temui di area wisata pesisir Pantai Selatan Gunung Kidul. Rasanya cukup mirip dengan udang. Digoreng tepung, ya ampun nikmatnya, sangat pas disajikan bersama sayur kelor.

(dok foto : Dapur Sembungan)



[4] “Superfood” Daun kelor: Nilai gizi, ekonomi dan lingkungan, KOMPAS
[5] Catatan dari Orang Kecil untuk Orang Kecil — Kawit (2023)

Setiap minggunya berbagai sayuran seperti bayam, kangkung, gambas, terong, cabai merah, sawi dan kelor yang berasal dari Paguyuban Petani Lahan Pantai Kulon Progo (PPLP-KP) datang menyuplai dapur. Setiap minggu pula, lima desa yang tergabung di dalamnya secara bergantian menyisihkan hasil panen untuk mendukung kebutuhan pangan dapur umum yang tersebar di berbagai simpul distribusi pangan di Yogyakarta.

Bayangkan, satu mobil pick up penuh sayuran itu diberikan oleh para petani secara cuma-cuma, tanpa harus membeli. Mereka para petani yang sama, yang dulu mengolah tanah pasir hitam gersang dan dianggap penuh kutukan penyakit. Hingga bertahun-tahun kemudian, dengan kesabarannya para petani PPLP-KP merawat tanah, mereka berhasil merubah tanah menjadi subur dan menghidupi.

Berbagai tanaman sayur dan buah yang tumbuh subur di Pesisir Kulon Progo memberi makan dan menghidupi banyak orang. Tak diragukan lagi, tanah ini pulalah yang beberapa waktu lalu sempat hendak dirampas oleh industri tambang—PT Jogja Magasa Mining yang kemudian berganti nama menjadi PT Jogja Magasa Iron mengancam dengan rencana penambangan pasir besi seluas 2.987 hektare, yang kini justru menghidupi. Menghidupi perut orang-orang di Yogyakarta dan Bantul di kala pandemi.

Para Petani di Kulon Progo tidak hanya merawat tanaman. Mereka juga merawat tanah dari ancaman ekstraktivisme yang serakah. Mereka melawan dan mempertahankan ruang hidupnya, ruang hidup anak cucunya kelak, bukan hanya dengan orasi di panggung, tetapi juga dengan terus menanam, seperti satu judul buku yang juga ditulis oleh salah seorang petani PPLP-KP Alm Mas Widodo; “Menanam adalah Melawan”.

Dengan tangan yang membenamkan bibit ke dalam tanah, dengan punggung yang membungkuk di bawah matahari, dengan hasil panen yang dengan sukarela mereka kirimkan untuk memberi makan orang-orang yang bahkan tak pernah mereka kenal: mereka akan terus melawan.

Ini adalah politik yang tidak masuk dalam berita televisi nasional. Tapi sesungguhnya ia berdenyut di nadi setiap petani dan setiap sayuran yang sampai ke dapur kami.

Selain dari Kulon Progo, kami juga mendapat kiriman sayur dari para Petani Desa Sewukan, Magelang, dan Petani Grasindo Sindoro, Wonosobo. Mereka mengirimkan hasil panen dengan cara yang sama seperti kami mendistribusikan nasi: penuh kepercayaan, tanpa banyak hitungan dan dalam semangat rakyat bantu rakyat!.

Suatu waktu, menjelang Idul Adha, tepatnya Juli 2021, Dapur Sembungan tiba-tiba dihubungi seseorang. Ia hendak berkorban dan mempercayakan kami untuk mengurus kurbanannya. Seekor kambing hidup.
Iya, hidup!

Tentu ini hal yang sangat asing bagi kami, mengolah masakan dari bahan yang masih hidup, apalagi ini seekor kambing.

Kambing itu sempat menginap, bahkan ikut ada di sekitaran kami yang nongkrong di halaman belakang rumah selama 1 atau 2 malam. Sampai-sampai teman-teman memberikannya nama Astrid. Beberapa teman sempat terpikir untuk melepaskannya saja, namun mereka juga ingat bahwa ini adalah Amanah dan tanggung jawab, Amanah dari orang yang memberikannya dan tanggung jawab untuk meneruskan hasil masakannya kepada orang-orang di jalanan.



(dok foto : Dapur Sembungan)

Kami mulai sibuk mencari teman yang mengerti cara menyembelih kambing, karena tidak ada satupun dari kami yang paham bagaimana caranya. Sampai akhirnya ada seorang teman yang pernah melakukannya dan menyanggupi.

Dari Astrid, dapur kami semakin membara. Mengingat bagaimana orang mempercayakan satu ekor kambing untuk kami olah dan membagikannya.

Keesokannya, Astrid menjelma menjadi berbagai olahan tongseng dan kari kambing. Mengisi perut-perut orang lapar di jalanan, dan memperpanjang nafas perjuangan. Terima kasih banyak Astrid!

Menjaga Api

Membuat dapur terus berjalan bukanlah perkara yang mudah, banyak hal yang menjadi tantangan, terutama ketika berbicara soal biaya operasional dapur. Belum lagi ketika mulai masuk musim hujan, namun teman-teman tetap bersemangat mengantarkan makanan kepada orang-orang di jalan.

Saat dana simpanan operasional menipis, kami mencoba berbagai cara. Mulai dari membuka donasi hingga memproduksi kaos dengan sistem pre-order untuk menunjang kebutuhan yang tidak bisa kami dapatkan tanpa membeli.

Beberapa kali kami juga memasak menggunakan tungku dengan bahan bakar kayu dan bambu yang memang cukup banyak dari kebun belakang untuk mengurangi penggunaan gas tabung melon. Isu yang belakang ini cukup membuat siapapun jengah kala mendengar satu orang ini mengucapkannya:

**“kalau masakan
sudah matang,
kompornya
dimatikan, agar
hemat gas”**



Daulat Pangan, Monopoli Korporasi, dan Ritual Makan Bareng yang Hakiki

Oleh: Rudi Nofindra

Perkara perut itu sebenarnya sederhana, tapi sering dibikin ribet oleh urusan birokrasi dan syahwat industri. Kalau kita bicara soal pangan hari ini, kita seperti sedang menonton film dokumenter tentang pagar. Ya, pagar. Semuanya dipagari. Benih dipagari hak paten, lahan dipagari investasi, bahkan selera lidah kita pun dipagari oleh standarisasi industri yang bikin rasa tempe di Jakarta dan di pelosok desa jadi seragam gara-gara kedelainya sama-sama dari negeri seberang.

Inilah wajah privatisasi pangan. Sebuah kondisi di mana makan bukan lagi soal berbagi hidup, melainkan soal transaksi. Kita dipaksa percaya bahwa urusan kenyang adalah urusan masing-masing atau paling mentok urusan supermarket. Padahal, secara historis, pangan adalah milik publik yang paling purba. Dulu, orang makan karena ada yang berburu, ada yang meramu dan ada yang memasak bersama. Ada dimensi kolektif yang hilang ketika pangan berubah total menjadi komoditas.

Di tengah kegalauan antara yang privat dan yang publik ini, muncul program Makan Bergizi Gratis (MBG). Program ini, suka atau tidak, adalah sebuah intervensi politik yang menarik. Ia seolah ingin berkata "eh, negara hadir nih di piring kalian". Tapi, pertanyaannya, apakah MBG akan menjadi gerakan kolektif yang menghidupkan pasar rakyat atau justru jadi proyek pengadaan raksasa yang ujung-ujungnya mempertebal kantong pemain besar lagi?

Di sini lah kita butuh kacamata seni. Bukan seni yang sekadar lukisan di galeri ber-AC, tapi seni sebagai laku hidup yang dalam tradisi kita sering disebut sebagai olahraga, olah rasa, dan olah hati.

Pangan sebagai Koreografi Sosial

Jangan bayangkan olahraga sebagai lari di atas treadmill sambil dengerin podcast finansial. Dalam konteks pangan kolektif, olahraga adalah tentang gerak tubuh yang berdaulat. Menanam padi, mencangkul tanah, hingga distribusi sayur dari kebun ke dapur umum adalah sebuah koreografi sosial.

Jika MBG hanya dikelola secara sentralistik masakan pabrikan yang dipanaskan kembali maka "olahraga" ini mati. Masyarakat hanya jadi penonton (atau konsumen pasif). Sebaliknya, pangan kolektif yang sehat seharusnya melibatkan gerak badan warga lokal. Ada senam kolektif di sana petani yang menggerakkan cangkunya, ibu-ibu PKK yang memotong sayur, dan pemuda yang mengantar makanan. Inilah olahraga yang paling politis menggerakkan otot untuk kedaulatan perut sendiri.

Melawan Penjajahan Lidah

Lalu ada olahrasa. Ini adalah aspek estetika dari pangan. Privatisasi pangan itu jahat karena mereka melakukan "genosida rasa". Mereka ingin semua orang suka rasa yang sama gurihnya MSG dan manisnya sirup jagung tinggi fruktosa. Ketika lidah kita sudah dijajah oleh rasa industri, kita kehilangan kepekaan terhadap kekayaan lokal.

Dalam politik rasa, menyajikan singkong, talas atau ikan tangkapan lokal dalam menu MBG bukan sekadar urusan nutrisi. Itu adalah tindakan seni. Itu adalah cara kita mengasah kembali kepekaan rasa (sensibilitas) publik. Olah rasa dalam pangan kolektif adalah upaya merayakan keragaman. Jangan sampai program makan gratis malah bikin anak-anak kita lupa rasa sambal ulek asli gara-gara lebih akrab dengan saus sasetan yang warnanya lebih merah dari masa depan mereka.



Pangan sebagai Jembatan Empati

Terakhir, dan yang paling krusial, adalah olah hati. Ini soal etika dan spiritualitas makan. Kita sering lupa bahwa kata "kolektif" dalam pangan itu mengandung muatan cinta. Makan adalah ritual solidaritas. Ketika kita berbagi makanan yang sama dalam sebuah ruang publik, sekat-sekat kelas seharusnya luntur.

Olah hati menuntut kita melihat MBG bukan sebagai sedekah negara kepada rakyat yang dianggap kurang gizi, tapi sebagai bentuk tanggung jawab moral kolektif. Di sini, hati diasah untuk peduli siapa yang menanam sayur ini? Apakah mereka dibayar layak? Apakah bumi rusak karena pestisida demi mengejar target produksi program ini? Tanpa olah hati, pangan kolektif hanya akan jadi angka-angka di laporan akhir tahun kementerian, hambar, dan tak bermakna.

Kekinian dan Politik Rasa

Dunia hari ini semakin individualis. Kita makan sambil menunduk menatap layar gawai, terisolasi dalam algoritma masing-masing. Pangan kolektif hadir sebagai antitesis dari kesepian digital tersebut. Ia mengajak kita kembali ke meja panjang, kembali ke diskusi-diskusi hangat di dapur umum dan kembali menyadari bahwa kedaulatan pangan adalah kerja budaya, bukan sekadar kerja ekonomi.

Politik rasa adalah politik yang mengakui bahwa apa yang masuk ke mulut kita menentukan bagaimana kita memandang dunia. Jika pangan kita dikuasai oleh segelintir korporasi (privatisasi), maka cara berpikir kita pun akan terprivat-kan egois dan kompetitif. Namun, jika kita mampu mengelola pangan secara publik dan kolektif dengan melibatkan olahraga, olah rasa, dan olah hati maka kita sedang membangun peradaban yang lebih manusiawi.

MBG adalah sebuah momentum. Ia bisa jadi gerbang menuju kedaulatan pangan yang puitis dan berdaya atau sekadar jadi parade logistik yang membosankan. Semua tergantung pada apakah kita mau melibatkan "rasa" di dalamnya atau membiarkan perut kita kembali dipagari oleh kepentingan yang bukan milik kita.

Sudah waktunya kita berhenti jadi konsumen yang sekadar mengunyah, dan mulai jadi manusia yang merasai. Karena pada akhirnya, kedaulatan itu dimulai dari piring dan politik yang paling jujur adalah politik yang dirasakan oleh lidah dan hati rakyat banyak.

Di Balik Pencemaran, Terdapat Dominasi Industri Pangan

Oleh: Reza Arivianto

Membeli makanan siap saji terasa praktis di tengah kesibukan. Kita makan isinya, lalu membungkus dan membuangnya, urusan terasa tuntas. Namun, di balik pola itu, setelah makanan habis, yang tersisa justru lebih banyak; plastik, sendok sekali pakai, tisu, hingga kemasan berlapis. Makanan habis dalam menit, tapi sampahnya bertahan puluhan bahkan ratusan tahun. Pada 2025, Indonesia menghasilkan sekitar 20,25 juta ton sampah, dengan sisa makanan dan plastik sebagai penyumbang terbesar (SIPSN, 2025). Sebagian besar tidak terkelola menumpuk di TPA, sungai, dan laut.

Membludaknya sampah dan pencemaran lingkungan akibat makanan siap saji sering kali direduksi menjadi persoalan perilaku individu. Konsumen dituding sebagai penyebab utama karena dianggap tidak bijak dalam mengelola sampah. Namun, narasi ini problematis. Ia menutupi persoalan yang jauh lebih mendasar: struktur industri pangan dan model produksi yang secara sistematis memang menghasilkan sampah dalam skala besar, sekaligus mengalihkan tanggung jawab dari produsen ke konsumen.

Padaahal, secara regulatif, tanggung jawab produsen sudah diatur. Permen LHK No. 75 Tahun 2019 tentang Peta Jalan Pengurangan Sampah oleh Produsen mewajibkan pelaku industri, mulai dari manufaktur, ritel, hingga jasa makanan untuk mengurangi sampah melalui skema pengurangan, penarikan kembali, dan daur ulang, termasuk penerapan Extended Producer Responsibility (EPR).

Dalam kerangka itu, produsen semestinya tidak hanya memproduksi barang, tetapi juga bertanggung jawab atas seluruh siklus hidup barang yang dihasilkan. Namun, berbagai studi menunjukkan bahwa implementasi EPR di Indonesia masih menghadapi tantangan serius, mulai dari lemahnya pengawasan, keterbatasan infrastruktur, hingga rendahnya komitmen industri (Prabawati et al., 2023; WWF, 2022).

Dalam praktiknya, industri pangan justru terus memperluas penggunaan kemasan sekali pakai, termasuk plastik multilapis yang sulit atau bahkan tidak dapat didaur ulang. Studi tentang industri makanan cepat saji di Indonesia menunjukkan bahwa kemasan dan peralatan makan sekali pakai menjadi kontributor utama limbah yang sulit ditangani dalam sistem pengelolaan sampah yang ada (Krikke et al., 2025). Artinya, bahkan sebelum konsumen mengambil keputusan, sistem sudah “mengunci” mereka dalam pilihan yang menghasilkan sampah.

Jika menengok ke masa lalu, praktik konsumsi pangan jauh lebih terintegrasi dengan siklus ekologis. Di pasar tradisional, pembeli membawa wadah sendiri, makanan dibungkus dengan bahan organik seperti daun, dan sisa makanan kembali ke tanah atau menjadi pakan ternak. Sistem tersebut tidak sempurna, tetapi memiliki satu keunggulan mendasar, limbahnya masih bermanfaat untuk ekosistem. Berbeda dengan saat ini, di mana hampir seluruh makanan bahkan yang paling sederhana dibungkus dalam lapisan plastik, sachet, atau styrofoam yang bertahan puluhan hingga ratusan tahun.

Perubahan ini bukan sekadar soal modernitas atau preferensi gaya hidup. Ia adalah hasil dari transformasi sistem pangan global yang menekankan efisiensi distribusi, standardisasi produk, dan ekspansi pasar. Dalam proses ini, keragaman pangan lokal terpinggirkan, digantikan oleh produk-produk seragam yang dirancang untuk tahan lama, mudah didistribusikan, dan menguntungkan secara ekonomi. Sehingga pangan industri menghilangkan keanekaragaman nutrisi yang dihasilkan makanan itu sendiri dan mengakibatkan masalah kesehatan konsumen seperti obesitas, jantung dan penyakit lainnya.

Lebih jauh, persoalan sampah tidak dapat dilepaskan dari minimnya dukungan terhadap infrastruktur publik. Sistem pengelolaan sampah di banyak wilayah masih belum mampu menangani volume dan kompleksitas limbah kemasan modern. Bahkan, sebagian besar sampah plastik di negara berkembang, termasuk Indonesia, masih berakhir sebagai “mismanaged waste” yang mencemari lingkungan darat dan laut. Dalam kondisi ini, menyerahkan tanggung jawab pada konsumen untuk memilah atau mengurangi sampah menjadi tidak realistis.

Dengan kata lain, menjadi konsumen “bijak” dalam sistem yang tidak menyediakan alternatif nyata hanyalah solusi semu. Konsumen tetap akan menghasilkan sampah selama pilihan yang tersedia di pasar didominasi oleh produk dengan kemasan sekali pakai. Tanpa intervensi struktural baik melalui penegakan regulasi, pembatasan produksi kemasan bermasalah, maupun investasi pada sistem daur ulang dan guna ulang upaya individu tidak akan signifikan mengurangi krisis sampah.

Situasi ini memperlihatkan bentuk baru dari ketergantungan. Jika pada masa kolonial kontrol dilakukan melalui penguasaan tanah dan produksi, hari ini kontrol hadir melalui desain sistem konsumsi. Pilihan-pilihan yang tampak bebas sebenarnya telah dibatasi oleh logika pasar yang mengutamakan kecepatan, kemudahan, dan keuntungan. Dalam kerangka ini, konsumen bukan sekadar pelaku, melainkan bagian dari sistem yang dibentuk oleh kepentingan industri.

Karena itu, kritik terhadap industri pangan siap saji tidak cukup berhenti pada aspek kesehatan atau budaya konsumsi, tetapi perlu diarahkan pada relasi kuasa dalam sistem produksi dan distribusi. Selama produsen tetap bebas memproduksi kemasan sekali pakai tanpa tanggung jawab penuh dan negara tidak secara serius menegakkan regulasi serta membangun infrastruktur pendukung, maka krisis sampah akan terus berulang terlepas dari seberapa “bijak” konsumen mencoba bertindak.

Masalahnya bukan semata-mata karena makanan siap saji bersifat modern. Yang menjadi persoalan adalah semakin jauhnya masyarakat dari pangan lokal yang lebih sederhana, dari cara makan yang tidak menghasilkan banyak limbah, serta dari pengetahuan tentang asal-usul makanan yang dikonsumsi. Selain itu makanan siap saji menghilangkan keanekaragaman pangan yang sehat untuk tubuh kita dan minim bahan kimia.

Vandana Shiva menyebut hal itu sebagai industrialisasi pangan yang memisahkan makanan dari konteks ekologisnya. Menurutnya, makanan industri bukan lagi “real food”, melainkan komoditas untuk profit, bukan untuk keberlanjutan kesehatan manusia maupun lingkungan (Shiva, 2000; 2016).

Sistem pangan modern menghasilkan limbah lebih besar daripada sistem tradisional. Limbah tidak hanya muncul saat konsumsi, tetapi juga sejak produksi, pengemasan, distribusi, hingga pemasaran. Produk modern umumnya menggunakan kemasan plastik, karton, atau aluminium yang sulit terurai dan menambah emisi GRK. Vandana Shiva menyebut ini sebagai “food industrialism” dengan siklus yang linear, yakni ambil, olah, konsumsi, buang. Berbeda dengan sistem tradisional yang mengikuti siklus alam, di mana sisa makanan kembali ke ekosistem (Shiva, 2016).

Kontras tersebut terlihat jelas jika dibandingkan dengan praktik pengolahan makanan secara tradisional. Dalam banyak masyarakat lokal, makanan diolah dengan teknik sederhana, menggunakan bahan segar, dibungkus dedaunan, serta disesuaikan dengan musim dan lingkungan setempat. Proses ini tidak hanya menjaga kualitas nutrisi makanan, tetapi juga meminimalkan limbah yang dihasilkan.

Jurnalisme pangan seperti Michael Pollan bahkan menekankan bahwa makanan yang paling sehat sekaligus paling berkelanjutan biasanya adalah makanan yang paling sedikit melalui proses industri. Ketika makanan masih dekat dengan bentuk alaminya, limbah yang dihasilkan pun relatif kecil dan mudah kembali ke alam.



SIAPA YANG MAKAN
SIAPA YANG MENANGGUNG SAMPAHNYA

Dengan demikian, meningkatnya limbah makanan di era modern tidak hanya berkaitan dengan perilaku konsumsi, tetapi juga merupakan konsekuensi dari sistem produksi pangan industri yang semakin menjauh dari prinsip-prinsip ekologis dan kearifan pengolahan makanan tradisional.

Ketika hidup kita terasa aman dan nyaman, kita perlu bertanya: "siapa yang menanggung dampak dari pola hidup konsumsi yang buruk ini?" Perusahaan memproduksi besar-besaran, konsumen menikmati kemudahan, namun sampah yang dihasilkan minim tanggung jawab. Sampah makanan industri tak pernah hilang, ia hanya berpindah ke TPA, sungai, laut, atau lingkungan orang lain. Ironisnya, yang paling terdampak bukanlah konsumen utama, melainkan warga sekitar TPA, bantaran sungai, dan pemulung. Pertanyaan "siapa yang makan?" mudah dijawab, tetapi "siapa yang menanggung sampahnya?" jauh lebih rumit.

Dalam praktik lokal, aktivitas makan bukan sekadar konsumsi, melainkan bagian dari nilai hidup, yakni apa yang diambil dari alam sebisa mungkin untuk kembali tanpa merusak. Cara seperti ini kini dianggap ketinggalan zaman, padahal secara ekologis lebih masuk akal. Kita mudah menyalahkan diri sendiri sebagai konsumen, padahal pilihan seseorang sangat dipengaruhi ketersediaan di sekitarnya.

Ketika makanan murah dan mudah didapat selalu dibungkus kemasan sekali pakai, sementara alternatif tanpa sampah sulit ditemukan, maka dengan kondisi ini "pilihan" tak sepenuhnya bebas. Persoalan sampah bukan hanya kebiasaan individu, tetapi juga sistem produksi dan distribusi yang membentuk pola konsumsi.

Tidak ada solusi instan untuk mengatasi pola konsumsi yang buruk ini. Langkah awal yang bisa dilakukan adalah mengurangi kemasan sekali pakai, mendukung pangan lokal yang limbahnya kembali ke alam, langkah lain yang cukup efektif. Namun yang lebih penting adalah mendorong tanggung jawab produsen dalam menciptakan produk yang minim sampah.

Selama beban pengelolaan sampah hanya ditanggung konsumen tanpa perubahan sistem produksi, persoalan ini akan terus berulang. Pertanyaan "siapa yang makan, dan siapa yang menanggung sampahnya?" mengingatkan bahwa kita semua terlibat, namun tidak semua dari kita menanggung beban yang sama. Dengan kesadaran ini, muncul pilihan: tetap menjalani pola yang sama, atau mulai mencari cara lain, sekecil apa pun, untuk keluar dari lingkaran sampah yang menjerat ini.

Sumber:

- Shiva, V. (2000). *Stolen Harvest: The Hijacking of the Global Food Supply*.
- Shiva, V. (2016). *Who Really Feeds the World? The Failures of Agribusiness and the Promise of Agroecology*.
- Pollan, M. (2008). In *Defense of Food: An Eater's Manifesto*.
- Jambeck, J. R., Geyer, R., Wilcox, C., Siegler, T., Perryman, M., Andrady, A., Narayan, R., & Law, K. (2015). *Plastic Waste Inputs from Land into the Ocean*. *Science*, 347(6223), 768–771.
- Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan. (2025).
- Sistem Informasi Pengelolaan Sampah Nasional (SIPSN).
- <https://sipsn.menlhk.go.id>
- Peraturan Menteri Lingkungan Hidup dan Kehutanan tentang Peta Jalan Pengurangan Sampah Oleh Produsen. 2019. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/312182/permen-lhk-no-75-tahun-2019>
- Prabawati, A., Frimawaty, E., & Haryanto, J. T. (2023). *Strengthening stakeholder partnership in plastics waste management based on circular economy paradigm*. *Sustainability*, 15(5), 4278. <https://doi.org/10.3390/su15054278>
- World Wide Fund for Nature. (2022). *Extended Producer Responsibility (EPR) guideline for Indonesia*. WWF. <https://www.wwf.id>
- Krikke, H., Widianarko, B., & Löhr, A. (2025). *How to tackle plastic waste realistically? The case of packaging and service ware in the fast food industry in Semarang, Indonesia*. *Sustainability Letters*.

Kolaborasi Sebagai Benteng Kedaulatan

Oleh: Diann Saka

Kedaulatan pangan sering kali disalahartikan sebatas kemampuan untuk memproduksi komoditas yang laku di pasar global. Namun, di ruang-ruang kelas SMK di desa terpencil, esensi sejati dari kedaulatan adalah memutus rantai kemiskinan sistematis di mana masyarakat adat dipaksa menjadi penyedia bahan mentah yang harganya didikte oleh pihak luar. Perjuangan ini bukan sekadar tentang ekonomi, melainkan tentang kemampuan sebuah komunitas untuk menentukan nasib perutnya sendiri melalui kolaborasi yang mampu meningkatkan dampak lebih luas.

Ada pola yang merugikan di mana hasil hutan dan kebun seperti singkong atau jahe dijual dengan harga murah hanya untuk membeli kembali produk olahan mahal dari luar. Kedaulatan pangan yang sesungguhnya harus mampu meluruskan ketergantungan tersebut. Hal ini bukan berarti pangan di hutan atau kampung semata-mata menjadi barang dagangan untuk membeli kebutuhan baru, melainkan bagaimana kita mengenyangkan isi perut terlebih dahulu dengan apa yang ada di tanah leluhur.

Kedaulatan sejati adalah saat kita tidak lagi bingung mencari makan karena alam di sekitar kita sudah menyediakannya. Jangan sampai kita menjual hasil bumi yang sehat hanya untuk membeli makanan instan dari luar yang kurang bergizi.

Pendidikan sejati harus memampukan generasi muda untuk tetap tinggal dan mengisi piring makan mereka dengan hasil olahan tanahnya sendiri secara mandiri dan bangga. Sebelum berpikir untuk menjual ke luar, prioritas utama adalah memastikan bahwa setiap anggota komunitas telah terpenuhi kebutuhan gizinya dari sumber daya lokal yang mereka miliki.

Upaya menghidupi diri dari hasil alam tidak boleh terjebak dalam narasi ekstraksi—yakni sekadar mengambil dari alam untuk dijual demi uang tunai semata. Jika pemuda desa hanya dididik menjadi wirausaha yang rakus, maka mereka akan silau oleh industri besar yang merusak lingkungan. Sebaliknya, wirausaha muda harus menjadi "penjaga" yang memastikan hasil alam kembali dipergunakan ke dalam komunitas.

Perlu ada perputaran ekonomi dan pangan di dalam lingkaran masyarakat itu sendiri. Ketika kopi hutan, umbi-umbian, atau tanaman obat diolah secara apik dengan narasi yang kuat, ia menjadi tindakan politik untuk membuktikan bahwa tanah adat mampu menghidupi tanpa harus bergantung pada pasokan luar. Dengan memperkuat sirkulasi internal, nilai dari hasil alam tetap tinggal di desa, memperkuat ikatan sosial, dan menjaga kedaulatan atas sumber daya alam sendiri.

Mendukung lahirnya wirausaha muda di pelosok negeri adalah cara untuk memastikan ekonomi desa bergerak dari tangan-tangan mereka sendiri. Kolaborasi antar-siswa, guru, dan masyarakat adat sangat penting untuk:

- Membangun Kemandirian: Memastikan pemuda desa tidak perlu merantau menjadi buruh kasar karena mereka mampu mengolah buminya dengan martabat.
- Menjaga Identitas: Memposisikan lulusan SMK sebagai petani modern dan pengusaha desa yang menjadi benteng terakhir penjaga tanah adat dari kepunahan.
- Menciptakan Dampak Kolektif: Melalui tangan yang mandiri secara ekonomi, komunitas mampu menggenggam tanahnya dengan kuat dan tidak mudah terombang-ambing oleh fluktuasi pasar global.

Kedaulatan pangan adalah kemerdekaan yang sesungguhnya, dimulai dari keberanian untuk mengonsumsi dan mengelola apa yang tumbuh di atas tanah sendiri. Dengan mengutamakan pemenuhan kebutuhan internal dan memutar hasil alam di dalam komunitas, kita tidak hanya sekadar bertahan hidup, tetapi sedang berdiri tegak menjaga warisan leluhur demi masa depan yang lebih berdaulat.

Food Estate: Politik Rasa Negara dan Penghancuran di Tanah Papua

Oleh: Ajul

Meningkatnya ketidakstabilan ketersediaan beras nasional akibat salah urus tata kelola oleh pemerintah membuat masyarakat pusing tujuh keliling. Pemerintah pusat tidak peka terhadap potensi pangan lokal dan sering membuat kebijakan instan. Yang penting terlihat kerja.

Seperti sebuah kebiasaan, Indonesia dari rezim Soeharto di Kalimantan hingga Prabowo di Papua mencari sumber produksi pangan alternatif skala raksasa yang disebut Food Estate. Dalam proyek terbaru ini disediakan hingga lebih dari dua juta hektare dan alokasi awal untuk lahan sawah sekitar 100 ribu hektare. Padi menjadi salah satu tanaman prioritas yang harus dibudidaya. Pangan yang sejak awal tidak dimakan oleh orang asli Papua.

Idealnya, sebelum proyek ini terlaksana, diperlukan pemetaan mana lahan yang sesuai mana yang tidak, mana yang punya masyarakat adat mana yang bukan. Namun demikian, standar pelaksanaan dan realita di lapangan berkata lain. Ambisi Prabowo terkait food estate di Papua justru menyasar hutan-hutan primer, lahan rawa, lahan gambut yang notabenenya sulit ditanami padi. Kalaupun bisa, perlu ada treatment khusus,. Itupun dengan hasil produksi yang rendah dibandingkan tanah di Jawa.

Masalah di sini semakin rumit karena lahan yang ratusan ribu hektare itu bukanlah lahan kosong, melainkan sebuah ekosistem yang kaya akan vegetasi, bernilai tinggi keanekaragaman hayati, hingga menyimpan banyaknya stok karbon di ekosistem lahan basah.

Masyarakat adat turun-temurun merawat dan menjalankan pola penghidupan seperti “berhutan”. Dusun sagu yang selama ini jadi sumber panganan lokal pun ikut terpinggirkan oleh adanya pembongkaran hutan dan lahan adat akibat ekspansi besar-besaran proyek food estate.

Euforia mewujudkan "lumbung pangan nasional" dipoles sedemikian rupa demi citra ketahanan pangan, kebijakan ini justru menjadi mesin penghancur ekosistem primer di tanah Masyarakat adat. Ini bukan sekadar peningkatan produksi pangan, melainkan land grabbing: perampasan lahan atas nama pembangunan.

Sesat Pikir Lumbung Beras dan Pengorbanan Rimba Pertama Masyarakat Adat

Dipikir lebih jauh, food estate bukan hanya persoalan dilema antara ekosistem hutan dan pengorbanan tanah adat serta mekanisasi pertanian yang katanya dapat mensejahterakan. Ini lebih kepada logika yang digunakan dalam menghancurkan kehidupan demi lumbung yang sebenarnya diragukan keberhasilannya.

Bersamaan dengan ekspansi perkebunan tebu, food estate menjadi salah satu proyek deforestasi terbesar di dunia yang sedang dijalankan. Proyek lumbung pangan yang membabat habis hutan ini berpotensi mendegradasi tanah akibat teknik budidaya monokultur intensif yang cenderung tidak cocok dengan karakteristik tanah, serta menurunkan kualitas tanah dan mencemari sumber daya air akibat penggunaan bahan kimia yang massif akan.

Narasi bahwa sawah dapat mensejahterakan bagi masyarakat tidak menjadikannya panganan dan sumber penghidupan adalah sesat pikir. Proyek lahan gambut satu juta hektare di Kalimantan menjadi contoh. Mengganti bentang alam yang kaya plasma nftah, sumber pangan lokal, obat, dan bahan material lain, akan menciptakan bencana ekologis yang sangat luas. Hutan bukan sekadar lahan kosong yang bisa dikonversi. Ketika ekosistemnya dibongkar, daya tahan lingkungan ibarat busa yang mampu meresap air justru dikeringkan. Prabowo sedang membakar rumah hanya untuk sesuap nasi tanpa menghiraukan kehidupan yang sudah eksis sebelumnya maupun ekosistem rawan rusak seperti gambut yang seharusnya dilindungi.

Upaya-upaya zonasi ulang lahan-lahan yang potensial untuk sawah dicarikan legitimasi yang pas seperti tanah terlantar atau tidak optimal, kemudian dikonversi menjadi tanah yang seolah-olah terurus atau bahkan keuntungan yang menjanjikan. Setelah tanaman padinya dikonversi ke beras yang siap masak dengan harga tinggi, seketika masyarakat adat tak mampu membelinya.

Jalan Terakhir Perlawanan

Model Pembangunan ekstraktivisme gila-gilaan ala rezim Prabowo-Gibran menempatkan perampasan ruang hidup berkedok ketahanan pangan menjadi pembenaran pembongkaran lahan dan hutan adat di Papua. Alih-alih mengemban amanat berkelanjutan bagi solusi krisis lingkungan, iklim, dan pangan, proyek food estate justru terjebak dalam praktik greenwashing yang sistematis.

Dengan dalih lumbung pangan, politik ala rasa negara melegitimasi penghancuran ratusan ribu hektare tanah adat yang secara ekologis justru meninggalkan bencana di masa depan. Pada akhirnya, apa yang disebut sebagai "lumbung pangan" hanyalah sebuah label estetika yang menutupi realitas ekstraksi yang menyerobot konsep pangan itu sendiri.

Model pembangunan ini tidaklah netral; ia berdiri di atas marginalisasi masyarakat adat dan degradasi alam yang tak dapat diperbaiki. Indonesia tidak sedang bergerak menuju masa keemasannya tahun 2045 nanti, melainkan sedang memicu ekosida berencana demi ambisi ekonomi yang timpang.

Kita sedang menyaksikan deforestasi raksasa demi mengisi periuk-periuk nasi kita yang tidak seberapa. Bentuk kegagalan ini akan dibayar mahal oleh generasi selanjutnya. Tidak boleh dilanjutkan. Hanya ada satu kata:

LAWAN...!!!

Pangan sebagai Palung Politik Rasa: Menggugat Kedaulatan dari Atas Piring

Oleh: Ewil M. Woloin

Dalam diskursus politik arus utama, kebijakan sering kali dipandang sebagai deretan angka statistik yang dingin: pertumbuhan ekonomi, indeks harga konsumen, atau tonase impor beras yang ditentukan di ruang-ruang birokrasi yang jauh dari tanah. Namun, ada satu dimensi yang kerap terabaikan dalam narasi teknokratis tersebut, yakni "rasa".

Melalui inisiatif Zine Politik Rasa, kita diajak untuk melihat bahwa pangan bukan sekadar urusan biologis pemuas lapar, melainkan medan tempur politik yang paling intim. Pangan adalah jembatan yang menghubungkan tanah dengan tubuh, memori dengan masa depan, serta ketidakadilan sistemik dengan emosi personal.

Memahami Politik Rasa dalam Isu Pangan

"Politik Rasa" bukanlah sekadar romantisisme tentang kelezatan kuliner. Ia adalah upaya radikal untuk memvalidasi bahwa apa yang kita rasakan—amarah saat lahan tani digusur, kesedihan saat varietas benih lokal punah, atau kegelisahan saat harga pangan melambung adalah bentuk kesadaran politik yang sah.

Selama ini, emosi dianggap sebagai "gangguan" dalam analisis politik yang dianggap harus "rasional". Padahal, rasa lapar yang dialami oleh masyarakat miskin atau petani yang kehilangan kedaulatannya adalah bukti empiris paling nyata dari kegagalan sebuah sistem ekonomi-politik.

Zine, sebagai medium kontra-budaya, menjadi wadah yang sempurna untuk narasi ini. Berbeda dengan media massa arus utama yang dikontrol kepentingan modal, zine menawarkan kejujuran yang mentah. Di dalamnya, pangan tidak dibahas sebagai komoditas, melainkan sebagai hak asasi yang dirampas. Ketika kita bicara tentang pangan, kita sebenarnya sedang membedah struktur kekuasaan: siapa yang memiliki tanah, siapa yang mengontrol benih, dan siapa yang berhak menentukan apa yang boleh masuk ke dalam tubuh kita.

Konflik Agraria: Luka di Atas Tanah, Pedih di Dalam Rasa

Isu pangan tidak bisa dilepaskan dari persoalan Agraria. Kedaulatan pangan mustahil tercapai tanpa adanya kedaulatan atas tanah. Di berbagai pelosok, kita menyaksikan bagaimana ladang-ladang warga dikonversi menjadi perkebunan monokultur skala besar atau proyek industri ekstraktif. Politik rasa di sini muncul sebagai "rasa kehilangan" kehilangan akses terhadap sumber kehidupan yang paling dasar.

Ketimpangan penguasaan struktur agraria menciptakan luka yang mendalam. Ketika tanah dirampas, yang hilang bukan hanya aset ekonomi, tetapi juga martabat. Petani yang dulunya adalah produsen pangan mandiri dipaksa menjadi buruh tani di tanah mereka sendiri, atau lebih buruk lagi, terlempar menjadi kaum marjinal di pinggiran kota. Amarah yang tumbuh dari konflik agraria ini adalah mesin penggerak politik rasa yang menuntut redistribusi lahan dan pengakuan atas hak-hak petani kecil sebagai penyokong utama isi piring bangsa.



Masyarakat Adat dan Penjagaan Memori Rasa

Bagi masyarakat adat, pangan adalah identitas dan spiritualitas. Hutan, sungai, dan laut bagi mereka adalah "pasar swalayan" alami yang dijaga melalui hukum adat yang ketat. Namun, atas nama modernisasi dan "ketahanan pangan" versi negara, banyak wilayah adat dipaksa beralih fungsi. Penyeragaman pangan melalui program-program seperti Food Estate sering kali mengabaikan sistem pangan lokal masyarakat adat yang jauh lebih berkelanjutan.

Ketika sagu digantikan oleh beras, atau hutan adat diubah menjadi kebun sawit, terjadi proses "dekolonisasi rasa", masyarakat adat kehilangan rasa otentik dari alam mereka dan dipaksa tunduk pada rasa yang didikte oleh pasar global. Politik rasa dalam konteks masyarakat adat adalah perjuangan untuk mempertahankan hak ulayat.

Mengakui wilayah adat berarti menjaga keberagaman pangan nusantara. Tanpa pengakuan hukum terhadap masyarakat adat, kita sedang menuju kepunahan masif terhadap pengetahuan tradisional yang telah teruji selama ribuan tahun dalam menjaga keseimbangan ekosistem.

Gender dan Dapur: Garis Depan Politik Rasa

Membicarakan politik pangan tanpa menyinggung peran gender adalah sebuah kekeliruan. Dapur sering dianggap sebagai ranah domestik yang tidak politis, padahal dapur adalah "garis depan" dari politik rasa. Perempuan, secara historis, adalah penjaga benih dan pengelola pengetahuan pangan tradisional. Dalam konflik agraria, perempuan sering kali berada di barisan terdepan melawan pengusuran karena mereka tahu bahwa kehilangan tanah berarti kehilangan kemampuan untuk memberi makan keluarga dengan cara yang bermartabat.

Dalam kerangka politik rasa, kita melihat bagaimana perempuan petani berjuang mempertahankan kedaulatan benih lokal. Gerakan dapur umum yang dikelola secara komunal bukan sekadar aksi amal; itu adalah pernyataan politik bahwa kita bisa saling menjaga tanpa bergantung pada pasar yang eksploitatif. Zine ini memberikan ruang bagi narasi-narasi domestik ini untuk tampil ke permukaan sebagai bentuk perlawanan yang gigih namun sunyi.

Krisis Iklim: Ketika Rasa Terancam Punah

Krisis iklim yang kian nyata bukan lagi sekadar prediksi sains; ia telah merasuk ke dalam piring kita. Perubahan pola cuaca yang ekstrem menyebabkan gagal panen massal, yang pada gilirannya merusak "rasa" dari kedaulatan kita. Petani tidak lagi bisa mengandalkan kalender tradisional karena alam yang kian tak menentu akibat emisi industri global.

Politik Rasa di era krisis iklim adalah politik tentang kerentanan. Kita merasakan panas yang berlebihan dan banjir yang merendam lumbung-lumbung pangan. Rasa cemas terhadap masa depan pangan adalah emosi kolektif yang harus diorganisir menjadi tuntutan sistemik. Melalui zine, kita menyuarakan bahwa krisis iklim bukanlah takdir, melainkan akibat dari keserakahan ekonomi yang mengorbankan perut rakyat demi akumulasi keuntungan segelintir orang.

Estetika Zine sebagai Visualisasi Perlawanan

Mengapa isu pangan paling tepat disuarakan lewat zine? Ada keterkaitan estetika antara makanan lokal yang "mentah" dengan visual zine yang sering menggunakan teknik fotokopi hitam putih. Pangan yang berdaulat sering kali terlihat tidak rapi di mata industri; ia memiliki bentuk yang tidak seragam dan bercampur dengan tanah. Begitu pula zine. Estetiknya yang tidak patuh pada standar desain komersial mencerminkan ketidakpatuhan kita pada standar pangan industri yang steril dan plastik.

Visual dalam Zine Politik Rasa, foto, dokumentasi perjuangan agraria, ilustrasi benih lokal, atau kolase dari kemasan produk industri berfungsi sebagai pengingat visual. Ia meruntuhkan citra makanan yang mengkilap di iklan televisi dan mengembalikannya pada kenyataan yang penuh keringat di lapangan. Ini adalah bentuk dekolonisasi visual atas apa yang kita anggap sebagai "makanan".

independence

sometimes

i just want to

go around

and ask

my friends

how does it feel

to be a citizen

of an independent state

how does it feel

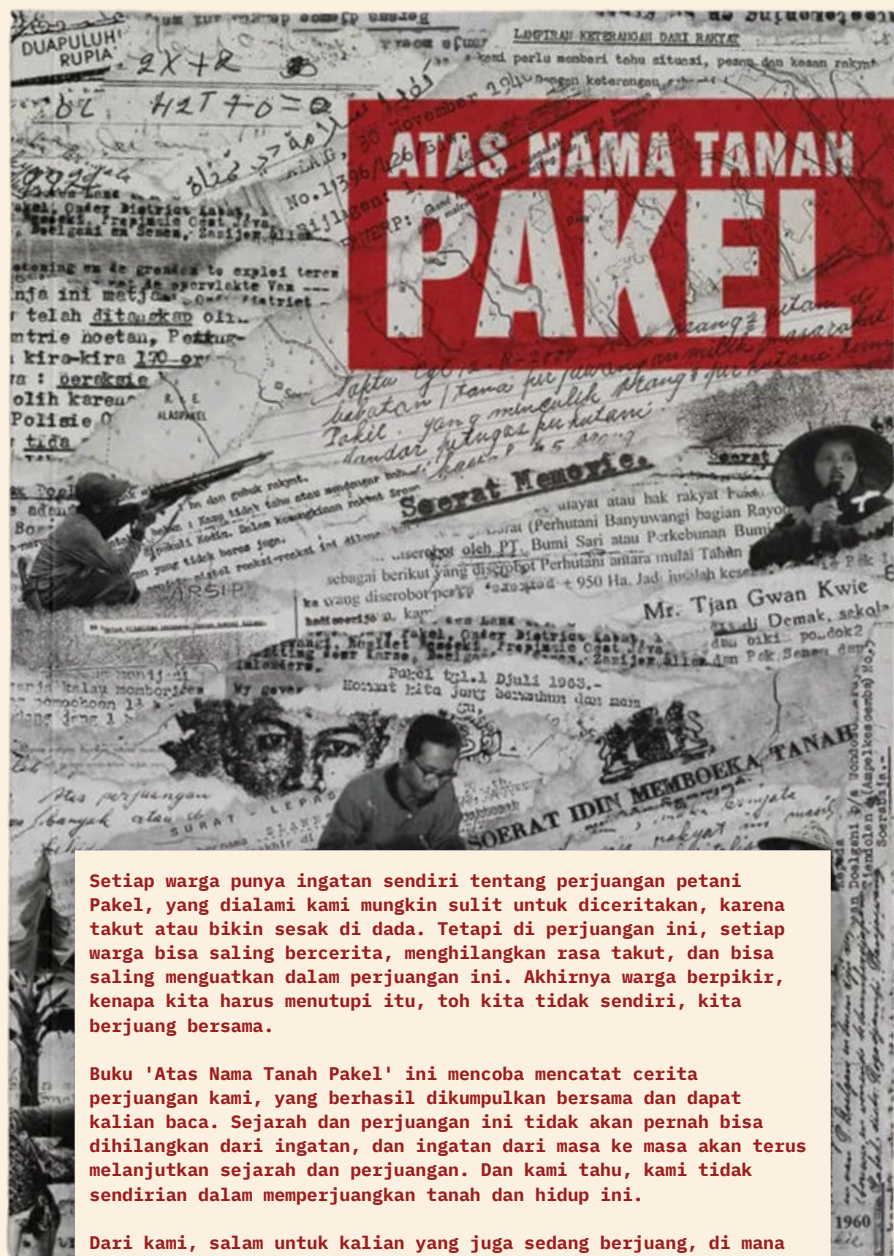
to taste democracy

true real democracy

how does it feel to feel

a sense of nationalism

and be patriotic



Setiap warga punya ingatan sendiri tentang perjuangan petani Pakel, yang dialami kami mungkin sulit untuk diceritakan, karena takut atau bikin sesak di dada. Tetapi di perjuangan ini, setiap warga bisa saling bercerita, menghilangkan rasa takut, dan bisa saling menguatkan dalam perjuangan ini. Akhirnya warga berpikir, kenapa kita harus menutupi itu, toh kita tidak sendiri, kita berjuang bersama.

Buku 'Atas Nama Tanah Pakel' ini mencoba mencatat cerita perjuangan kami, yang berhasil dikumpulkan bersama dan dapat kalian baca. Sejarah dan perjuangan ini tidak akan pernah bisa dihilangkan dari ingatan, dan ingatan dari masa ke masa akan terus melanjutkan sejarah dan perjuangan. Dan kami tahu, kami tidak sendirian dalam memperjuangkan tanah dan hidup ini.

Dari kami, salam untuk kalian yang juga sedang berjuang, di mana pun kalian berada.

- Sri Mariyati, dalam buku Atas Nama Tanah Pakel -

Semakin panjang teori, semakin jauh dari kenyataan. Sementara kalian sibuk berdebat soal Penindasan Kapitalis di coffee shop mahal, kami para Petani sedang memastikan kalian tetap punya makanan di meja, meski kami sendiri nggak tahu besok bisa makan apa.

[#fyp](#) [#jangkauanluas](#) [#kwtmentari](#)
[#petani](#) [#wanitamandiri](#)

- Neneng Rosdiyana, dalam unggahan facebook



Instagram:
@resister.id
@bentalarakyat

Profil Kontributor

Cantaka

seorang pengembara visual yang sedang sibuk berpindah-pindah software. Sedang menimbun materi yang cukup untuk mewujudkan impiannya membentuk kolektif desain.

Saypulloh Mahpud

merupakan penulis muda yang fokus pada kegiatan literasi. Ia memiliki ketertarikan dalam menuliskan gagasan dan mendorongnya menulis puisi.

Anestesiana

Manusia yang sedang belajar menulis, menyukai kegiatan di dapur ataupun terkait pangan, mulai dari penanaman hingga tersaji di meja makan.

Rudi Nofindra

praktisi vokasi asal Bengkulu. Aktif menjembatani talenta kreatif siswa SMK dengan ekosistem ekonomi kreatif. Melalui Yayasan Svira Bumei Betuah, saya mendedikasikan diri pada pengembangan kurikulum berbasis kearifan lokal.

Reza Arivianto

Suka naik gunung dan mengamati alam sekitar.

Diann Saka

Seorang perempuan adat dan guru honorer SMK di desa terpencil yang percaya bahwa ruang kelas adalah garis depan perjuangan pangan.

Ajul

aktivis abangan, peneliti lepas, dan kritikus rezim Prabowo.

Ewil M. Woloin

Pemuda adat.

DD – Dina Danomira

Perempuan Papua asal Moor dan Biak. Ia juga aktivis muda Papua yang lahir besar di Tanah Tabi dan bangga menjadi anak waena hebat-hebat. Dina aktif dalam menyuarakan hak masyarakat adat dan perubahan iklim di Papua maupun di luar.