

# LAMPIRAN

# **LAMPIRAN 1**

**Program Kerja Life Skill di SMPIT LHI  
Yogyakarta**



**PROGRAM KERJA LIFE SKILL SMPIT LUQMAN AL-HAKIM**  
**INTERNASIONAL YOGYAKARTA**  
**TAHUN AJARAN 2019/2020 SEMESTER I**

**Team: Ust. Ajis, Ust. Bani, Usth. Vindy Lailatul M, Usth. Atika Izzatul Jannah,**

No	Kelas	Program	Tujuan	Kompetensi dasar level 2	Literasi yang dikembangkan	Waktu	Anggaran Dana	PJ
1	7, 8, 9	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kebersihan diri dan lingkungan dengan system Golden Card.</li> <li>Ahad bersih</li> <li>Workshop PUDD</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Agar peserta didik selalu berdisiplin dalam kebersihan menjaga lingkungan bersih dan sehat jasmani maupun rohani.</li> </ul>	Siswa mulai menjaga kesehata dirinya dengan membudayakan hidup sehat (tidur yang cukup, makan makanan bergizi, olahraga)	Fisikal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Setiap hari</li> <li>Ahad, pukul 07.00 – 08.00</li> <li>Pekan ke- 2 40 hari</li> </ul>	1.716.000	All Team
2	7 dan 8	Gardening	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menciptakan lingkungan yang nyaman dan sehat</li> </ul>	Siswa mempelajari dan mempraktikan cara-cara merawat alam dan sekitarnya, mulai dari diri, keluarga dan lingkungan terdekat.	Spiritual dan Sosial	Lokasi : Di kelas materi bersamaan dengan praktek sampai dengan pembuatan produk.  Sabtu: 08.00 – 11.30 WIB  Perawatan rutin setiap pagi dan sore	2.250.000	Ust. Bani
3	7 dan 8	Perikanan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menumbuhkan minat bisnis dan mandiri dalam dunia entrepreneur khususnya usaha ikan.</li> </ul>	Siswa mempelajari dan mempraktikan cara-cara merawat alam sekitarnya, mulai dari diri keluarga dan lingkungan terdekat.	Fisikal, Sosial, dan Kultural	Lokasi : Di kelas materi bersamaan dengan praktek sampai dengan pembuatan produk.	2.280.000	Ust. Ajis

						Sabtu: 08.00 – 11.30 WIB  Perawatan rutin setiap pagi dan sore		
4	7 dan 8	Menjahit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melatih kemandirian siswi</li> <li>• Melatih ketelatenan siswi</li> <li>• Melatih konsentasi siswi</li> <li>• Melatih kesabaran siswi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa memahami bahwa kelebihan dan kekurangan yang ada pada tiap individu diciptakan oleh Allah manusia saling melengkapi dan bekerjasama.</li> </ul>	Moral	Lokasi : Di kelas materi bersamaan dengan praktek sampai dengan pembuatan produk.  Sabtu: 08.00 – 11.30 WIB	2.563.000	Ustdz. Atika Izzatul
5	7 dan 8	Memasak	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menumbuhkan kesadaran untuk memilih makanan yang halal dan thayyib.</li> <li>• Mengasah ketrampilan memasak</li> <li>• Mengetahui bumbu dasar</li> <li>• Mengetahui teknik memasak</li> <li>• Praktik mengolah makanan (membuat hidangan)</li> </ul>	Siswa mempelajari dan mempraktekkan cara-cara merawat alam sekitarnya, mulai dari diri, keluarga dan lingkungan terdekat.	Sosial	Lokasi : Di kelas materi bersamaan dengan praktek sampai dengan pembuatan produk.  Sabtu: 08.00 – 11.30 WIB	2.280.000	Ustdz. Vindy Lailatul M
6	7 dan 8	Enterpreneur in action	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjual karya dari komunitas gardening, pertukangan, perikanan, menjahit dan memasak kepada orang-orang disekitar LHI.</li> </ul>	Siswa Belajar tentang masalah social dan lingkungan global (global environmental and societal issue)	Sosial	Event LSE, milad LHI dan event-event lain	2.000.000	All Team



# **LAMPIRAN 2**

## **Draf Rancangan isi Buku Saku**

## DRAF MATERI BUKU SAKU LIFE SKILL COOKING

- I. Cover buku
- II. Halaman Fransis
- III. Kata pengantar
- IV. Daftar isi
- V. ISI

### A. BAB I HALAL dan THAYYIB

- **HALALAN** berasal dari kata “halla” Artinya : • lepas atau tidak terikat • hal-hal yang boleh dan dapat dilakukan karena bebas atau tidak terikat dengan ketentuan-ketentuan yang melarangnya. • sebagai segala sesuatu yang bebas dari bahaya di dunia & diakhirat
  - **MAKANAN HALAL**: Makanan yang tidak akan membuat manusia berbuat dosa di dunia dan tidak mendapatkan siksa di akhirat
  - **THAYYIB**: artinya lezat, baik, sehat, menentramkan dan paling utama
- Makanan yang Thayyib :
- Makanan yang tidak kotor dari segi zat nya atau rusak (kadaluarsa), atau makanan yang tidak tercampur/terkontaminasi dengan najis
  - Sebagai makanan yang mengundang selera bagi yang akan mengkonsumsinya dan tidak membahayakan fisik serta akalnya. Contoh yan membahayakan fisik dan akal adalah narkoba.
  - Sebagai makanan yang sehat, proporsional, dan aman
    - Makanan yang Sehat: makanan yang mengandung gizi cukup dan seimbang (artinya kualitas atau mutunya baik)  
Gizi seimbang: merupakan susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi alam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh.
    - Makanan Proporsional artinya sesuai dengan kebutuhan, tidak terlalu berlebihan (tabdzir) atau tidak kekurangan, dan tidak melampaui batas yang wajar.
    - Makanan Aman artinya tidak berbahaya bagi kesehatan tubuh dan tidak menyebabkan sakit.
- **Label Halal dan Tanggal Kadaluarsa**
    - Label halal adalah label yang diberikan oleh MUI (Majelis Ulama Indonesia) kepada produk makanan atau obat-obatan yang seringkali kita makan sehari-hari. Jika produk sudah mendapatkan label halal, makan produk makanan atau obat-obatan tersebut sudah terjamin kehalalannya dan layal untuk kita makan.  
Label halal itu seperti apa sih?

#### LOGO HALAL MUI



xxxxxxxxxxxxxx  
Nomor sertifikat halal MUI

- Tanggal Kadaluwarsa adalah tanggal batas makanan boleh dimakan. Makanan yang sudah kadaluwarsa sebaiknya jangan dimakan karena sudah tercemar bakteri maupun jamur membahayakan. Biasanya tanggal kadaluwarsa tertulis seperti ini: Best Before 25/05/19 artinya produk makanan aman untuk dikonsumsi sebelum 25 Mei 2019. Selama kemasan makanan masih tersegel dan belum sampai batas waktu kadaluwarsa, maka makanan tersebut aman untuk dikonsumsi.
- Tips memilih makanan yang halal:
- Melihat logo Halal MUI pada kemasan
  - Melihat komposisi produk pada kemasan produk
  - Lihat daftar Produk ber Sertifikat Halal MUI di majalah Jurnal halal atau di website : [www.halalmui.org](http://www.halalmui.org) / [www.halaljateng.org](http://www.halaljateng.org)
  - Bisa bertanya lewat email: [sosprolppom@halalmui.org](mailto:sosprolppom@halalmui.org) / [lpom\\_jateng@yahoo.com](mailto:lpom_jateng@yahoo.com)
  - Melihat Sertifikat Halal MUI
- DAFTAR MAKANAN HALAL DAN HARAM

Halal	Haram
Buah dan sayuran	Babi
Unggas : Ayam, bebek, angsa	Bangkai (kecuali bangkai ikan dan belalang)
Hati dan limpa hewan	Darah yang mengalir
Sapi	Hewan bertaring tajam: Harimau, singa, serigala, beruang, kucing, tikus, anjing, gajah, monyet
Kambing	
Ikan	
Madu	
Susu	Hewan berkuku tajam: Elang, rajawali
Teh	
Sirup	
Kopi	Khamr (minuman keras)

- **Makanan dikatakan halal apabila:**
1. Halal zatnya, makanan yang berasal dari binatang maupun tumbuhan yang tidak diharamkan oleh Allah. Adapun jika dalam makanan disebut terkandung zat atau makanan yang tidak halal maka status makanan yang tercampur tersebut adalah haram dan tidak boleh dikonsumsi oleh umat Islam.
  2. Halal cara memperolehnya, Makanan halal dapat menjadi haram apabila diperoleh melalui hasil mencuri, riba, korupsi.
  3. Halal cara memprosesnya, Apabila makanan sudah diperoleh dengan cara halal, dengan bahan baku yang halal pula, jika makanan tersebut diproses dengan menggunakan sesuatu yang haram misalnya alat masak yang bekas digunakan untuk memasak makanan haram atau bahan-bahan lain yang tidak diperbolehkan atau diharamkan untuk dikonsumsi maka makanan tersebut bisa menjadi haram.

4. Halal cara menyajikan, mengantarkan serta menyimpannya, Ketiga proses tersebut dapat mengubah status makanan dari halal menjadi haram misalnya jika makanan disajikan dalam piring yang terbuat dari emas maupun disimpan bersamaan dengan makanan dan diantar untuk tujuan yang tidak baik.

➤ **Pengetahuan tambahan**

Dalam mengolah masakan perlu diperhatikan:

1. Bahan yang digunakan dalam memasak, sudah halal.
2. Bahan yang digunakan, jika binatang hidup pastikan sudah disembelih sesuai syariat islam.
3. Bahan yang digunakan, halal dalam mendapatkannya (bukan hasil mencuri/ mengambil milik orang tanpa izin).
4. Bumbu yang digunakan, tidak mengandung zat yang haram.
5. Alat yang digunakan dalam memasak tidak terbuat atau terkontaminasi zat haram.

## **B. BAB II BUMBU**

- **Pendahuluan**

Dalam mengolah makanan, bumbu memiliki peranan penting untuk memberi rasa, warna, dan aroma yang khas. Masakan akan terasa hambar tanpa bumbu. Perpaduan bumbu yang berbeda akan menghasilkan rasa yang berbeda pula.

Ayo perhatikan lingkungan sekitarmu!

Berbagai bumbu mungkin saja ada disekitarmu.

- **Macam Bumbu:**

- a. Bumbu Kering
- b. Bumbu Basah
- c. Bumbu Daun
- d. Bumbu Batang

- **Penjelasan**

- a. **Bumbu Kering**

1. **Keluwak:** memberikan efek warna hitam pada makanan serta menambah rasa gurih yang khas, tekstur kulitnya keras. Dagingnya berwarna coklat tua kehitaman dan lunak, daging buah yang lunak itu yang dijadikan sebagai bumbu. Biasanya keluwak dijadikan sebagai bumbu rawon. Cara menggunakannya adalah dengan memecahkan kulitnya lalu keluarkan isinya yang lunak, lalu haluskan bersama bumbu lain. Sebaiknya rendam keluwak dalam air mendidih atau tumis dengan sedikit minyak untuk menghilangkan racun asam sianida.
2. **Pala:** pala digunakan sebagai bumbu masakan khas nusantara. Contoh masakannya adalah semur. Dalam penggunaannya adalah diparut atau di iris sedikit, karena aromanya tajam.
3. **Kemiri:** memberikan rasa gurih pada masakan, rasa gurih didapat dari minyak yang dihasilkan kemiri. Sebelum digunakan disangrai terlebih dahulu.
4. **Pekak (bunga lawang):** bentuknya seperti bintang, berwarna coklat tua dan keras. Dimasukan dalam bentuk utuh. Pekak memberikan aroma harum pada masakan. Pekak populer dalam masakan Cina, Thailand, Vietnam, dan jepang.

5. **Cengkih:** digunakan untuk memberi aroma pada masakan. Rasa dari cengkih tajam, kuat, dan juga pedas. Cengkih umumnya digunakan untuk penambah aroma pada masakan gulai, kari, juga hiasan kue nastar dan sebagainya.
  6. **Lada/merica:** ada dua jenis lada yaitu lada putih dan lada hitam. Lada putih berasal dari lada yang tua yang dikupas lalu dikeringkan, sedangkan lada hitam berasal dari lada muda yang tidak dikupas, lalu dikeringkan. Aroma lada tajam dan pedas. Cara penggunaannya dengan ditumbuk langsung dengan bumbu lainnya, atau jika bentuknya serbuk taburkan pada masakannya secara langsung.
  7. **Ketumbar:** memiliki bentuk yang sama dengan lada, namun ukuran lebih kecil-kecil, teksturnya kasar dan lebih ringan daripada lada. Ketumbar memberi aroma segar pada masakan. Ketumbar biasanya digunakan untuk bumbu kari, opor dan gulai.
  8. **Adas:** Bentuk adas menyerupai butiran padi. Aroma adas harum dan tajam. Adas dijual dalam bentuk kering dan juga bubuk. Masakan yang biasa menggunakan adalah masakan Timur Tengah sebagai taburan roti dan kari, juga masakan dalam negara Indonesia bagian barat (Aceh), Malaysia, India, Pakistan.
  9. **Kapulaga:** memiliki rasa agak pahit, pedas, dan hangat. Aromanya kuat, biasa digunakan pada masakan berbumbu tajam. Memiliki dua jenis yaitu kapulaga putih dan hijau. Kapulaga putih untuk masakan, kapulaga hijau untuk kue dan minuman. Saat digunakan dimemarkan, dihaluskan atau disangrai terlebih dahulu.
  10. **Biji wijen:** kegunaan utama adalah sebagai minyak wijen. Digunakan sebagai penghias kue misalnya onde-onde, wijen digunakan sebagai campuran dan bumbu masakan. Aroma wangi khas serta memberi efek aroma gurih. Negara yang biasa menggunakan wijen adalah negara Korea, Jepang, Yunani dan Turki.
  11. **Jintan:** jintan memiliki dua jenis, yaitu jintan putih dan jintan hitam. Jintan hitam untuk pengobatan sedangkan jintan manis untuk masakan juga pengobatan. Jintan memiliki aroma halus dan manis serta kuat dan pedas. Jintan sebaiknya di sangrai terlebih dahulu sebelum dihaluskan untuk dijadikan bumbu.
- b. Bumbu Basah
1. **Bawang Bombai:** memiliki ukuran besar dan berbentuk bulat serta memiliki daging yang tebal. Bawang bombai memiliki aroma yang khas apabila dibanding bawang merah biasa. Bawang bombai digunakan sebagai bumbu penyedap masakan dan biasanya digunakan pada masakan Eropa dan Cina.
  2. **Bawang merah:** membuat masakan menjadi gurih. Cara penggunaannya dengan cara diiris, dicincang atau di haluskan. Bawang merah biasanya digunakan sebagai bumbu, acar, bawang goreng bahkan sebagai obat tradisional.
  3. **Bawang putih:** merupakan bumbu dasar masakan Indonesia, bawang putih mengandung sulfur sehingga bawang putih saat mentah terasa getir. Bawang putih digunakan dalam semua masakan. Penggunaannya dengan cara di geprek, dihaluskan atau di iris tipis. Dalam masakan berkuah bawang putih lebih baik di potong besar, dalam masakan tumis di cincang halus.
  4. **Jeruk purut:** memiliki aroma yang khas, memberikan aroma harum pada masakan. Bentuknya kecil dan teksturnya bergelombang. Biasa digunakan untuk menambah sedap pada sambal.
  5. **Jeruk nipis:** memiliki banyak manfaat dalam dunia memasak, digunakan sebagai pengasam kuah sup atau soto. Digunakan sebagai penghilang bau amis pada ikan atau ayam. Air jeruk juga digunakan untuk menunda pencoklatan pada buah potong seperti pada buah apel dan pir.
  6. **Cabai merah:** digunakan sebagai penguat rasa makanan. Cabai merah besar memiliki rasa yang tidak terlalu pedas, tetapi warnanya menarik. Cabai merah keriting memiliki rasa yang pedas tapi warnanya kurang menarik. Masakan yang menggunakan cabai ini adalah masakan balado dan rica-rica.
  7. **Belimbing wuluh:** disebut juga belimbing sayur, belimbing buluh, belimbing botol, belimbing besi, atau belimbing asam. Ukurannya kecil lonjong, berwarna hijau dan berasa asam. Memberikan



- rasa asam pada makanan dan rasa segar, terutama yang berkuah bening. Cara menggunakannya dengan cara mengiris tipis atau dibelah menjadi dua kemudian dimasukan ke masakannya.
8. **Kunyit:** sering digunakan sebagai bahan pewarna masakan. Kunyit menghasilkan warna kuning alami. Kunyit juga berfungsi untuk menghilangkan bau amis pada masakan. Kunyit lebih mudah dikupas apabila dibakar terlebih dahulu, masakan yang biasa menggunakan kunyit adalah gulai, rendang dan sebagainya.
  9. **Jahe:** memiliki rasa pedas. Jahe bermanfaat untuk menghangatkan badan juga sebagai bumbu masakan. Jahe memiliki aroma cukup tajam. Cara penggunaannya bisa dimemarkan terlebih dahulu, bisa diiris atau digiling halus. Jahe biasanya dibuat sebagai minuman wedang jahe. Masakan yang menggunakan jahe misalnya kari ayam dan kari ikan.
  10. **Asam jawa:** sejenis buah yang masam, digunakan sebagai bumbu dalam banyak masakan di Indonesia. Digunakan sebagai perasa atau penambah rasa asam. Asam jawa juga digunakan untuk campuran jamu. Cara penggunaannya yaitu dengan merendam asam jawa dalam air hangat kemudian di saring. Atau bisa langsung ditumbuk dengan bumbu lainnya.
  11. **Lengkuas:** bentuknya hampir mirip dengan jahe namun kulitnya halus berwarna terang kemerahan. Daging lengkuas agak keras jika dipotong. Biasaya di geprek dahulu sebelum digunakan dalam masakan.
  12. **Temu kunci:** memiliki aroma segar yang khas, mirip kencur. Ia biasa diguakan dalam membuat sayur bening, hidangan ikan, selada, dan urapan. Bentuknya kecil dan panjang.
  13. **Kencur:** ukuran kencur lebih kecil dari jahe, warna kulitnya cokelat sedangkan warna daging kencur berwarna putih kekuningan. Aroma kencur sangat khas. Kencur digunakan dalam masakan misalnya rempeyek, lodeh, dan sambel pecel.
  14. **Terasi:** salah satu bumbu masak yang berasal dari hasil fermentasi ikan atau udang. Warna terasi hitam kecoklatan. Memiliki tekstur seperti pasta yang agak kasar atau berbentuk adonan sudah dicetak, biasanya berbentuk coklat.
- c. Bumbu Daun
1. **Daun bawang:** memiliki aroma yang khas. Aroma yang menggugah selera makan. Sering digunakan dalam berbagai masakan seperti telur dadar, gorengan, martabak telur, hingga sup. Selain itu, juga digunakan sebagai bumbu tabur seperti masakan soto dan mie ayam.
  2. **Daun jeruk:** di dapat dari tanaman jeruk purut. Digunakan sebagai penambah aroma harum dalam masakan. Daun jeruk memberikan aroma maksimal jika tulang daunnya dibuang, kemudian daunnya diiris tipis-tipis.
  3. **Kemangi:** daun ini biasa dijadikan sebagai lalap. Aroma daunnya khas, kuat tetapi lembut dengan sentuhan aroma limau. Daun kemangi biasa digunakan dalam masakan pepes. Cara penggunaannya dengan memasukan secara utuh daunnya.
  4. **Seledri:** merupakan sayuran daun dan tumbuhan obat yang digunakan sebagai bumbu masakan, daun seledri memiliki aroma yang khas yang membuatnya dimanfaatkan sebagai pelengkap berbagai makanan, khususnya resep Indonesia seperti sup dan bakso. Tambahan seledri membuat rasa kuah masakan lebih segar.
  5. **Daun salam:** digunakan sebagai pengharum masakan khususnya di negara di Asia Tenggara, baik masakan daging, sayur, maupun nasi. Daun salam memberikan rasa gurih. Cara penggunaannya yaitu daun dimasukan secara utuh kedalam masakan sampai masakan matang. Boleh dengan daun salam segar maupun kering.
  6. **Daun kari:** daun ini sering digunakan dalam masakan Aceh, Melayu, dan India. Penggunaanya seperti daun salam. Daun kari memberikan rasa yang sedap dan unik, biasanya digunakan untuk bumbu rempah masakan kari, laksa dan gulai.

d. Bumbu Batang

1. **Serai:** memberikan rasa segar, tapi tidak terlalu kuat dan tidak pahit. Serai sering digunakan dalam masakan Indonesia, Melayu dan Thailand. Cara menggunakannya yaitu dengan mememarkan batang serai kemudian dimasukan dalam masakan. Serai juga digunakan sebagai hiasan dalam minuman tapi tidak dapat dimakan karena teksturnya keras.
2. **Kayu manis:** memiliki aroma manis dan pedas. Memberikan aroma manis dan harum pada masakan, taburkan kayu manis beberapa saat sebelum penyajian, kayu manis bisa ditambahkan dalam minuman maupun dalam pembuatan kue.

- Bumbu-bumbu dalam pengolahan masakan Indonesia

BUMBU MERAH	BUMBU KUNING
bawang merah, bawang putih, gula, garam, minyak goreng, <u>cabe merah</u> .	bawang merah, bawang putih, gula, garam, minyak goreng, <u>kunyit</u> .
Dapat digunakan seluruh masakan di Indonesia (bisa ditambah daun salam, sereh, lengkuas) Contoh masakan: kering tempe, nasi goreng, rendang, balado, sambal goreng, tumis.	Contoh masakan: soto, terik daging, dan bumbu ayam goreng
BUMBU PUTIH	BUMBU OREN
bawang merah, bawang putih, garam, gula, dan minyak goreng, <u>kemiri</u> .	bawang merah, bawang putih, kemiri, gula, garam, minyak goreng, <u>cabe merah non biji</u> .
Contoh masakan: rawon, semur, bisa juga untuk tumisan, dan mie goreng	Contoh masakan: kari, gulai,rendang

### C. BAB III TEKNIK MEMASAK

- Pengertian  
MEMASAK“Mengolah bahan makanan melalui proses pemanasan agar makanan dapat dikonsumsi.”
- TEKNIK MEMASAK:
  1. Merebus
  2. Mengukus
  3. Mengetim
  4. Menggoreng
  5. Menumis
  6. Menyangrai
  7. Memanggang
- PENJELASAN 6 TEKNIK
  1. Merebus = Cara memasak yang paling sederhana. Membutuhkan peralatan berupa panci. Bahan yang direbus biasanya air atau sayuran. Proses merebus selesai ketika air sudah mendidih atau bahan makanan sudah lunak.
  2. Mengukus = Mirip dengan merebus, tetapi bahan yang direbus tidak bersentuhan langsung dengan air. Merebus dapat menjaga zat-zat penting yang terkandung dalam makanan tanpa takut larut dalam air.

3. Mengetim = Proses memasak bahan makanan dengan menggunakan 2 buah panci yang berbeda ukuran. Salah satu panci berukuran lebih kecil dan berada di dalam panci yang lebih besar. Panci yang berukuran kecil bersentuhan langsung dengan air mendidih tanpa alas kukusan.
4. Menggoreng = Proses memasak dengan menggunakan wajan dan minyak yang banyak. Menggoreng dinyatakan sudah selesai jika masakan sudah mengeluarkan bau harum. Warna masakan menjadi coklat keemasan. Jangan sampai terlalu lama karena bisa gosong.
5. Menumis = Proses memasak dengan menggunakan sedikit minyak. Biasanya digunakan pada makanan, khususnya sayuran. Dalam proses ini bumbu akan ditumis sampai harum baru dimasukan bahan maknanya
6. Menyangrai = Proses memasak dengan cara menggoreng makanan tanpa minyak, atau bisa menggunakan pasir, penggunaan pasir biasa untuk menggoreng kerupuk. Menyangrai biasanya cara ini digunakan untuk memasak bumbu-bumbu sebelum ditumbuk. Biasan juga digunakan dalam proses pembuatan kopi.
7. Memanggang = Proses memasak menggunakan api atau batu bara secara langsung ke bahan makanan. Biasanya masakan yang dibakar adalah sate, ayam bakar, jagung bakar, steak dan sebagainya. Untuk melakukan proses ini membutuhkan kesabaran karena prosesnya yang cukup lama

## **D. Resep**

### **1. Es Manga Kueni**

Waktu: 30 Menit, Sajian: 6 Porsi

Bahan:

2 buah mangga kuini, kupas, potong kotak  
 4 buah lontar, iris memanjang  
 1 sendok teh selasih, rendam  
 500 gram es batu  
 500 ml air kelapa muda

Bahan Sirop:

200 ml air  
 250 gram gula merah  
 1/4 sendok teh garam  
 2 lembar daun pandan, ikat simpul

Cara Membuat Es Mangga Kuini:

1. Sirop, rebus air, gula merah, garam, dan daun pandan di atas api kecil sampai mengental. Dinginkan.
2. Tata mangga, lontar, selasih, dan es batu di dalam mangkuk. Sajikan bersama air kelapa dan sirop.

### **2. Es Cincau Karamel**

Waktu: 30 Menit, Sajian: 6 Gelas

Bahan:

900 gram cincau hijau, dikeruk dengan sendok  
 600 gram es serut

Bahan Sirop Karamel:

300 gram gula pasir  
 200 ml air panas  
 1 lembar daun pandan, diikat



Bahan Kuah Santan:

600 ml santan dari 1 butir kelapa  
3 lembar daun pandan, disimpulkan  
1/4 sendok teh garam

Cara Membuat Es Cincin Karamel:

1. Sirop gula, gosongkan gula pasir. Tuang air panas dan daun pandan. Aduk hingga mendidih. Angkat dinginkan.
2. Kuah santan, rebus santan, daun pandan, dan garam sambil diaduk sampai mendidih. Angkat dan dinginkan.
3. Sajikan cincin hijau bersama kuah santan, es serut, dan sirop karamel.

### **3. Es Kopyor Sintetis**

Sajian: 3 porsi

Bahan:

800ml santan kental  
2 bungkus agar-agar putih  
50 gr gula pasir  
1/4 sdt garam  
500 ml air  
Sirup coco pandan, secukupnya  
Es batu, secukupnya

Cara membuat:

1. Rebus Santan, gula, garam, sampai mendidih. Angkat.
2. Siapkan mangkuk, isi air dan beri bongkahan es batu utuh.
3. Tuangkan adonan panas tersebut sedikit-sedikit dengan sendok makan, ke atas bongkahan es.
4. Lepaskan lembaran yang sudah mengeras.
5. Sajikan dengan mengambil beberapa kopyor sintetis ke dalam gelas. Beri sirup pandan dan es batu kecil.

### **4. Es Cincin Kopyor Avokad**

Waktu: 45 Menit, Sajian: 5 Gelas

Bahan:

2 buah avokad, dikerok lebar  
8 buah mata nangka, dipotong kotak  
500 gram es serut  
300 ml sirup cocopandan

Bahan Kopyor:

1000 ml santan dari 1 butir kelapa  
2 bungkus agar-agar bubuk  
150 gram gula pasir  
2 lembar daun pandan  
1000 gram es batu

Bahan Saus Santan:

500 ml santan dari 1 butir kelapa

1/4 sendok teh garam

1 lembar pandan

Cara Membuat Es Kopyor Avokad:

1. Kopyor, campur santan, agar- agar, gula pasir, dan daun pandan. Masak sambil diaduk sampai mendidih. Tuang sedikit- sedikit di atas es batu. Tiriskan. Dinginkan.
2. Kuah, masak santan, garam, dan pandan. Masak sambil diaduk hingga mendidih. Dinginkan.
3. Sajikan kopyor bersama avokad, nangka, saus santan, sirup dan es serut.

## **5. Puding Sutra Lava**

Waktu: 30 Menit, Sajian: 8 buah

Bahan Puding:

1/2 bungkus jeli bubuk instan

1/2 sendok teh agar-agar bubuk

1.200 ml susu cair

25 gram coklat bubuk

1/2 sendok teh pasta coklat

150 gram gula pasir

Bahan Lava:

300 ml susu cair

2 sendok teh maizena, larutkan dengan 2 sdt air

1 buah kuning telur

75 gram gula pasir

1/2 sendok teh vanilla esens

Cara Membuat Puding Sutra Lava:

1. Lava, rebus susu cair di atas api kecil sampai mendidih. Masukkan maizena. Aduk sampai meletup-letup. Matikan api. Ambil sedikit campuran susu. Masukkan ke dalam kuning telur. Aduk rata. Masukkan kembali. Aduk cepat. Nyalakan api. Aduk sampai meletup-letup. Masukkan vanilla esens. Aduk rata. Sisihkan.
2. Puding, aduk rata bahan puding sampai rata. Nyalakan api. Masak sambil terus diaduk diatas api kecil sampai mendidih.
3. Ambil gelas tuangkan puding setinggi 3/4 tinggi gelas. Biarkan setengah beku.
4. Keruk sedikit bagian tengah puding. Tuangkan bahan lava. Tuang kembali bahan puding. Biarkan beku. Dinginkan.

## 6. Nasi Kuning

Waktu: 120 Menit, Sajian: 4 Porsi

Bahan:

250 gram beras  
25 ml air kunyit dari 100 gram kunyit, parut, peras  
400 ml air  
2 lembar daun pandan, ikat  
1 batang serai, ambil bagian putihnya, memarkan  
1 lembar daun salam  
1 1/2 sendok teh garam

Bahan Kering Tempe:

300 gram tempe, potong korek api, goreng kering  
100 gram kacang tanah kulit, goreng  
3 buah cabai merah besar, buang biji, iris miring, goreng sebentar  
6 butir bawang merah, iris halus  
3 siung bawang putih, iris  
3 lembar daun salam  
4 cm lengkuas, memarkan  
1 sendok teh garam  
50 gram gula merah  
1 sendok makan air asam, dari 1 sendok teh asam jawa dilarutkan di dalam 2 sendok makan air  
2 sendok makan minyak untuk menumis

Bahan Pelengkap:

3 butir telur, buat dadar rawis  
2 sendok makan bawang merah goreng

Cara Membuat Nasi Kuning:

1. Nasi kuning, rendam beras dan 200 ml air dan air kunyit. Diamkan 1 jam. Buang airnya.
2. Didihkan air, daun pandan, serai, daun salam, dan garam. Masukkan beras. Aduk sampai meresap. Angkat. Kukus 30 menit sampai matang.
3. Kering tempe, tumis bawang merah, bawang putih, daun salam, dan lengkuas sampai harum.
4. Tambahkan garam, gula merah, dan air asam. Aduk sampai kental. Masukkan tempe, kacang goreng, dan cabai. Aduk rata.
5. Sajikan nasi kuning bersama kering tempe dan pelengkapannya.

## 7. Nasi Goreng Cumi

Waktu: 30 Menit

Sajian: 3 Porsi

Bahan:

500 gram nasi putih dingin  
1 buah cumi, dipotong-potong bersama tintanya  
1 butir telur, dikocok lepas  
1/2 sendok makan kecap ikan  
1/4 sendok teh garam  
1/4 sendok teh merica bubuk  
1/4 sendok teh gula pasir  
1/4 sendok teh kaldu ayam bubuk

1 batang daun bawang, diiris  
1 sendok makan minyak goreng untuk menumis

Bumbu Halus:  
1/2 sendok makan

Bahan Pelengkap:  
100 gram kerupuk kanji  
1 sendok makan bawang merah goreng sebagai taburan  
3 butir bawang merah  
2 siung bawang putih  
2 buah cabai kering

Cara Membuat Nasi Goreng Cumi:

1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus sampai harum. Masukkan cumi. aduk sampai berubah warna. Sisihkan ke pinggir wajan.
2. Tambahkan telur. Aduk sampai berbutir. Masukkan nasi putih. Aduk rata. Tambahkan kecap ikan, garam, merica bubuk, gula pasir, dan kaldu ayam bubuk. Aduk rata sampai matang.
3. Menjelang diangkat, masukkan daun bawang. Aduk rata. Angkat.
4. Sajikan nasi goreng bersama kerupuk kanji dan taburan bawang merah goreng.

## **8. Krokot Jagung Jamur**

Waktu: 45 Menit, Sajian: 25 Porsi

Bahan Kulit:  
500 gram kentang, kukus, haluskan  
1 sendok makan susu bubuk  
1 butir telur ayam  
1 sendok teh garam  
1/4 sendok teh merica bubuk  
1/2 sendok teh pala bubuk  
1 sendok makan margarin  
500 ml minyak untuk menggoreng

Bahan Isi:  
150 gram jagung rebus pipil  
100 gram jamur kancing kalengan, iris tipis  
3 butir bawang merah, cincang kasar  
2 siung bawang putih, cincang halus  
1/4 sendok teh kaldu ayam bubuk  
1/4 sendok teh garam  
1/4 sendok teh merica bubuk  
1/4 sendok teh gula pasir  
1 batang daun bawang, iris halus  
1 sendok makan margarin untuk menumis

Bahan Pelapis:  
100 gram tepung panir halus warna oranye  
2 butir telur ayam, kocok lepas

Cara Membuat Krokot Jagung Jamur:

1. Isi: panaskan margarin. Tumis bawang merah dan bawang putih sampai harum. Masukkan jagung dan jamur kancing. Aduk sampai setengah layu. Tambahkan kaldu ayam bubuk, garam, merica bubuk, dan gula pasir. Aduk rata. menjelang diangkat, tambahkan daun bawang. Aduk rata. Angkat.
2. Kulit: aduk rata bahan kulit kecuali minyak. Bagi menjadi 25 bagian, ambil 1 bagian, pipihkan. Beri isi. Bentuk oval. Rapatkan.
3. Gulingkan di atas tepung panir. Celupkan ke dalam telur. Gulingkan lagi di atas tepung panir.
4. Goreng dalam minyak yang sudah dipanaskan di atas api sedang sampai matang. Angkat, sajikan.

## 9. Corn Sausage

Waktu: 25 Menit, Sajian: 10 porsi

Bahan:

10 buah sosis sapi  
500 gram kentang goreng, potong 1/2 cm  
100 gram mayonnaise  
100 gram saus sambal  
100 gram saus tomat  
10 buah tusuk sate  
500 ml minyak, untuk menggoreng

Bahan Pelapis:

100 gram tepung terigu protein sedang  
1 buah jagung, parut  
100 ml air dingin  
1/2 sendok teh garam  
1/2 sendok teh merica bubuk

Cara Membuat Corn sausage:

1. Pelapis, aduk rata bahan pelapis.
2. Ambil satu bh sosis. Tusuk dengan tusuk sate.
3. Celupkan ke dalam bahan pelapis. Gulingkan di atas kentang padatkan.
4. Goreng di dalam minyak yang sudah dipanaskan sampai kecokelatan dan matang.
5. Sajikan bersama saus.

## E. Referensi

Referensi Buku

- Dr. H. Ahmad Izzudin, M.Ag. (2016). Standar Halal. LP POM MUI Jawa Tengah
- Dr. Roy A. Sparringa, M.App., Sc., dkk (2013). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang. Direktorat Standardisasi Produk Pangan Deputy Bidang Pengawasan Keamanan Pangan dan Bahan Berbahaya Badan Pengawas Obat dan Makanan
- Fatimah, Ria Nita. (2017). Mari Mengenal Bumbu Nusantara. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- Lukman. (2016). Halal Haram Food for Kids. Yogyakarta: Pro-Kids
- Rusmini, Wiwi. (2013). Dasar Boga 2: Persiapan Dasar Masakan Indonesia. Depok: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan

- Suci, Paresti. (2017). Prakarya kelas VII. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- Tim Dapur Anggrek. (\_\_\_\_). Resep Spesial Minuman Spesial Pelega Dahaga. Yogyakarta: Pustaka Anggrek

#### Referensi Web

- <https://www.educenter.id/belajar-memasak-untuk-anak-anak/>
- <https://www.dapurocha.com/teknik-memasak-makanan/>
- <https://www.pngdownload.id/>
- <https://sajiansedap.grid.id/>

#### F. Penulis

Buku saku *Life Skill Cooking* ini disusun oleh **Nisrina Nurul Fikri** atau biasa dipanggil **Nina**, lahir di Kebumen pada 12 Juli tahun 1996. Penulis merupakan Mahasiswi Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2017, Fakultas Teknik, Program Kelanjutan Studi (PKS) Pendidikan Teknik Boga dengan NIM 17511247006. Buku ini sebagai Tugas Akhir Skripsi yang dibimbing oleh Dr. Marwanti, M.Pd. Buku ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman siswa dalam kegiatan *life skill cooking*.

# **LAMPIRAN 3**

**Angket Uji Kelayakan (Instrumen)  
Ahli Materi, Ahli Media, Siswa**



UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS TEKNIK  
PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA  
Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281

---

LEMBAR INSTRUMEN PENELITIAN  
VALIDASI AHLI MEDIA PEMBELAJARAN

**Petunjuk pengisian**

Lembar observasi ahli media pembelajaran ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai ahli media pembelajaran. Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk menilai sumber belajar berupa Buku Saku *Life Skill Cooking*. Oleh karena itu, Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk mengisi angket pada lembaran yang sudah disediakan.

Berilah tanda *checklist* (✓) pada salah satu kolom penilaian sesuai dengan keyakinan Bapak/Ibu terhadap setiap pertanyaan tentang Buku Saku *Life Skill Cooking* untuk siswa *Life Skill Cooking*. Atas bantuan Bapak/Ibu saya ucapkan terimakasih.

Keterangan:

No	Kriteria	Keterangan
1	SS	Sangat Sesuai
2	S	Sesuai
3	KS	Kurang Sesuai
4	TS	Tidak Sesuai





**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
**Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281**

**Penilaian Media**

No	Butir Pertanyaan	Penilaian			
		SS	S	KS	TS
<b>I</b>	<b>Aspek Rancangan dan Kemudahan Penggunaan</b>				
1	Sumber belajar mudah digunakan secara mandiri				
2	Sumber belajar fleksibel untuk dibaca dan dibawa				
<b>II</b>	<b>Aspek Grafika</b>				
<b>A</b>	<b>Ukuran buku</b>				
3	Ukuran buku saku sesuai standar (10cm x 14,8cm – 10cm x 15cm)				
<b>B</b>	<b>Desain cover</b>				
4	Cover sudah mencerminkan isi buku				
5	Warna cover depan dan belakang harmonis				
6	Desain cover menarik				
7	Ketepatan ukuran gambar pada cover				
8	Tata letak teks pada cover harmonis				
<b>C</b>	<b>Desain isi buku</b>				
9	Jenis tulisan mudah dibaca				
10	Ukuran tulisan mudah dibaca				
11	Komposisi warna yang ada dalam buku saku harmonis				
12	Kualitas gambar jelas				
13	Gambar ilustrasi sesuai dengan tema buku saku				
14	Ketebalan kertas sesuai standar				
15	Buku saku menarik secara keseluruhan				

**Aspek kebenaran Media**

No	Bagian Salah	Jenis Kesalahan	Saran Perbaikan



### Komentar/Saran Umum

### Kesimpulan

Pengembangan Buku Saku *Life Skill Cooking* dinyatakan:

- ☐ Layak digunakan
- ☐ Layak digunakan dengan revisi
- ☐ Layak digunakan tanpa revisi

Yogyakarta, Januari 2020

Validator,

**Wika Rinawati, M.Pd.**  
**NIP. 197604242001122002**



**LEMBAR INSTRUMEN PENELITIAN**  
**VALIDASI AHLI MATERI**

**Petunjuk pengisian**

Lembar observasi ahli materi ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai ahli materi. Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk menilai sumber belajar berupa Buku Saku *Life Skill Cooking*. Oleh karena itu, Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk mengisi angket pada lembaran yang sudah disediakan.

Berilah tanda *checklist* (✓) pada salah satu kolom penilaian sesuai dengan keyakinan Bapak/Ibu terhadap setiap pertanyaan tentang Buku Saku *Life Skill Cooking* untuk siswa *Life Skill Cooking*. Atas bantuan Bapak/Ibu saya ucapkan terimakasih.

Keterangan:

No	Kriteria	Keterangan
1	SS	Sangat Sesuai
2	S	Sesuai
3	KS	Kurang Sesuai
4	TS	Tidak Sesuai



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281

**Penilaian Materi**

Indikator Penilaian	NO	Butir Pertanyaan	Penilaian			
			SS	S	KS	TS
I Aspek Kelayakan Isi						
a. Kesesuaian Materi dengan Tujuan Program Kerja <i>Life Skill Cooking</i>	1	Kelengkapan materi				
	2	Keluasan materi				
	3	Kedalaman materi				
b. Keakuratan Materi	4	Keakuratan konsep dan definisi				
	5	Keakuratan data dan fakta				
	6	Keakuratan gambar dan ilustrasi				
	7	Keakuratan istilah-istilah				
II Aspek Tata Bahasa						
a. Lugas	8	Ketepatan struktur kalimat				
	9	Keefektifan kalimat				
	10	Kebakuan istilah				
b. Komunikatif	11	Pemahaman terhadap pesan atau informasi				
c. Dialogis dan Interaktif	12	Kemampuan memotifasi peserta didik				
d. Kesesuaian dengan perkembangan peserta didik	13	Kesesuaian dengan perkembangan intelektual peserta didik				
e. Kesesuaian dengan kaidah Bahasa	14	Ketepatan tata bahasa				
	15	Ketepatan ejaan				

**Aspek kebenaran Materi**

No	Bagian Salah	Jenis Kesalahan	Saran Perbaikan



### Komentar/Saran Umum

### Kesimpulan

Pengembangan Buku Saku *Life Skill Cooking* dinyatakan:

- ☐ Layak digunakan
- ☐ Layak digunakan dengan revisi
- ☐ Layak digunakan tanpa revisi

Yogyakarta, Januari 2020

Validator,

**Dra. Sutriyati Purwanti, M.Si.**  
**NIP.196112161988032001**



## RESPON SISWA TERHADAP BUKU SAKU

Kepada Yth. Siswa-siswi *Life Skill Cooking*

Di SMPIT LHI

Siswa/siswi dimohon bantuannya untuk menilai media pembelajaran berupa Buku Saku *Life Skill Cooking*. Oleh karena itu, siswa/siswi diharapkan untuk dapat mengisi angket pada lembar yang sudah disediakan. Atas bantuan siswa/siswi saya ucapkan terimakasih.

### IDENTITAS RESPONDEN

Nama : .....

Usia : .....

Jenis Kelamin : .....

### Petunjuk Pengisian

Berila tanda *checklist* (✓) pada salah satu kolom penilaian sesuai dengan keyakinan Siswa/siswi terhadap setiap pertanyaan tentang Buku Saku *Life Skill Cooking* untuk siswa *Life Skill Cooking*. Atas bantuannya saya ucapkan terimakasih.

### Keterangan:

No	Kriteria	Keterangan
1	SS	Sangat Sesuai
2	S	Sesuai
3	KS	Kurang Sesuai
4	TS	Tidak Sesuai



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
**Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281**

No	Butir Pertanyaan	Penilaian			
		SS	S	KS	TS
<b>I</b>	<b>Kelayakan Isi</b>				
1	Keseluruhan materi dalam buku saku sudah jelas				
2	Materi makanan halal dan thayyib sudah jelas				
3	Materi bumbu dasar sudah jelas				
4	Materi teknik olah makanan sudah jelas				
<b>II</b>	<b>Tata Bahasa</b>				
5	Bahasa yang digunakan mudah dipahami				
6	Urutan penyampaian materi mudah dipahami				
7	Buku saku menggunakan kalimat yang komunikatif				
<b>III</b>	<b>Penggunaan</b>				
8	Buku saku mudah digunakan secara mandiri				
9	Buku saku fleksibel untuk dibawa				
<b>IV</b>	<b>Desain</b>				
10	Cover yang digunakan menarik				
11	Jenis huruf mudah untuk dibaca				
12	Ukuran huruf mudah untuk dibaca				
13	Kualitas gambar yang ada dalam buku saku jelas				
14	Komposisi warna yang ada dalam buku saku harmonis				
15	Ilustrasi gambar pada setiap halaman buku saku sudah sesuai				
16	Buku saku menarik secara keseluruhan				

**Komentar / Saran Umum**

--

Yogyakarta, Januari 2020

**Responden**

(.....)

# **LAMPIRAN 4**

## **Hasil Angket Uji Kelayakan Ahli Materi, Ahli Media, Siswa**





UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS TEKNIK  
JURUSAN PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA  
Alamat: Kampus FT UNY Karangmalang Yogyakarta, 55281

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dra. Sutriyati Purwanti, M.Si.

NIP : 196112161988032001

Jurusan : Pendidikan Teknik Boga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TAS atas nama mahasiswa:

Nama : Nisrina Nurul Fikri

NIM : 17511247006

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pembuatan Buku Saku *Life Skill Cooking* untuk Siswa SMPIT  
Luqman Al-Hakim Internasional Yogyakarta

Setelah dilakukan kajian atas instrument penelitian TAS tersebut dapat dinyatakan:

- ☒ Layak digunakan untuk penelitian  
☐ Layak digunakan dengan perbaikan  
☐ Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Januari 2020

Validator,

**Dra. Sutriyati Purwanti, M.Si.**  
**NIP.196112161988032001**

Catatan :

☐ Beri tanda ✓



UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS TEKNIK  
PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA  
Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281

## LEMBAR INSTRUMEN PENELITIAN

### VALIDASI AHLI MATERI

#### Petunjuk pengisian

Lembar observasi ahli materi ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai ahli materi. Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk menilai sumber belajar berupa Buku Saku *Life Skill Cooking*. Oleh karena itu, Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk mengisi angket pada lembaran yang sudah disediakan.

Berilah tanda *checklist* (✓) pada salah satu kolom penilaian sesuai dengan keyakinan Bapak/Ibu terhadap setiap pertanyaan tentang Buku Saku *Life Skill Cooking* untuk siswa *Life Skill Cooking*. Atas bantuan Bapak/Ibu saya ucapkan terimakasih.

#### Keterangan:

No	Kriteria	Keterangan
1	SS	Sangat Sesuai
2	S	Sesuai
3	KS	Kurang Sesuai
4	TS	Tidak Sesuai



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
 Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281

**Penilaian Materi**

Indikator Penilaian	NO	Butir Pertanyaan	Penilaian			
			SS	S	KS	TS
I Aspek Kelayakan Isi						
a. Kesesuaian Materi dengan Tujuan Program Kerja <i>Life Skill Cooking</i>	1	Kelengkapan materi	✓			
	2	Keluasan materi		✓		
	3	Kedalaman materi		✓		
b. Keakuratan Materi	4	Keakuratan konsep dan definisi	✓			
	5	Keakuratan data dan fakta	✓			
	6	Keakuratan gambar dan ilustrasi		✓		
	7	Keakuratan istilah-istilah	✓			
II Aspek Tata Bahasa						
a. Lugas	8	Ketepatan struktur kalimat		✓		
	9	Keefektifan kalimat		✓		
	10	Kebakuan istilah	✓			
b. Komunikatif	11	Pemahaman terhadap pesan atau informasi	✓			
c. Dialogis dan Interaktif	12	Kemampuan memotifasi peserta didik		✓		
d. Kesesuaian dengan perkembangan peserta didik	13	Kesesuaian dengan perkembangan intelektual peserta didik	✓			
e. Kesesuaian dengan kaidah Bahasa	14	Ketepatan tata bahasa		✓		
	15	Ketepatan ejaan		✓		

**Aspek kebenaran Materi**

No	Bagian Salah	Jenis Kesalahan	Saran Perbaikan



UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS TEKNIK  
PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA  
Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281

Komentar/Saran Umum

Pada resep. → Cara / informasi yg harus dituliskan /  
diketahui oleh siswa hrs jelas shg  
ada kesamaan persepsi/pemahaman oleh  
siswa.

Kesimpulan

Pengembangan Buku Saku *Life Skill Cooking* dinyatakan:

- ☒ Layak digunakan  
☐ Layak digunakan dengan revisi  
☐ Layak digunakan tanpa revisi

Yogyakarta, 23 Januari 2020

Validator,

**Dra. Sutriyati Purwanti, M.Si.**  
**NIP.196112161988032001**





**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Wika Rinawati, M.Pd.  
NIP : 197604242001122002  
Jurusan : Pendidikan Teknik Boga

Menyatakan bahwa instrumenn penelitian TAS atas nama mahasiswa:

Nama : Nisrina Nurul Fikri  
NIM : 17511247006  
Program Studi : Pendidikan Teknik Boga  
Judul TAS : **Pembuatan Buku Saku *Life Skill Cooking* untuk Siswa SMPIT  
Luqman Al-Hakim Internasional Yogyakarta**

Setelah dilakukan kajian atas instrument penelitian TAS tersebut dapat dinyatakan:

- ☒ Layak digunakan untuk penelitian  
☐ Layak digunakan dengan perbaikan  
☐ Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Januari 2020

Validator,

**Wika Rinawati, M.Pd.**  
**NIP. 197604242001122002**

Catatan :

☐ Beri tanda ✓



UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS TEKNIK  
PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA  
Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281

**LEMBAR INSTRUMEN PENELITIAN**  
**VALIDASI AHLI MEDIA PEMBELAJARAN**

**Petunjuk pengisian**

Lembar observasi ahli media pembelajaran ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai ahli media pembelajaran. Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk menilai sumber belajar berupa Buku Saku *Life Skill Cooking*. Oleh karena itu, Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk mengisi angket pada lembaran yang sudah disediakan.

Berilah tanda *checklist* (✓) pada salah satu kolom penilaian sesuai dengan keyakinan Bapak/Ibu terhadap setiap pertanyaan tentang Buku Saku *Life Skill Cooking* untuk siswa *Life Skill Cooking*. Atas bantuan Bapak/Ibu saya ucapkan terimakasih.

**Keterangan:**

No	Kriteria	Keterangan
1	SS	Sangat Sesuai
2	S	Sesuai
3	KS	Kurang Sesuai
4	TS	Tidak Sesuai



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
**Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281**

**Penilaian Media**

No	Butir Pertanyaan	Penilaian			
		SS	S	KS	TS
<b>I</b>	<b>Aspek Rancangan dan Kemudahan Penggunaan</b>				
1	Sumber belajar mudah digunakan secara mandiri	✓			
2	Sumber belajar fleksibel untuk dibaca dan dibawa	✓			
<b>II</b>	<b>Aspek Grafika</b>				
<b>A</b>	<b>Ukuran buku</b>				
3	Ukuran buku saku sesuai standar (10cm x 14,8cm – 10cm x 15cm)	✓			
<b>B</b>	<b>Desain cover</b>				
4	Cover sudah mencerminkan isi buku	✓			
5	Warna cover depan dan belakang harmonis	✓			
6	Desain cover menarik	✓			
7	Ketepatan ukuran gambar pada cover	✓			
8	Tata letak teks pada cover harmonis	✓			
<b>C</b>	<b>Desain isi buku</b>				
9	Jenis tulisan mudah dibaca	✓			
10	Ukuran tulisan mudah dibaca	✓			
11	Komposisi warna yang ada dalam buku saku harmonis	✓			
12	Kualitas gambar jelas		✗	✓	
13	Gambar ilustrasi sesuai dengan tema buku saku		✗	✓	
14	Kerebalan kertas sesuai standar	✓			
15	Buku saku menarik secara keseluruhan	✓			

**Aspek kebenaran Media**

No	Bagian Salah	Jenis Kesalahan	Saran Perbaikan
1.	BAB 1. Halal & Haram	Logo halal hanya dari MUI	Tambahkan contoh logo halal yg bukan dari MUI. Logo halal dari luar Negara tambahkan nama negaranya.
		Makanan Halal & Haram	Tambahkan contoh makanan haram yang jarang diketahui. hapuskan makanan halal.
	BAB 1. Alamat web	alamat web warna hitam	alamat web ganti jadi warna biru.
2.	RESEP	teknik olah yg rumit, Porsi x resep di rubah.	Resep gunakan yg teknik olahnya mudah. Porsi rubah menjadi 1 porsi Urutan resep disusun lagi.



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281

**Komentar/Saran Umum**

**Kesimpulan**

Pengembangan Buku Saku *Life Skill Cooking* dinyatakan:

- ☐ Layak digunakan
- ☒ Layak digunakan dengan revisi
- ☐ Layak digunakan tanpa revisi

Yogyakarta, Januari 2020

Validator,

**Wika Rinawati, M.Pd.**

**NIP. 197604242001122002**





UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS TEKNIK  
PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA  
Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281

**LEMBAR INSTRUMEN PENELITIAN**  
**VALIDASI AHLI MEDIA PEMBELAJARAN**

**Petunjuk pengisian**

Lembar observasi ahli media pembelajaran ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai ahli media pembelajaran. Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk menilai sumber belajar berupa Buku Saku *Life Skill Cooking*. Oleh karena itu, Bapak/Ibu dimohon bantuannya untuk mengisi angket pada lembaran yang sudah disediakan.

Berilah tanda *checklist* (✓) pada salah satu kolom penilaian sesuai dengan keyakinan Bapak/Ibu terhadap setiap pertanyaan tentang Buku Saku *Life Skill Cooking* untuk siswa *Life Skill Cooking*. Atas bantuan Bapak/Ibu saya ucapkan terimakasih.

**Keterangan:**

No	Kriteria	Keterangan
1	SS	Sangat Sesuai
2	S	Sesuai
3	KS	Kurang Sesuai
4	TS	Tidak Sesuai



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
**Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281**

**Penilaian Media**

No	Butir Pertanyaan	Penilaian			
		SS	S	KS	TS
<b>I</b>	<b>Aspek Rancangan dan Kemudahan Penggunaan</b>				
1	Sumber belajar mudah digunakan secara mandiri	✓			
2	Sumber belajar fleksibel untuk dibaca dan dibawa	✓			
<b>II</b>	<b>Aspek Grafika</b>				
<b>A</b>	<b>Ukuran buku</b>				
3	Ukuran buku saku sesuai standar (10cm x 14,8cm – 10cm x 15cm)	✓			
<b>B</b>	<b>Desain cover</b>				
4	Cover sudah mencerminkan isi buku	✓			
5	Warna cover depan dan belakang harmonis	✓			
6	Desain cover menarik	✓			
7	Ketepatan ukuran gambar pada cover	✓			
8	Tata letak teks pada cover harmonis	✓			
<b>C</b>	<b>Desain isi buku</b>				
9	Jenis tulisan mudah dibaca	✓			
10	Ukuran tulisan mudah dibaca	✓			
11	Komposisi warna yang ada dalam buku saku harmonis	✓			
12	Kualitas gambar jelas	✓			
13	Gambar ilustrasi sesuai dengan tema buku saku	✓			
14	Ketebalan kertas sesuai standar	✓			
15	Buku saku menarik secara keseluruhan	✓			

**Aspek kebenaran Media**

No	Bagian Salah	Jenis Kesalahan	Saran Perbaikan



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
**Alamat: Kampus Karang Malang, Yogyakarta, 55281**

**Komentar/Saran Umum**

**Kesimpulan**

Pengembangan Buku Saku *Life Skill Cooking* dinyatakan:

- ☒ Layak digunakan  
☐ Layak digunakan dengan revisi  
☐ Layak digunakan tanpa revisi

Yogyakarta, Januari 2020

Validator,

**Wika Rihawati, M.Pd.**  
**NIP. 197604242001122002**

# **LAMPIRAN 5**

**Hasil Data Kelayakan Buku Saku  
Oleh Ahli Materi, Ahli Media, Siswa**

### DATA HASIL UJI COBA KELAYAKAN OLEH AHLI MATERI

ASPEK PENILAIAN	NO BUTIR	SKOR MAX	AHLI MATERI	PRESENTASE (%)	KATEGORI KELAYAKAN
Aspek Kelayakan Isi	1	4	4	100	Sangat Layak
	2	4	3	75	Layak
	3	4	3	75	Layak
	4	4	4	100	Sangat Layak
	5	4	4	100	Sangat Layak
	6	4	3	75	Layak
	7	4	4	100	Sangat Layak
Jumlah		28	25	625	Sangat Layak
Rata-rata			3,57	<b>89,29</b>	
Aspek Tata Bahasa	8	4	3	75	Layak
	9	4	3	75	Layak
	10	4	4	100	Sangat Layak
	11	4	4	100	Sangat Layak
	12	4	3	75	Layak
	13	4	4	100	Sangat Layak
	14	4	3	75	Layak
	15	4	3	75	Layak
Jumlah		32	27	675	Sangat Layak
Rata-rata			3,38	<b>84,38</b>	
RATA-RATA PRESENTASE				173,66	<b>Sangat Layak</b>
RATA-RATA PRESENTASE AKHIR				<b>86,83</b>	

## DATA HASIL UJI COBA KELAYAKAN OLEH AHLI MEDIA I

ASPEK PENILAIAN	NO BUTIR	SKOR MAX	AHLI MEDIA	PRESENTASE (%)	KATEGORI KELAYAKAN
ASPEK RANCANGAN DAN KEMUDAHAN PENGGUNAAN	1	4	4	100	Sangat Layak
	2	4	4	100	Sangat Layak
Jumlah		8	8	200	Sangat Layak
Rata-rata			4	<b>100</b>	
ASPEK GRAFIKA	3	4	4	100	Sangat Layak
	4	4	4	100	Sangat Layak
	5	4	4	100	Sangat Layak
	6	4	4	100	Sangat Layak
	7	4	4	100	Sangat Layak
	8	4	4	100	Sangat Layak
	9	4	4	100	Sangat Layak
	10	4	4	100	Sangat Layak
	11	4	4	100	Sangat Layak
	12	4	2	50	Cukup Layak
	13	4	2	50	Cukup Layak
	14	4	4	100	Sangat Layak
	15	4	4	100	Sangat Layak
Jumlah		52	48	1200	Sangat Layak
Rata-rata			3,69	<b>92,31</b>	
JUMLAH PRESENTASE				700	<b>Sangat Layak</b>
RATA-RATA PRESENTASE AKHIR				<b>96,15</b>	

## DATA HASIL UJI COBA KELAYAKAN OLEH AHLI MEDIA II

ASPEK PENILAIAN	NO BUTIR	SKOR MAX	AHLI MEDIA	PRESENTASE (%)	KATEGORI KELAYAKAN
ASPEK RANCANGAN DAN KEMUDAHAN PENGGUNAAN	1	4	4	100	Sangat Layak
	2	4	4	100	Sangat Layak
Jumlah	8			200	Sangat Layak
Rata-rata	4			100	
ASPEK GRAFIKA	3	4	4	100	Sangat Layak
	4	4	4	100	Sangat Layak
	5	4	4	100	Sangat Layak
	6	4	4	100	Sangat Layak
	7	4	4	100	Sangat Layak
	8	4	4	100	Sangat Layak
	9	4	4	100	Sangat Layak
	10	4	4	100	Sangat Layak
	11	4	4	100	Sangat Layak
	12	4	4	100	Sangat Layak
	13	4	4	100	Sangat Layak
	14	4	4	100	Sangat Layak
	15	4	4	100	Sangat Layak
Jumlah	52			1300	Sangat Layak
Rata-rata	4			100	
JUMLAH PRESENTASE				1500	Sangat Layak
RATA-RATA PRESENTASE AKHIR				100	

### DATA HASIL UJI COBA KELAYAKAN OLEH SISWA

INDIKATOR	NO BUTIR	SKOR MAX	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	JUMLAH SKOR	JUMLAH SKOR MAX	PRESENTASE (%)	KATEGORI KELAYAKAN			
Kelayakan Isi	1	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	99	120	82,50	Sangat Layak			
	2	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	99	120	82,50	Sangat Layak			
	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	101	120	84,17	Sangat Layak			
	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	98	120	81,67	Sangat Layak			
Jumlah																															397	480	330,8333	Sangat Layak					
Rata-rata																																	82,71						
Tata Bahasa	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	99	120	82,50	Sangat Layak			
	6	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	97	120	80,83	Sangat Layak			
	7	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	100	120	83,33	Sangat Layak			
Jumlah																															296	360	246,6667	Sangat Layak					
Rata-rata																																	82,22						
Penggunaan	8	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	97	120	80,83	Sangat Layak			
	9	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	3	3	4	105	120	87,50	Sangat Layak			
Jumlah																															202	240	168,3333	Sangat Layak					
rata-rata																																	84,17						
Desain	10	4	4	4	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	100	120	83,33	Sangat Layak			
	11	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	107	120	89,17	Sangat Layak			
	12	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	103	120	85,83	Sangat Layak			
	13	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	4	102	120	85,00	Sangat Layak			
	14	4	4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	100	120	83,33	Sangat Layak			
	15	4	4	4	3	2	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	101	120	84,17	Sangat Layak			
	16	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	95	120	79,17	Sangat Layak			
Jumlah																															708	840	590	Sangat Layak					
Rata-rata																																	84,29						
JUMLAH PRESENTASE																																						333,38	Sangat Layak
RATA-RATA PRESENTASE AKHIR																																						83,34573	



# **LAMPIRAN 6**

## **Surat-Surat**



SURAT PENGANTAR VALIDASI

Kepada Yth,  
~~Bapak~~/ Ibu Wika Rinawati, M.Pd.  
Dosen Pendidikan Teknik Boga FT UNY

Dengan Hormat,

Yang bertandatangan dibawah ini adalah selaku dosen pembimbing dari mahasiswa :

Nama : Nisrina Nurul Fikri

NIM : 17511247006

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Memohon kesediaan ibu sebagai validator dalam mempertimbangkan dan menilai validasi isi pada media pembelajaran skripsi yang berjudul **Pembuatan Buku Saku *Life Skill Cooking*** untuk Siswa SMPIT Luqman Al-Hakim Internasional Yogyakarta.

Demikian surat pernyataan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagai mestinya. Atas perhatian dan bantuan ibu, saya mengucapkan terimakasih.

Yogyakarta, Desember 2019

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing

Dr. Marwanti, M.Pd.  
NIP. 19570313 198303 2 001

Peneliti

Nisrina Nurul Fikri  
NIM. 17511247006



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**JURUSAN PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
Alamat: Kampus FT UNY Karangmalang Yogyakarta, 55281

---

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TAS  
Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,  
**Ibu Wika Rinawati, M.Pd.**  
Dosen Prodi Pendidikan Teknik Boga  
Di Fakultas Teknik UNY

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi (TAS), dengan ini saya:

Nama : Nisrina Nurul Fikri

NIM : 17511247006

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : **PEMBUATAN BUKU SAKU *LIFE SKILL COOKING* UNTUK SISWA SMPIT LUQMAN AL-HAKIM INTERNASIONAL YOGYAKARTA**

Dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrument penelitian TAS yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan : (1) Proposal TAS, (2) Kisi-kisi Instrumen penelitian TAS, dan (3) Draf instrument penelitian TAS.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, Desember 2019  
Pemohon,

Nisrina Nurul Fikri  
NIM. 17511247006

Mengetahui,

Ketua Program Studi  
Pendidikan Teknik Boga,

Dr. Mutiara Nugraheni, STP., M.Si.  
NIP. 19770131 200212 2 001

Pembimbing TAS,

Dr. Marwanti, M.Pd.  
NIP. 19570313 198303 2 001



**SURAT PENGANTAR VALIDASI**

Kepada Yth,  
~~Bapak~~/ Ibu Dra. Sutriyati Purwanti, M.Si.  
Dosen Pendidikan Teknik Boga FT UNY

Dengan Hormat,

Yang bertandatangan dibawah ini adalah selaku dosen pembimbing dari mahasiswa :

Nama : Nisrina Nurul Fikri

NIM : 17511247006

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Memohon kesediaan ibu sebagai validator dalam mempertimbangkan dan menilai validasi isi pada media pembelajaran skripsi yang berjudul **Pembuatan Buku Saku *Life Skill Cooking*** untuk Siswa SMPIT Luqman Al-Hakim Internasional Yogyakarta.

Demikian surat pernyataan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagai mestinya. Atas perhatian dan bantuan ibu, saya mengucapkan terimakasih.

Yogyakarta, Desember 2019

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing

Dr. Marwanti, M.Pd.  
NIP. 19570313 198303 2 001

Peneliti

Nisrina Nurul Fikri  
NIM. 17511247006



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**JURUSAN PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
Alamat: Kampus FT UNY Karangmalang Yogyakarta, 55281

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TAS  
Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,

**Dra. Sutriyati Purwanti, M.Si.**

Dosen Prodi Pendidikan Teknik Boga

Di Fakultas Teknik UNY

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi (TAS), dengan ini saya:

Nama : Nisrina Nurul Fikri

NIM : 17511247006

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : **PEMBUATAN BUKU SAKU *LIFE SKILL COOKING* UNTUK SISWA SMPIT LUQMAN AL-HAKIM INTERNASIONAL YOGYAKARTA**

Dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrument penelitian TAS yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan : (1) Proposal TAS, (2) Kisi-kisi Instrumen penelitian TAS, dan (3) Draf instrument penelitian TAS.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, Desember 2019  
Pemohon,

Nisrina Nurul Fikri  
NIM. 17511247006

Mengetahui,

Ketua Program Studi  
Pendidikan Teknik Boga,

Dr. Mutiara Nugraheni, STP., M.Si.  
NIP. 19770131 200212 2 001

Pembimbing TAS,

Dr. Marwanti, M.Pd.  
NIP. 19570313 198303 2 001





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS TEKNIK

Alamat : Kampus Karangmalang, Yogyakarta, 55281  
Telp. (0274) 586168 psw, 276.289,292 (0274) 586734 Fax. (0274) 586734  
Laman: ft.uny.ac.id E-mail: ft@uny.ac.id, teknik@uny.ac.id

Nomor : 626/UN34.15/LT/2019  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : Izin Penelitian

20 Desember 2019


Yth . 1. Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga (disdikpora) Provinsi DIY  
2. Kepala Sekolah SMPIT Luqman Al-Hakim Internasional.  
Jalan Karanglo, Jogoragan, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	: Nisrina Nurul Fikri
NIM	: 17511247006
Program Studi	: Pend. Teknik Boga - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: PEMBUATAN BUKU SAKU LIFE SKILL COOKING UNTUK SISWA SMP IT LUQMAN AL-HAKIM INTERNASIONAL YOGYAKARTA
Waktu Penelitian	: 6 Januari - 1 Februari 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

  
Dekan,  
Prof. Drs. Herman Dwi Surjono, M.Sc., MT., Ph.D.  
NIP 19640205 198703 1 001

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



## SMPIT LHI

Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu LHI  
Boarding & Full Day School  
Banguntapan, Bantul - DIY

### Surat Keterangan

Nomor 072|S.Kel|SMPIT LHI/I/II/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fourzia Yunisa Dewi, S.Pd  
NIY : 19810613.014  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SMPIT LHI  
Alamat : Jl. Karanglo, Jogoragan, Banguntapan, Bantul, DIY-55198

Menerangkan bahwa:

Nama : Nisrina Nurul Fikri  
Tempat, Tanggal Lahir : Kebumen, 12 Juli 1996  
NIM : 175511247006  
Judul Penelitian : Pembuatan Buku Saku Life Skill Cooking Untuk Siswa  
SMPIT LHI Banguntapan

Nama diatas, telah melakukan penelitian di SMPIT LHI pada tanggal 27 Januari 2020 s.d 1 Februari 2020.

Demikian surat keterangan ini dibuat sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya dan kerjasamanya, kami ucapkan terimakasih.

Bantul, 05 Februari 2020

Kepala Sekolah,  
  
Fourzia Yunisa Dewi, S.Pd  
NIY. 19810613.014



Office

Jl. Karanglo, Jogoragan, Banguntapan, Bantul, DIY-55198  
Telp. 0274-451568, e-mail: smplitlhiyogyakarta@gmail.com

YAYASAN PIONIR PENDIDIKAN INDONESIA

# **LAMPIRAN 7**

## **Dokumentasi**





Buku Saku *Life Skil Cooking*



Penjelasan Pengisian Lembar Respon Siswa Putri



Pengisian Lembar Respon oleh Siswa



## Penjelasan Pengisian Lembar Respon Siswa Putra



Foto Bersama Siswa

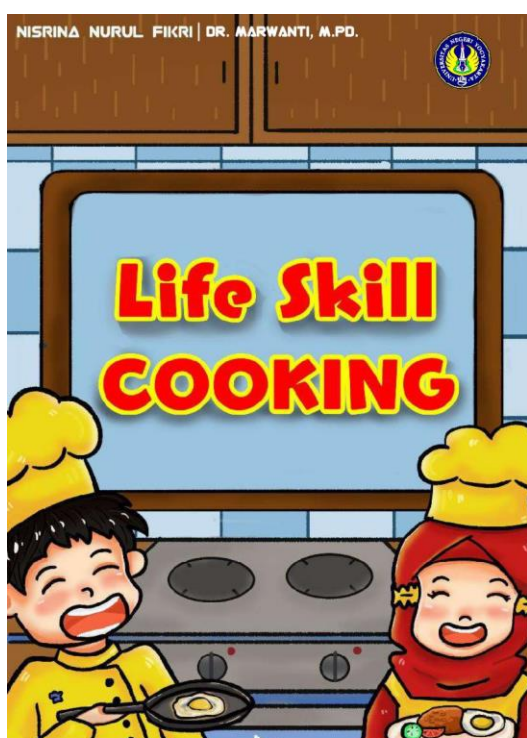


Penyerahan Buku Saku *Life Skill Cooking* ke Sekolah

# **LAMPIRAN 8**

## **Media Buku Saku**





## LIFE SKILL COOKING



Oleh: Nisrina Nurul Fikri  
Dosen Pembimbing: Dr. Marwanti, M.Pd.

Pendidikan Teknik Boga  
Fakultas Teknik  
Universitas Negeri Yogyakarta

Life Skill  
COOKING

Judul:  
LIFE SKILL COOKING

Penulis:

Nisrina Nurul Fikri

Desain:

Nisrina Nurul Fikri

Dosen Pembimbing:

Dr. Marwanti, M.Pd.

Validator Ahli Materi:

Dra. Sutriyati Purwanti, M.Si.

Validator Ahli Media:

Wika Rinawati, M.Pd.

Tahun Cetak: 2020

## Kata Pengantar

Puji syukur atas karunia Allah SWT, karena atas izin-Nya buku saku "Life Skill Cooking" ini dapat terselesaikan.

Selain itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak yang telah membantu dalam penyelesaian buku dari awal sampai buku saku ini dicetak.

Masih banyak kekurangan dalam buku saku ini, maka dari itu penulis mengharap saran yang dapat membantu dalam pengembangan buku saku ini.

Buku saku Life Skill Cooking ini disusun dengan tujuan menyediakan bahan ajar untuk Life Skill Cooking. Buku ini berisi tentang materi Halal Thayyib Makanan, Bumbu, serta Teknik Memasak. Masih banyak Kekurangan dalam buku saku ini, maka dari itu penulis mengharap saran yang dapat membantu dalam pengembangan buku saku ini.

Yogyakarta, Januari 2020

Penulis

## Daftar Isi

Halaman Judul .....	i
Kata Pengantar .....	ii
Daftar Isi .....	v
<b>SAB I Halal &amp; Thayyib .....</b>	<b>1</b>
<b>SAB II Bumbu .....</b>	<b>9</b>
<b>SAB III Teknik Memasak .....</b>	<b>28</b>
<b>Resep .....</b>	<b>34</b>
<b>Referensi .....</b>	<b>48</b>
<b>Penulis .....</b>	<b>50</b>



## SAB I

## HALAL &amp; THAYYIB



## HALAL:

Artinya, segala sesuatu yang diperbolehkan oleh Allah SWT.



## HARAM:

Artinya, segala sesuatu yang dilarang oleh Allah SWT.

## PRODUK HALAL:

Suatu barang yang dinyatakan halal sesuai dengan syariat Islam.

## THAYYIB:

Arti : Lezat, baik, sehat, proporsional, aman.

## MAKANAN HALAL dan THAYYIB:

Makanan yang disyariatkan tidak sebatas makanan yang halal zat dan cara memperolehnya, melainkan juga kualitas makanannya.

## Ciri-ciri Makanan yang Thayyib:

- Makanan tidak kotor/rusak (kadaluwarsa).
- Tidak membahayakan fisik dan akal. Contoh yang membahayakan fisik dan akal: Narkoba, minuman beralkohol.
- Makanan tidak terkontaminasi dengan najis.
- Makanan yang Sehat: makanan yang mengandung gizi cukup dan seimbang (artinya kualitas atau mutunya baik)
- Gizi seimbang: merupakan susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dengan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh.
- Makanan Proporsional: sesuai dengan kebutuhan, tidak terlalu berlebihan (*tabdzir*) atau tidak kekurangan, dan tidak melampaui batas yang wajar.
- Makanan Aman: tidak berbahaya bagi kesehatan tubuh dan tidak menyebabkan sakit.

Sumber: LPPOM MUI

## Dalam memilih makan perlu memperhatikan Label Halal dan Tanggal Kadaluwarsa

## Label Halal:

Label halal adalah label yang diberikan oleh MUI (Majelis Ulama Indonesia) kepada produk makanan atau obat-obatan yang seringkali kita makan sehari-hari. Jika produk sudah mendapatkan label halal, maka produk makanan atau obat-obatan tersebut sudah terjamin kehalalannya dan layak untuk kita makan.

Label halal itu seperti apa sih?



Label halal resmi dari Indonesia



Label halal tidak resmi/salah



### Tanggal Kadaluwarsa:

Tanggal Kadaluwarsa adalah tanggal batas makanan boleh dimakan. Makanan yang sudah kadaluwarsa sebaiknya jangan dimakan karena sudah tercemar bakteri maupun jamur membahayakan. Biasanya tanggal kadaluwarsa tertulis seperti ini: 05/01/21 artinya produk makanan aman untuk dikonsumsi sebelum tanggal 05 Januari 2021. Selama kemasan makanan masih tersegel dan belum sampai batas waktu kadaluwarsa, maka makanan tersebut aman untuk dikonsumsi.



### Tips memilih makanan yang halal, menurut LPPOM MUI:

- Melihat logo Halal MUI pada kemasan.
- Melihat komposisi produk pada kemasan produk.
- Lihat daftar Produk ber Sertifikat Halal MUI di majalah Jurnal halal atau di website : [www.halalmui.org](http://www.halalmui.org)
- Bisa bertanya lewat email: [sosprolppom@halalmui.org](mailto:sosprolppom@halalmui.org)
- Melihat Sertifikat Halal MUI.

#### CONTOH LOGO HALAL DI NEGARA LAIN:



Sumber: LPPOM MUI

### MAKANAN SEORANG MUSLIM

harus memenuhi

#### 2 SYARAT :

Halal	Thayyib
 Sesuai Syariat Islam	 Bersih
 Tidak Memabukkan	 Aman
 Tidak terbuat, mengandung, dan terkontaminasi zat haram	 Bermanfaat
	 Berkualitas

### DAFTAR MAKANAN HARAM

Produk Haram	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bangkai (mati dalam keadaan tidak disembelih) kecuali bangkai ikan dan belalang.</li> <li>• Hewan bertaring tajam: Harimau, Singa, Serigala, Beruang, Kucing, Tikus, Anjing, Gajah, Monyet.</li> <li>• Darah yang mengalir kecuali hati dan limpa.</li> <li>• Hewan berkuku tajam: Elang, Rajawali.</li> <li>• Babi dan turunannya: Daging Babi (Pork), Babi Muda (Pig), Babi dewasa (Hog), Babi betina Dewasa (Sow), Babi liar (Boar), Lemak Babi (Lard), Daging Babi asap (Bacon), Paha Babi (Ham), Susu Babi (Sow Milk), daging Babi semua spesies (Swine), semua berasal dari babi (Porcine).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hewan yang dilarang dibunuh: semut, tawon/lebah, burung hud-hud dan burung surad</li> <li>• Pelembut (shortening): lemak babi (lard)</li> <li>• Perisa: flavor bacon, pork, white wine, red wine, Rhum/Rhum essence.</li> <li>• Gelatin (jika dari hewan haram)</li> <li>• Khamr: minuman beralkohol, wine, bir, sake, arak.</li> </ul>

### Kamu Naras Tau!!!

Dalam mengolah masakan perlu diperhatikan:

1. Bahan yang digunakan: dari sumber yang halal.
2. Bahan yang digunakan: jika binatang hidup pastikan sudah disembelih sesuai syariat islam.
3. Bahan yang digunakan: halal dalam mendapatkannya (bukan hasil mencuri/ mengambil milik orang tanpa izin).
4. Bumbu yang digunakan: tidak mengandung zat yang haram.
5. Alat yang digunakan: tidak terbuat atau terkontaminasi zat haram. (contoh: piring dan gelas dari emas)

### BAB II BUMBU

Dalam mengolah makanan, bumbu memiliki peranan penting untuk memberi rasa, warna, dan aroma yang khas. Masakan akan terasa hambar tanpa bumbu. Perpaduan bumbu yang berbeda akan menghasilkan rasa yang berbeda pula.

Ayo perhatikan lingkungan sekitarmu!  
Berbagai bumbu mungkin saja ada

Bumbu dibagi menjadi 4 yaitu:

- a. Bumbu Kering
- b. Bumbu Basah
- c. Bumbu Daun
- d. Bumbu Batang

AYO KITA LIHAT!

### BUMBU KERING



Sumber gambar : <https://www.pngdownload.id/>



Sumber gambar : <https://www.pngdownload.id/>

### PENJELASAN

1. **Keluwak:** memberikan efek warna hitam pada makanan serta menambah rasa gurih yang khas, tekstur kulitnya keras. Dagingnya berwarna coklat tua kehitaman dan lunak, daging buah yang lunak itu yang dijadikan sebagai bumbu. Biasanya keluwak dijadikan sebagai bumbu rawon. Cara menggunakannya adalah dengan memecahkan kulit keluwak lalu mengeluarkan isinya yang lunak, lalu haluskan bersama bumbu lainnya. Sebaiknya rendam keluwak dalam air mendidih atau tumis dengan sedikit minyak untuk menghilangkan racun asam siandia.
2. **Pala:** pala digunakan sebagai bumbu masakan khas nusantara memberikan aroma harum dan penguat rasa dalam masakan. Contoh masakannya adalah semur, gulai, kari. Dalam penggunaannya adalah diparut atau di iris sedikit, karena aromanya tajam.
3. **Kemiri:** memberikan rasa gurih pada masakan, rasa gurih didapat dari minyak yang dihasilkan kemiri. Sebelum digunakan disangrai terlebih



dahulu. Contoh masakannya adalah tumisan, dan masakan bersantan.

4. **Pekak (bunga lawang):** bentuknya seperti bintang, berwarna coklat tua dan keras. Dimasukan dalam bentuk utuh. Pekak memberikan aroma harum pada masakan. Contoh masakannya adalah kari, gulai, rendang. Pekak juga populer dalam masakan Cina, Thailand, Vietnam, dan Jepang.
5. **Cengkih:** digunakan untuk memberi aroma pada masakan. Rasa dari cengkih tajam, kuat, dan juga pedas. Cengkih umumnya digunakan untuk penambah aroma pada masakan gulai, kari, juga hiasan kue nastar dan sebagainya.
6. **Lada/merica:** memiliki dua jenis yaitu lada putih dan lada hitam. Lada putih berasal dari lada yang tua yang dikupas lalu dikeringkan, sedangkan lada hitam berasal dari lada muda yang tidak dikupas, lalu dikeringkan. Aroma lada tajam dan pedas. Cara penggunaannya dengan ditumbuk langsung dengan bumbu lainnya atau jika bentuknya serbuk taburkan pada masakannya secara langsung.

7. **Ketumbar:** memiliki bentuk yang sama dengan lada, namun ukuran lebih kecil-kecil, teksturnya kasar dan lebih ringan daripada lada. Ketumbar memberi aroma segar pada masakan. Ketumbar biasanya digunakan untuk bumbu kari, opor dan gulai.
8. **Adas:** Bentuk adas menyerupai butiran padi. Aroma adas harum dan tajam. Adas dijual dalam bentuk kering dan juga bubuk. Contoh masakannya adalah sup ikan, acar, kari bisa digunakan sebagai pengganti seledri pada sup. Masakan yang biasa menggunakan adalah masakan Timur Tengah sebagai taburan roti dan kari, juga masakan dalam negara Indonesia bagian barat (Aceh), Malaysia, India, Pakistan.
9. **Kapulaga:** memiliki rasa agak pahit, pedas, dan hangat. Aromanya kuat, biasa digunakan pada masakan berbumbu tajam. Memiliki dua jenis yaitu kapulaga putih dan hijau. Kapulaga putih untuk masakan, kapulaga hijau untuk kue dan minuman. Saat digunakan dimemarkan,

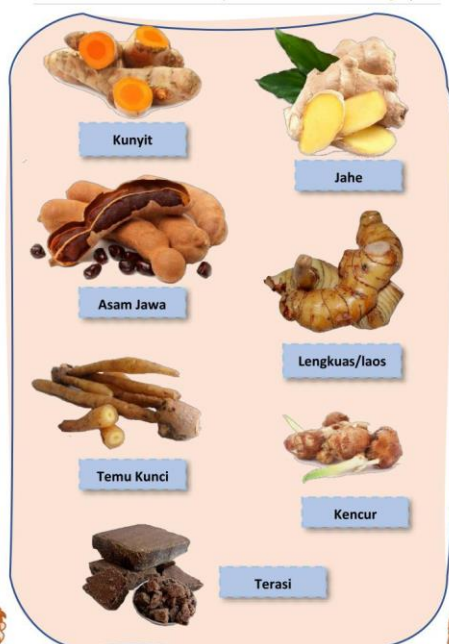
dihaluskan atau disangrai terlebih dahulu. Contoh masakannya adalah kari, gulai, opor.

10. **Biji wijen:** kegunaan utama adalah sebagai minyak wijen. Digunakan sebagai penghias kue misalnya onde-onde, wijen digunakan sebagai campuran dan bumbu masakan. Aroma wangi khas serta memberi efek aroma gurih. Negara lain yang biasa menggunakan wijen adalah negara Korea, Jepang, Yunani dan Turki.
11. **Jintan:** jintan memiliki dua jenis, yaitu jintan putih dan jintan hitam. Jintan hitam untuk pengobatan sedangkan jintan manis untuk masakan juga pengobatan. Jintan memiliki aroma halus dan manis serta kuat dan pedas. Jintan sebaiknya di sangrai terlebih dahulu sebelum dihaluskan untuk dijadikan bumbu.

### BUMBU BASAH



Sumber gambar : <https://www.pngdownload.id/>



Sumber gambar : <https://www.pngdownload.id/>

### PENJELASAN

1. **Bawang Bombai:** memiliki ukuran besar dan berbentuk bulat serta memiliki daging yang tebal. Bawang bombai memiliki aroma yang khas apabila dibanding bawang merah biasa. Bawang bombai digunakan sebagai bumbu penyedap masakan.
2. **Bawang merah:** membuat masakan menjadi gurih. Cara penggunaannya dengan cara diiris, dicincang atau di haluskan. Bawang merah biasanya digunakan sebagai bumbu, acar, bawang goreng bahkan sebagai obat tradisional.
3. **Bawang putih:** merupakan bumbu dasar masakan Indonesia, bawang putih mengandung sulfur sehingga bawang putih saat mentah terasa getir. Bawang putih digunakan dalam semua masakan. Penggunaannya dengan cara di geprek, dihaluskan atau di iris tipis. Dalam masakan berkuah bawang putih lebih baik di potong besar dalam masakan tumis di cincang halus.
4. **Jeruk purut:** memiliki aroma yang khas, memberikan aroma harum pada masakan. Bentuknya kecil dan teksturnya bergelombang.

Biasa digunakan untuk menambah sedap pada sambal.

5. **Jeruk nipis:** memiliki banyak manfaat dalam dunia memasak, digunakan sebagai pengasam kuah sup atau soto. Digunakan sebagai penghilang bau amis pada ikan atau ayam. Air jeruk juga digunakan untuk menunda pencoklatan pada buah potong seperti pada buah apel dan pir.
6. **Cabai merah:** digunakan sebagai penguat rasa makanan. Cabai merah besar memiliki rasa yang tidak terlalu pedas, tetapi warnanya menarik. Cabai merah keriting memiliki rasa yang pedas tapi warnanya kurang menarik. Contoh masakannya adalah balado dan rica-rica.
7. **Belimbing wuluh:** disebut juga belimbing sayur, belimbing buluh, belimbing botol, belimbing besi, atau belimbing asam. Ukurannya kecil lonjong, berwarna hijau dan berasa asam. Memberikan rasa asam pada makanan dan rasa segar, terutama yang berkuah bening. Cara menggunakannya dengan cara mengiris tipis atau dibelah menjadi dua kemudian dimasukan ke masakannya.

8. **Kunyit:** sering digunakan sebagai bahan pewarna masakan. Kunyit menghasilkan warna kuning alami. Kunyit juga berfungsi untuk menghilangkan bau amis pada masakan. Kunyit lebih mudah dikupas apabila dibakar terlebih dahulu, masakan yang biasa menggunakan kunyit adalah gulai, rendang, dan sebagainya.
9. **Jahe:** memiliki rasa pedas. Jahe bermanfaat untuk menghangatkan badan juga sebagai bumbu masakan. Jahe memiliki aroma cukup tajam. Cara penggunaannya bisa dimemarkan terlebih dahulu, bisa diiris atau digiling halus. Masakan yang menggunakan jahe misalnya kari ayam dan kari ikan.
10. **Asam jawa:** sejenis buah yang masam, digunakan sebagai bumbu dalam banyak masakan di Indonesia. Digunakan sebagai perasa atau penambah rasa asam. Asam jawa juga digunakan untuk campuran jamu. Cara penggunaannya yaitu dengan merendam asam jawa dalam air hangat kemudian di saring atau bisa langsung ditumbuk dengan bumbu lainnya.

11. **Lengkuas:** bentuknya hampir mirip dengan jahe namun kulitnya halus berwarna terang kemerahan. Daging lengkuas agak keras jika dipotong. Biasaya di geprek dahulu sebelum digunakan dalam masakan. lengkuas biasa digunakan dalam masakan rendang, balado, ayam goreng, dan masakan bersantan.
12. **Temu kunci:** memiliki aroma segar yang khas, mirip kencur. Ia biasa digunakan dalam membuat sayur bening, hidangan ikan, selada, dan urapan. Bentuknya lebih kecil dan Panjang dari kencur.
13. **Kencur:** ukuran kencur lebih kecil dari jahe, warna kulitnya coklat sedangkan warna daging kencur berwarna putih kekuningan. Aroma kencur sangat khas. Kencur digunakan dalam masakan misalnya rempeyek, lodeh, dan sambel pecel.
14. **Terasi:** salah satu bumbu masak yang berasal dari hasil fermentasi ikan atau udang. Warna terasi hitam kecoklatan. Memiliki tekstur seperti pasta yang agak kasar atau berbentuk adonan sudah dicetak, biasanya berbentuk cokelat.



## BUMBU DAUN

Sumber gambar : <https://www.pngdownload.id/>

## PENJELASAN

- Daun bawang:** memiliki aroma yang khas. Aroma yang menggugah selera makan. Sering digunakan dalam berbagai masakan seperti telur dadar, gorengan, martabak telur, hingga sup. Selain itu, juga digunakan sebagai bumbu tabur seperti masakan soto dan mie ayam.
- Daun jeruk:** di dapat dari tanaman jeruk purut. Digunakan sebagai penambah aroma harum dalam masakan. Daun jeruk memberikan aroma maksimal jika tulang daunnya dibuang, kemudian daunnya diiris tipis-tipis.
- Kemangi:** daun ini biasa dijadikan sebagai lalap. Aroma daunnya khas, kuat tetapi lembut dengan sentuhan aroma limau. Daun kemangi biasa digunakan dalam masakan pepes. Cara penggunaannya dengan memasukan secara utuh daunnya.
- Seledri:** merupakan sayuran daun dan tumbuhan obat yang digunakan sebagai bumbu masakan, daun seledri memiliki aroma yang khas yang membuatnya dimanfaatkan sebagai pelengkap

berbagai makanan, khususnya resep Indonesia seperti sup dan bakso. Tambahkan seledri membuat rasa kuah masakan lebih segar.

- Daun salam:** digunakan sebagai pengharum masakan khususnya di negara di Asia Tenggara baik masakan daging, sayur, maupun nasi. Daun salam memberikan rasa gurih. Cara penggunaannya yaitu daun dimasukan secara utuh kedalam masakan sampai masakan matang. Boleh dengan daun salam segar maupun kering.
- Daun kari:** daun ini sering digunakan dalam masakan Aceh, Melayu, dan India. Penggunaannya seperti daun salam. Daun kari memberikan rasa yang sedap dan unik, biasanya digunakan untuk bumbu rempah masakan kari, laksa dan gulai.

## BUMBU BATANG

Sumber gambar : <https://www.pngdownload.id/>

- Serai:** memberikan rasa segar, tapi tidak terlalu kuat dan tidak pahit. Serai sering digunakan dalam masakan Indonesia, Melayu dan Thailand. Cara menggunakannya yaitu dengan mememarkan batang serai kemudian dimasukan dalam masakan. Serai juga digunakan sebagai hiasan dalam minuman tapi tidak dapat dimakan karena teksturnya keras.
- Kayu manis:** memiliki aroma manis dan pedas. Memberikan aroma manis dan harum pada masakan, taburkan kayu manis beberapa saat sebelum penyajian, kayu manis bisa ditambahkan dalam minuman maupun dalam pembuatan kue.

## AYO..! KENALI BUMBU-BUMBU YANG SERING DIGUNAKAN DALAM MENGOLAH MASAKAN DI INDONESIA

Sumber gambar : <https://www.pngdownload.id/>

## Komposisi bumbu dasar masakan Indonesia

BUMBU MERAH	BUMBU KUNING
bawang merah, bawang putih, gula, garam, minyak goreng, <u>cabai merah</u> .	bawang merah, bawang putih, gula, garam, minyak goreng, <u>kunyit</u> .
Dapat digunakan seluruh masakan di Indonesia (bisa ditambah daun salam, sereh, lengkuas) Contoh masakan: kering tempe, nasi goreng, rendang, balado, sambal goreng, tumis.	Contoh masakan: soto, ikan goreng dan bumbu ayam goreng
BUMBU PUTIH	BUMBU OREN
bawang merah, bawang putih, garam, gula, dan minyak goreng, <u>kemiri</u> .	bawang merah, bawang putih, kemiri, gula, garam, minyak goreng, <u>cabai merah non biji</u> .
Contoh masakan: rawon, semur, bisa juga untuk tumisan, dan mie goreng	Contoh masakan: kari, gulai, rendang

BAB III  
TEKNIK MEMASAK

## MEMASAK

"Mengolah bahan makanan melalui proses pemanasan agar makanan dapat dikonsumsi."



## TEKNIK MEMASAK:

1. Merebus
2. Mengukus
3. Mengetim
4. Menggoreng
5. Menumis
6. Menyangrai
7. Memanggang



## MEREBUS

Cara memasak yang paling sederhana. Membutuhkan peralatan berupa panci. Bahan yang direbus biasanya air atau sayuran. Proses merebus selesai ketika air sudah mendidih atau bahan makanan sudah lunak.

## MENGUKUS

Mirip dengan merebus, tetapi bahan yang direbus tidak bersentuhan langsung dengan air. Merebus dapat menjaga zat-zat penting yang terkandung dalam makanan tanpa takut larut dalam air.

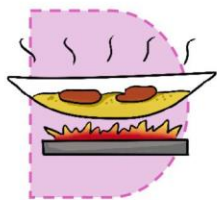


## MENGETIM

Proses memasak bahan makanan dengan menggunakan 2 buah panci yang berbeda ukuran. Salah satu panci berukuran lebih kecil dari panci satunya. Panci dengan ukuran lebih kecil diletakkan di dalam panci dengan lebih besar. Panci yang berukuran kecil bersentuhan langsung dengan air mendidih tanpa alas kukusan.

Mengetim dapat menjaga zat-zat makanan serta menjadikan makanan lunak



**MENGGORENG**

Proses memasak dengan menggunakan wajan dan minyak yang banyak. Menggoreng dinyatakan sudah selesai jika masakan sudah mengeluarkan bau harum. Warna masakan menjadi coklat keemasan. Hati-hati! Jangan sampai terlalu lama karena bisa membuat gosong masakan.

**MENYANGRAI**

Proses memasak dengan cara menggoreng makanan tanpa minyak, atau bisa menggunakan perantara pasir, penggunaan pasir biasa untuk mengoreng kerupuk, biji melinjo, kacang tanah. Menyangrai biasanya juga digunakan untuk mematangkan bumbu-bumbu sebelum ditumbuk. Menyangrai juga digunakan dalam proses pembuatan kopi.

**MEMANGGANG**

Proses memasak menggunakan api atau batu bara secara langsung ke bahan makanan. Biasanya masakan yang dibakar adalah sate, ayam bakar, jagung bakar, dan sebagainya. Untuk melakukan proses ini membutuhkan kesabaran karena prosesnya yang cukup lama.

**Tahukah kamu ?**

- Kita dilarang menggunakan bejana yang terbuat dari emas dan perak untuk makan dan minum. Contoh: piring, gelas, sendok, garpu, kendi, nampian dan sebagainya yang terbuat atau dilapisi emas dan perak.
- Membakar arang dengan menambahkan alkohol supaya api cepat menyala membuat makanan menjadi haram, karena terkena zat alkohol. Contoh: membakar sate dengan arang yang disiram alkohol.

**MENUMIS**

Proses memasak dengan menggunakan sedikit minyak. Biasanya digunakan pada makanan, khususnya sayuran. Dalam proses ini bumbu akan ditumis sampai harum baru dimasukan bahan makananya

**KROKET JAGUNG JAMUR****Bahan Kulit:**

200 gram kentang, kukus, haluskan  
1/2 sendok makan susu bubuk  
1 butir telur ayam  
1 sendok teh garam  
1/4 sendok teh merica bubuk  
1/2 sendok teh pala bubuk  
1 sendok makan margarin  
500 ml minyak untuk menggoreng

**Bahan Isi:**

75 gram jagung rebus pipil  
70 gram jamur kancing kalengan, iris tipis  
4 butir bawang merah, cincang kasar  
3 siung bawang putih, cincang halus  
1/2 sendok teh kaldu ayam bubuk  
1/2 sendok teh garam  
1/4 sendok teh merica bubuk  
1/4 sendok teh gula pasir  
1 batang daun bawang, iris halus  
1 sendok makan margarin untuk menumis

**Bahan Pelapis:**

200 gram tepung panir halus warna oranye  
2 butir telur ayam, kocok lepas

**Waktu:**

45 Menit

**Sajian:**

5 porsi



Sumber: <https://sajiansedap.grid.id/>

**Cara Membuat Krokot Jagung Jamur:**

- Isi: panaskan margarin. Tumis bawang merah dan bawang putih sampai harum. Masukkan jagung dan jamur kancing. Aduk sampai setengah layu. Tambahkan kaldu ayam bubuk, garam, merica bubuk, dan gula pasir. Aduk rata. menjelang diangkat, tambahkan daun bawang. Aduk rata. Angkat.
- Kulit: aduk rata bahan kulit kecuali minyak. Bagi menjadi 5 bagian, ambil 1 bagian, pipihkan. Beri isi. Bentuk oval. Rapatkan.
- Gulingkan di atas tepung panir. Celupkan ke dalam telur. Gulingkan lagi di atas tepung panir.
- Goreng dalam minyak yang sudah dipanaskan di atas api sedang sampai warna kuning keemasan. Angkat.
- Siap disajikan.

**KUMPULAN RESEP****CORN SAUSAGE****Waktu:**

25 Menit

**Sajian:**

5 porsi

**Bahan:**

5 buah sosis sapi  
250 gram kentang, potong dadu 1/2 cm, goreng  
75 gram mayonnaise  
75 gram saus sambal  
75 gram saus tomat  
5 buah tusuk sate  
500 ml minyak, untuk menggoreng

**Bahan Pelapis:**

100 gram tepung terigu protein sedang  
1 buah jagung, parut  
100 ml air dingin  
1/2 sendok teh garam  
1/2 sendok teh merica bubuk

**Cara Membuat Corn Sausage:**

- Pelapis: aduk rata bahan pelapis.
- Ambil satu buah sosis. Tusuk dengan tusuk sate.
- Celupkan ke dalam bahan pelapis. Gulingkan di atas kentang lalu padatkan.
- Goreng di dalam minyak yang sudah dipanaskan sampai kecokelatan dan matang.
- Sajikan bersama saus.

**OMELETE SAYUR****Waktu:**

20 Menit

**Sajian:**

1 porsi

**Bahan:**

1 butir telur, kocok lepas  
1/2 lembar daging asap, potong kotak kecil  
1/4 buah bawang bombay, cincang kasar  
20 gram jagung pipil  
20 gram paprika merah, potong kotak kecil  
20 gram paprika hijau, potong kotak kecil  
20 gram keju cheddar parut  
1/2 sendok teh garam  
1/4 sendok teh merica bubuk  
1 sendok teh kecap manis  
2 sendok makan minyak goreng untuk menumis

**Cara Membuat Omelet sayur:**

- Campurkan: telur, daging asap, jamur, jagung, keju, garam, merica, dan kecap.
- Tumis bawang bombay dan paprika. Tuang campuran telur. Biarkan sebentar sampai ada bagian yang mulai matang. Aduk agar cairan telur mengalir ke bawah.
- Gulung bentuk omelet sambil ditekan-tekan di pinggir wajan hingga matang.
- Siap untuk disajikan.



**Waktu:** 30 Menit  
**Sajian:** 1 Porsi

**Bahan:**

150 gram mi telur  
2 sendok makan kecap manis  
1 1/2 sendok teh kecap asin  
1/2 sendok teh garam  
1/4 sendok teh merica bubuk  
5 buah bakso daging, potong-potong  
50 gram wortel, potong korek api  
50 gram sawi, iris tipis  
50 gram kol, iris tipis  
50 ml kaldu  
2 sendok makan minyak untuk menumis

**Bumbu halus:**

4 siung bawang putih, haluskan

**Bahan Pelengkap:**

1 sendok makan bawang goreng  
150 gram emping goreng  
50 gram acar

**Cara Membuat Mie Goreng:**

1. Rebus mi telur dalam air mendidih sampai matang (±7 menit), kemudian tiriskan.
2. Lumuri mi telur dengan kecap manis. sisihkan
3. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus sampai harum.
4. Tambahkan bakso dan wortel. Aduk sampai berubah warna.
5. Masukkan sawi, dan kol. Aduk sampai setengah layu.
6. Masukkan mi telur. Aduk rata. Tuang kaldu. Aduk sampai matang.
7. Sajikan bersama pelengkap.

**Waktu:** 30 Menit  
**Sajian:** 1 Porsi

**Bahan:**

150 gram nasi putih  
75 gram ayam, dipotong dadu  
1 batang daun bawang, diiris tipis

**Bumbu-Bumbu:**

2 sendok makan margarin  
3 siung bawang putih, cincang halus  
1 sendok makan kecap  
1/2 sendok teh garam  
1/2 sendok teh merica bubuk  
1/4 sendok teh gula pasir  
1/4 sendok teh kaldu ayam bubuk

**Bahan Pelengkap:**

1 butir telur, di goreng mata sapi  
100 gram kerupuk  
1 sendok makan bawang merah goreng sebagai taburan



Sumber: <https://sajiansedap.grid.id/>

**Cara Membuat Nasi Goreng Ayam:**

1. Panaskan margarin. Tumis cincangan bawang putih sampai harum. Masukkan ayam. aduk sampai berubah warna. Sisihkan sebentar ke pinggir wajan.
2. Masukkan nasi putih. Aduk rata. Tambahkan kecap, garam, merica bubuk, gula pasir, dan kaldu ayam bubuk. Aduk rata sampai matang.
3. Menjelang diangkat, masukkan daun bawang. Aduk rata lalu angkat.
4. Sajikan nasi goreng bersama telur mata sapi, kerupuk dan taburan bawang merah goreng.
5. Sajikan selagi hangat.

## ES MANGGA KUENI



Sumber: <https://sajiansedap.grid.id/>

**Waktu:** 30 Menit

**Sajian:** 2 Porsi

**Bahan:**

1 buah mangga kueni, kupas, potong kotak  
4 buah kolong-kaling, iris memanjang  
1 sendok teh selasih, rendam dalam air 100 ml  
300 gram es batu  
300 ml air kelapa muda

**Bahan Sirup:**

50 ml air  
100 gram gula merah  
1/4 sendok teh garam  
1 lembar daun pandan, ikat

**Cara Membuat Es Mangga Kueni:**

1. **Sirup:** rebus air, gula merah, garam, dan daun pandan di atas api kecil sampai mengental. Dinginkan.
2. Susun mangga, kolong-kaling, selasih, dan es batu di dalam mangkuk.
3. Tambahkan bersama air kelapa dan sirup.
4. Siap untuk dihidangkan.

## ES CINCAU KOPYOR ALPUKAT



Sumber: <https://sajiansedap.grid.id/>

**Waktu:** 45 Menit

**Sajian:** 2 Porsi

**Bahan:**

1 buah alpukat, dikerok lebar  
4 buah mata nangka, dipotong kotak  
300 gram es serut  
100 ml sirup cocopandan

**Bahan Kopyor:**

200 ml santan dari 1/4 butir kelapa  
1/2 bungkus agar-agar bubuk  
50 gram gula pasir  
1 lembar daun pandan  
500 gram es batu

**Bahan Saus Santan:**

300 ml santan dari 1/2 butir kelapa  
1/4 sendok teh garam  
1 lembar pandan

**Cara Membuat Es Kopyor Alpukat:**

1. **Kopyor:** campur santan, agar-agar, gula pasir, dan daun pandan. Masak sambil diaduk sampai mendidih. Tunggu sampai hangat. Tuang sedikit-sedikit di atas es batu. Ambil kopyor yang sudah jadi.
2. **Kuah:** masak santan, garam, dan pandan. Masak sambil diaduk hingga mendidih. Dinginkan.
3. Susun kopyor bersama alpukat, nangka, saus santan, sirup dan es serut.
4. Siap untuk disajikan.

## ES CINCAU KAREMEL



Sumber: <https://sajiansedap.grid.id/>

**Waktu:** 30 Menit

**Sajian:** 2 Porsi

**Bahan:**

150 gram cincau hijau, dikeruk dengan sendok  
300 gram es serut

**Bahan Sirup Karamel:**

100 gram gula pasir  
50 ml air panas  
1 lembar daun pandan, diikat

**Bahan Kuah Santan:**

300 ml santan, dari 1/3 butir kelapa  
1 lembar daun pandan, diikat  
1/4 sendok teh garam

**Cara Membuat Es Cincau Karamel:**

1. **Sirup Karamel:** masak gula pasir sampai warna coklat tua (jangan di aduk-aduk). Tuang air panas dan daun pandan. Aduk hingga mendidih. Angkat dinginkan.
2. **Kuah santan:** rebus santan, daun pandan, dan garam sambil diaduk sampai mendidih. Angkat dan dinginkan.
3. Sajikan cincau hijau bersama kuah santan dan es serut.

## REFERENSI

**Referensi Buku**

- Dr. H. Ahmad Izzudin, M.Ag. (2016). *Standar Halal*. LP POM MUI Jawa Tengah
- Dr. Roy A. Sparringa, M.App., Sc., dkk (2013). *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang*. Direktorat Standardisasi Produk Pangan Deputi Bidang Pengawasan Keamanan Pangan dan Bahan Berbahaya Badan Pengawas Obat dan Makanan
- Fatimah, Ria Nita. (2017). *Mari Mengenal Bumbu Nusantara*. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- Lukman. (2016). *Halal Haram Food for Kids*. Yogyakarta: Pro-Kids
- Rusmini, Wiwi. (2013). *Dasar Boga 2: Persiapan Dasar Masakan Indonesia*. Depok: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- Suci, Paresti. (2017). *Prakarya kelas VII*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- Tim Dapur Anggrek. *Resep Spesial Minuman Spesial Pelega Dahaga*. Yogyakarta: Pustaka Anggrek

### Referensi Web

- <https://www.educenter.id/belajar-memasak-untuk-anak-anak/>
- <https://www.pngdownload.id/>
- <https://sajiansedap.grid.id/>

### PROFIL PENULIS



Penulis merupakan Mahasiswi Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2017, Fakultas Teknik, Program Kelanjutan Studi (PKS) Pendidikan Teknik Boga dengan NIM 17511247006.

Buku ini sebagai Tugas Akhir Skripsi yang dibimbing oleh Dr. Marwanti, M.Pd. Buku ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman siswa dalam kegiatan *life skill cooking*.

Buku saku *Life Skill Cooking* ini disusun oleh **Nisrina Nurul Fikri** atau biasa dipanggil **Nina**, lahir di Kebumen pada 12 Juli tahun 1996.

## BUKU SAKU LIFE SKILL COOKING



*Life Skill Cooking* adalah salah satu *life skill* yang diselenggarakan oleh SMPIT LHI.

*Life Skill* merupakan kecakapan dasar yang berupa ketrampilan yang sangat diperlukan dalam mengelola hidup dan merencanakan masa depan.

Buku ini berisi tentang dasar-dasar ilmu memasak yang digunakan dalam kegiatan *Life Skill Cooking*. Buku ini sangat bermanfaat bagi para anggota *Life Skill Cooking*.

