



Mengenal Bubur Kampiun, Bubur Manis Khas Padang

Febryola Indra¹, Vincentia Nayla Kosasih¹, Sherla Valensky¹

¹Manajemen Perhotelan/Departemen Pariwisata, Universitas Pelita Harapan

febryola.indra@uph.edu

<https://doi.org/10.30601/humaniora.v%vi%i.4960>

Published by Universitas Abulyatama

Abstract

Artikel Info

Submitted:

25-02-2024

Revised:

25-03-2024

Accepted:

20-04-2024

Online first :

30-04-2024

Indonesian porridge has become one of the most recognized foods in Indonesia, even for foreign tourists. Bubur is usually known as a salty dish. But do you know the sweet version of bubur? Padang City is one of the largest cities in Indonesia with a total area of 694.96 km². Geographically, Padang is located on the west coast of Sumatra Island and is the capital of West Sumatra Province. Not only known for its many folklores such as Malin Kundang, Padang culinary is also widely known. Padang rice is one of them. Even Padang rice has attracted the interest of culinary connoisseurs in Australia. Padang rice itself is a rice dish eaten with several side dishes, such as rendang, cakes, pop chicken, curry chicken, balado eggs, cassava leaves, skin crackers, and many more. In addition to Padang rice, the sweet porridge menu (bubur kampiun) as a dessert is also one of the food menus from Padang that is certainly worth trying. Bubur Kampiun is one of Padang's specialties, precisely in the mainland Minangkabau (Darek) area, Bukittinggi, West Sumatra. Porridge that has a sweet and legit flavor along with a soft texture, making this dish popular especially during Ramadan for breaking the fast, party events, and in the morning as an alternative to the breakfast menu.

Keywords: Porridge, Sweet Porridge, Kampiun Porridge, Padang, Minangkabau, Specialty Food.

Abstrak

Bubur khas Indonesia telah menjadi salah satu makanan yang paling dikenal di Indonesia, bahkan bagi turis luar negeri. Bubur biasanya diketahui sebagai hidangan disantap dengan rasa asin. Tetapi, apakah kalian tahu bubur versi manis? Kota Padang merupakan salah satu kota terbesar di Indonesia dengan luas keseluruhan 694,96 km². Secara geografis, kota Padang terletak di pesisir pantai barat pulau Sumatera dengan ibukota Provinsi Sumatera Barat. Tidak hanya dikenal dengan banyaknya cerita rakyat seperti Malin Kundang, kuliner padang juga dikenal secara luas. Nasi Padang adalah salah satunya. Bahkan nasi Padang telah menarik minat penikmat kuliner warga di Australia. Nasi Padang sendiri merupakan hidangan nasi yang dimakan dengan sejumlah lauk, seperti rendang, perkedel, ayam pop, ayam gulai, telur balado, daun singkong, kerupuk kulit, dan masih banyak lagi. Selain nasi padang, menu bubur manis (bubur kampiun) sebagai hidangan penutup juga menjadi salah satu menu makanan asal Padang yang tentunya patut untuk dicoba. Bubur Kampiun merupakan salah satu makanan khas Padang, tepatnya pada wilayah Minangkabau Daratan (Darek), Bukittinggi, Sumatera Barat. Bubur yang memiliki cita rasa manis dan legit disertakan teksturnya yang lembut, membuat hidangan ini digemari khususnya pada saat ramadhan untuk berbuka puasa, acara pesta, dan pada pagi hari sebagai alternatif untuk menu sarapan pagi.

Kata-kata kunci: Bubur, Bubur Manis, Bubur Kampiun, Padang, Minangkabau, Makanan Khas.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Banyak dan kerap dikenal sebagai pencuci mulut setelah memakan makanan berat, hidangan penutup atau dalam bahasa Inggris disebut sebagai *dessert*, adalah sebuah hidangan yang biasanya dimakan setelah memakan hidangan utama (*main course*). Hidangan penutup berfungsi untuk memberikan cita rasa manis yang dibutuhkan setelah memakan hidangan utama yang biasanya terasa asin atau gurih. Seiring dengan berkembangnya zaman, *dessert* yang tadinya hanya disajikan setelah hidangan utama kini sudah dapat disantap kapanpun. Tidak lagi menjadi menu yang melengkapi hidangan utama, bahkan *dessert* dapat digunakan untuk menu utama untuk sarapan, makan siang, makan malam (Hanifa *et al.*, 2020). Selain itu, *dessert* yang pada umumnya dihidangkan dengan rasa manis dan menyegarkan, sekarang dihidangkan juga dengan rasa asin atau kombinasinya dalam perkembangan zaman (Candra *et al.*, 2023).

Menurut (Hamidah, 2018), *dessert* umumnya memiliki rasa manis dan disajikan dalam keadaan dingin (*cold dessert*) atau dalam keadaan panas (*hot dessert*). Sesuai dengan namanya, *hot dessert* adalah hidangan penutup yang disajikan dengan kondisi yang masih panas. Sebaliknya, *cold dessert* adalah hidangan penutup yang disajikan dengan kondisi yang masih dingin. Menurut (Karnita *et al.*, 2022), beberapa *dessert* yang telah dikenal di Indonesia antara lain adalah puding, jeli, es krim, dan masih banyak produk-produk lainnya. Sayangnya dengan semakin berkembangnya zaman, banyak hidangan penutup tradisional khas Indonesia menjadi terlupakan. Padahal keragaman hidangan penutup di Indonesia juga sangat bervariasi, mulai dari yang terasa manis hingga yang asin. Salah satu contoh hidangan penutup atau *dessert* tradisional dari Indonesia yang mempunyai banyak variasinya adalah bubur manis.

Bubur manis mungkin akan terdengar aneh bagi beberapa orang yang belum familiar. “Bubur ayam manis?”, “Bukannya bubur itu asin?”, “Bubur kok mempunyai rasa yang manis?”, “Memang ada bubur yang manis?”, dan lain sebagainya. Tetapi pada kenyataannya, bubur manis adalah salah satu makanan tradisional Indonesia yang banyak digemari masyarakat dari daerah manapun (Mulia, 2022). Bahkan kini, bubur manis tradisional khas Indonesia sudah mendunia hingga ke luar negeri. Menurut (Erin Mentari, 2021), beberapa contoh dari bubur manis yaitu bubur candil, bubur sumsum, bubur mutiara, bubur madura, bubur ketan hitam, bubur merah putih, bubur kacang hijau, bubur sagu.

Selain itu, masih banyak lagi variasi bubur manis yang ada di Indonesia (Oktavianawati, n.d.). Terpisah dari bubur yang sudah dibahas di atas, terdapat juga bubur bernama Bubur

Kampiun, salah satu bubur dengan keunikannya tersendiri yang membuatnya menjadi istimewa (Utami, 2018). Bubur Kampiun yang sudah banyak dikenal masyarakat saat ini mempunyai sejarah unik di dalamnya (Triwinarno, 2021). Bubur Kampiun pertama kali dibuat pada sebuah perlombaan membuat bubur yang diadakan pada Desa Jambu Air, Banuhampu, Bukittinggi. Lomba ini dilaksanakan sebagai salah satu upaya untuk menghilangkan trauma masyarakat setelah terjadinya perang revolusi pada tahun 1958-1951 (Quirinno, 2021). Tanpa persiapan matang, seorang nenek penjual bubur bernama Amai Zona datang terlambat dan mengikuti perlombaan hanya dengan mencampurkan segala jenis bubur dagangannya. Mengejutkan, ide tersebut pada akhirnya membuahkan hasil di mana lomba berhasil dimenangkan nenek Amai Zona. Nama bubur kampiun sendiri berasal dari bahasa Inggris yaitu *champion* atau juara (Purwaning Tyas, 2017).

Biasanya isian seporsi bubur kampiun terdiri dari nasi ketan putih yang dilengkapi dengan bubur sumsum, bubur ketan hitam, kolak pisang/ubi, bubur kacang hijau, dan bubur candil. Walau terlihat mudah dibuat, bubur kampiun mempunyai bahan yang banyak untuk disiapkan. Persiapan memasak hidangan ini terbilang cukup rumit karena penjual harus memasak menu bubur yang sangat bervariasi dan ragam dalam waktu yang bersamaan (Diza *et al.*, 2014). Maka dari itu, pengaturan waktu dalam pembuatan keenam bubur menjadi hal yang penting karena setiap tahap membutuhkan keahlian, keterampilan, dan pengalaman khusus dalam teknik pembuatannya (Quirinno, 2021).

KAJIAN TEORI

Terdapat beberapa teori yang memiliki keterkaitan dengan penelitian yang peneliti lakukan. Berikut adalah teori-teori yang berkaitan menurut para ahli:

- 1) Menurut (Woodward, 1999), makan adalah bentuk dasar dari semua transaksi dengan pihak lain dan setiap pertukaran obyek
- 2) Menurut (Depkes, 2003) makanan adalah semua bahan dalam bentuk olahan yang dimakan manusia kecuali air dan obat-obatan.
- 3) Menurut (Jordana, 2000) seperti dikutip oleh (Pieniak *et al.*, 2009), makanan tradisional atau kuliner lokal adalah jenis makanan yang berkaitan erat dengan suatu daerah dan diwariskan dari generasi ke generasi sebagai bagian dari tradisi
- 4) Menurut (Adnan, 1994), makanan tradisional adalah makanan dan minuman, termasuk jajanan serta bahan campuran atau bahan yang digunakan secara tradisional, dan telah lama

berkembang secara spesifik di daerah dan diolah dari resep-resep yang telah lama dikenal oleh masyarakat setempat dengan sumber bahan *local* serta memiliki cita rasa yang relatif sesuai dengan selera masyarakat setempat.

- 5) Menurut (Wolf, 2003), definisi *culinary tourism* atau wisata kuliner adalah tentang makanan, menjelajahi dan menemukan budaya dan sejarah melalui makanan dan kegiatan terkait makanan dalam menciptakan pengalaman yang mengesankan.
- 6) Menurut (Yulastri, 2008), definisi makanan di Ranah Minang/Daerah Sumatera Barat adalah segala sesuatu yang dapat dimakan dan diminum berkhasiat bagi tubuh baik dalam bentuk makanan pokok seperti beras atau nasi, maupun berupa lauk pauk, sayur-sayuran, buah-buahan, kue-kue atau penganan serta berbagai jenis minuman.
- 7) Menurut (Fardiaz, 1998), makanan tradisional adalah makanan dan minuman, termasuk jajanan serta bahan campuran atau bahan yang digunakan secara tradisional, dan telah lama berkembang secara spesifik di daerah dan diolah dari resep-resep yang telah lama dikenal oleh masyarakat setempat dengan sumber bahan local serta memiliki citarasa yang relatif sesuai dengan selera masyarakat setempat.
- 8) Menurut (Marwanti, 2000), makanan tradisional mempunyai pengertian makanan rakyat sehari-hari, baik yang berupa makanan pokok, makanan selingan, atau sajian khusus yang sudah turun-temurun dari zaman nenek moyang. Cara pengolahan pada resep makanan tradisional dan cita rasanya umumnya sudah bersifat turun temurun sehingga makanan tradisional disetiap tempat atau daerah berbeda-beda.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode penelitian kualitatif deskriptif, yaitu dengan memperoleh data dari wawancara sebagai data primer, serta kumpulan situs web sebagai data sekunder.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bubur kampiun biasanya terdiri dari bubur sumsum, bubur ketan hitam, kolak pisang/ubi bubur kacang hijau, bubur candil, dan ketan putih kukus yang disajikan secara hangat, tetapi juga bisa disantap secara dingin sesuai selera. Bubur kampiun yang terdiri dari beberapa elemen bubur manis tersebut membuat pembuatan bubur kampiun menjadi rumit (Helmi Diza, 2012).

Walaupun begitu, variasi campuran dari bubur kampiun ini berbeda-beda, di mana ada penjual bubur yang tidak menambahkan beberapa elemen bubur manis tertentu pada campuran seperti bubur delima. Sebagai contoh, pada pasar Pabukoan Simpang Gunung, Kota Padang Panjang, terdapat seorang pedagang bubur kampiun bernama Susan (28) yang menjual seporsi bubur seharga Rp. 5.000,00. Berbeda dengan campuran bubur kampiun seperti biasanya, Susan tidak menggunakan kolak pisang dan ketan putih kukus pada buburnya. Variasi tersebutlah yang menjadi keunikan tersendiri yang hanya dimiliki oleh bubur kampiun (Diza et al., 2014).

Untuk mengetahui isi dan sebagaimana rumitnya cara pembuatan dari Bubur Kampiun itu sendiri secara lebih lanjut, berikut adalah resep langkah-langkah atau tata cara yang harus dilakukan dalam pembuatan bubur kampiun khas Padang dengan baik dan benar:

Bahan:

- 1) Bahan kolak pisang
 - a) 500 ml air
 - b) 100-gram gula merah
 - c) 2 buah pisang tanduk/kepok
 - d) 2 sdm gula pasir
 - e) 2 lembar daun pandan
 - f) 1/4 sdt garam
- 2) Bahan kolak biji salak/candil
 - a) Biji salak
 - b) 120 g tepung ketan
 - c) 2 sdm tepung terigu
 - d) 2 lembar daun pandan
 - e) 100 ml air panas
 - f) 100 g gula merah
 - g) Gula pasir secukupnya
 - h) Garam
 - i) Air secukupnya
- 3) Bahan cendol
 - a) 100-gram tepung beras
 - b) 75-gram tepung tapioca
 - c) 700 ml air

- d) 1/4 sdt garam
 - e) pastapandan atau pewarna makanan hijau
 - f) Bahan bubuk kacang hijau
 - g) 150-gram kacang hijau
 - h) 100-gram gula pasir
 - i) 2 lembar daun pandan
 - j) 4 cm jaheair secukupnya
 - k) 1/4 sdt garam
- 4) Bahan bubuk ketan hitam
- a) 100-gram ketan hitam
 - b) 2 sdm gula pasir
 - c) 1 liter air
 - d) 1 sdt vanili
 - e) 1 batang kayu manis (3-4 cm)
 - f) Bahan bubuk sumsum
 - g) 75 g tepung beras
 - h) 750 ml santan cair
 - i) 2 lembar daun pandan
 - j) 1/2 sdt garam
 - k) 500ml air
- 5) Bahan kuah santan
- a) 300 ml santan kental (bisa diganti santan instan)
 - b) 200 ml air
 - c) 2 lembar daun pandan
 - d) 1/2 sdt garam

Langkah Pembuatan:

- 1) Kolak pisang
 - a) Rebus air bersama gula merah, gula pasir, daun pandan, dan garam.
 - b) Potong pisang tanduk/kepok dan masukkan ke dalam campuran yang sudah mendidih
 - c) Masak hingga pisang empuk, lalu angkat
- 2) Kolak biji salak/candil
 - a) Campur tepung ketan, tepung terigu, dan garam.

- b) Tuang sedikit demi sedikit air panas sambil diaduk hingga kalis.
 - c) Bentuk bulat-bulat kelereng (jika sudah dingin) dan rebus hingga matang. Tiriskan.
 - d) Masak gula merah dengan air secukupnya. Jika sudah mendidih, masukkan gula pasir dan daun pandan (ikat simpul)
 - e) Masukkan biji salak jika gula sudah larut
 - f) Masak hingga kuah mengental dan liat, lalu angkat
- 3) Cendol
- a) Aduk tepung beras, tepung tapioka, garam, dan pasta pandan/pewarna makanan hijau dengan air sampai rata
 - b) Masak hingga kental dan masukkan ke cetakan cendol
 - c) Sediakan mangkuk besar berisi es batu, cetak cendol dan nanti akan memadat sendiri terkena air es. Tiriskan cendolnya.
- 4) Bubur kacang hijau
- a) Rendam kacang hijau selama 3 jam, tiriskan dan bilas bersih
 - b) Rebus kacang hijau bersama daun pandan, jahe air/geprek, gula, dan garam
 - c) Masak hingga empuk dan kuahnya keruh, lalu angkat
- 5) Bubur ketan hitam
- a) Rendam beras ketan hitam selama 3 jam agar lebih mudah empuk saat direbus
 - b) Bilas bersih dan rebus ketan dengan air, masak hingga empuk (diaduk sesekali agar tidak lengket)
 - c) Masukkan gula, vanili dan kayu manis
 - d) Masak hingga bubur ketan hitam mengental dan butirannya matang sempurna (empuk dan harum), lalu angkat.
- 6) Bubur sumsum
- a) Larutkan tepung beras dengan 500 ml air
 - b) Di dalam panci, campurkan 250 ml santan dengan pandan dan garam. Rebus hingga mendidih
 - c) Jika sudah mendidih, tuang larutan tepung beras ke dalam rebusan santan
 - d) Aduk cepat sehingga tidak ada yang bergerindil. Masak terus hingga bubur mengental, putih, dan tidak terasa tepung, tandanya sudah matang. Angkat.
- 7) Kuah santan
- a) Didihkan santan, air, daun pandan (ikat simpul), dan garam.

- b) Jika sudah mendidih, sambil diaduk agar tidak pecah, lalu angka

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Bubur kampiun yang sekarang dapat dinikmati sebagai hidangan penutup mempunyai sejarah dibalikinya yang unik, di mana hidangan ini pertama kali dibuat melalui lomba sebagai upaya untuk menghilangkan trauma masyarakat Indonesia setelah terjadinya perang revolusi. Hal tersebut membuat bubur kampiun menjadi salah satu hidangan atau dessert unik khas dari daerah Padang. Keunikan yang dimiliki bubur kampiun seperti dilengkapi dengan berbagai variasi campuran dan pembuatannya yang rumit dengan mencampurkan berbagai elemen bubur manis lainnya membuat hidangan ini spesial. Biasanya satu mangkuk bubur kampiun terdiri dari elemen seperti bubur sumsum, bubur ketan hitam, kolak pisang/ubi, bubur kacang hijau, bubur candil, dan ketan putih kukus. Cita rasanya yang manis dan legit membuatnya sangat cocok dan kerap dimakan pada saat masa ramadhan untuk berbuka puasa, acara pesta, dan menu sarapan pagi untuk memulai hari dengan kemanisan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Universitas Pelita Harapan yang telah menyediakan dana hibah untuk penelitian ini dalam skema hibah Penelitian Internal dan LPPM Universitas Pelita Harapan yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini. P-027-Fpar/II/2021

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, N. (1994). *Kamus bahasa Indonesia-Minangkabau* ([cet. ke-1). Jakarta, Balai Pustaka. <https://lib.ui.ac.id/m/detail.jsp?id=20281064&lokasi=lokal>
- Candra, M. A., Enjeladinata, V., & Rizky Widana, M. (2023). Eksistensi Makanan Tradisional Di Tengah Gempuran Makanan Korea. *Prosiding Seminar Nasional*, 352–361.
- Depkes, I. (2003). *Profil kesehatan Indonesia 2002*. Departemen Kesehatan RI.
- Diza, Y. H., Wahyuningsih, T., & Silfia, S. (2014). Penentuan Waktu dan Suhu Pengeringan Optimal Terhadap Sifat Fisik Bahan Pengisi Bubur Kampiun Instan Menggunakan Pengering Vakum. *Jurnal Litbang Industri*, 4(2), 105. <https://doi.org/10.24960/jli.v4i2.635.105-114>
- Erin Mentari, A. (2021). 9 Bubur Manis untuk Buka Puasa yang Praktis, Ada Bubur Mutiara. *KOMPAS*. <https://www.kompas.com/food/read/2021/04/25/131100675/9-bubur-manis-untuk-buka-puasa-yang-praktis-ada-bubur-mutiara?page=all>

- Fardiaz, D. (1998). *Peluang, Kendala, dan Strategi Pengembangan Makanan Tradisional, dalam Kumpulan Ringkasan Makalah Seminar Nasional Makanan Tradisional*. Lembaga Penelitian Institut Pertanian Bogor-Pusat Antar Universitas dan Gizi IPB, Bogor.
- Hamidah. (2018). Resep & menu. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Hanifa, A. R., Nurlaela, L., Miranti, M. G., Pangesthi, L. T., & Boga, P. T. (2020). Penerapan Media Pembelajaran Video pada Materi Hidangan Penutup (Dessert) Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas Xi Tata Boga 2 Di Smkn 2 Ponorogo. *Jurnal Tata Boga*, 11(2), 164–170. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/>
- Helmi Diza, Y. (2012). Formula Makanan Tradisional Bubur Kampiun Instan. *Jurnal Litbang Industri*, 2 (1), 9–18. <https://doi.org/10.24960/jli.v2i1.595.9-18>
- Jordana, J. (2000). Traditional foods: challenges facing the European food industry. *Food Research International*, 33(3), 147–152. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0963-9969\(00\)00028-4](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0963-9969(00)00028-4)
- Karnita, I., Devi, G. K., & Arafah, M. F. (2022). Substitusi Mung Bean Milk terhadap Full Cream Milk dalam Pembuatan Panna Cotta. *Jurnal Pariwisata Vokasi*, 3(2), 11–19. <https://jurnal.akparnhi.ac.id/jpv>
- Marwanti. (2000). *Pengetahuan Masakan Indonesia. Adicita Karya Nusa, Yogyakarta*. Yogyakarta : Adi Cita, 2000.
- Mulia, A. Y. (2022). Dosen Pengampu: *Makalah*, 9, 10. https://www.academia.edu/12143506/Perjudian_melanggar_hukum_dan_pancasila
- Oktavianawati, P. (n.d.). *M engenal Bubur Tradisional Nusantara*.
- Pieniak, Z., Verbeke, W., Vanhonacker, F., Guerrero, L., & Hersleth, M. (2009). Association Between Traditional Food Consumption and Motives For Food Choice in Six European Countries. *Appetite*, 53(1), 101–108. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2009.05.019>
- Purwaning Tyas, A. S. (2017). Identifikasi Kuliner Lokal Indonesia dalam Pembelajaran Bahasa Inggris. *Jurnal Pariwisata Terapan*, 1(2), 38. <https://doi.org/10.22146/jpt.24970>
- Quirinno, R. S. (2021). *Mengenal Sejarah Bubur Kampiun, Hidangan Spesial Buka Puasa Khas Minangkabau*. 1–2. <https://www.inews.id/travel/kuliner/mengenal-sejarah-bubur-kampiun-hidangan-spesial-buka-puasa-khas-minangkabau>
- Triwinarno. (2021). Asal Usul dan Filosofi Dalam Semangkuk Bubur Kampiun. *Media Indonesia*. <https://mediaindonesia.com/ramadan/401314/asal-usul-dan-filosofi-dalam-semangkuk-bubur-kampiun>
- Utami, S. (2018). Kuliner Sebagai Identitas Budaya: Perspektif Komunikasi Lintas Budaya. *CoverAge: Journal of Strategic Communication*, 8(2), 36–44. <https://doi.org/10.35814/coverage.v8i2.588>
- Wolf, E. (2003). *State of the Industry Food & Beverage Tourism Report*. 98.
- Woodward, K. (1999). *Concepts of identity and difference* (1st Editio).
- Yulastri, A. (2008). *Pengembangan Rumah Makan Masakan Padang Dalam Menuju Perlindungan Hak Kekayaan Intelektual (HKI)*. Disampaikan pada Seminar dan Lokakarya Perlindungan Hak Kekayaan Intelektual (HKI) Rumah Makan Padang Dinas Pariwisata Seni dan Budaya Sumatera Barat 2008 * S. 1–13