



KIMCHI: REPRESENTATIF BUDAYA KULINER KHAS MASYARAKAT KOREA SELATAN

Published by **support** on November 21, 2025



Korea merupakan salah satu negara yang secara geografis terletak di wilayah Asia Timur. Negara dengan jumlah penduduk mencapai hampir 50 juta jiwa ini, memiliki cita rasa kuliner yang sangat mengakar pada nilai-nilai budaya, salah satunya adalah Kimchi. Kimchi adalah salah satu



putih, lobak, dan mentimun. Kimchi adalah sebuah makanan sehat yang terinspirasi dari acar khas China yang kemudian oleh bangsa Korea dimodifikasi dan disesuaikan oleh lidah orang Korea. Menurut catatan sejarah (Yang, Seung Yoon: 1988) bahwa pada masa kerajaan Koryo terdapat banyak catatan mengenai kimchi. Kata-kata mengenai kimchi juga banyak terdapat dalam puisi tradisional yang diciptakan oleh penyair kenamaan Lee Kyu-Bo. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa bangsa Korea telah membuat Kimchi sejak 800 tahun yang lalu. Pada awal abad ke 16, kimchi sebagai makanan yang populer mulai di bentuk menjadi beragam variasi, karena pada saat itu "*Go Choo*" atau cabai merah mulai dikenal oleh bangsa Korea. Kimchi pedas yang saat ini dapat kita jumpai di restoran Korea adalah bagian dari budaya makanan Korea yang sehat sejak abad ke 17. Bubuk cabai telah diperkenalkan di korea sejak kedatangan para pedagang dari Portugis, pada saat dinasti China Ming (1368-1644). Secara historikal ada 11 tipe dari kimchi pada akhir abad ke 17. pada awal sejarah juga menegaskan bahwa cabai telah digunakan untuk pembuatan Kimchi sejak tahun 1766. Sawi putih kimchi dan berbagai jenis rasa pedas kemudian menjadi populer selama pertengahan dinasti Korea (*choson*). Rasa pedas yang dihasilkan cabai itu digunakan untuk menambah cita rasa dari masakan tersebut dan masyarakat Korea tidak menggunakan bahan pengawet dalam pembuatan kimchi. Di tahun-tahun selanjutnya cabai menjadi bahan dasar penting dalam pembuatan kimchi.

Tahapan pembuatan Kimchi yaitu dengan cara membersihkan jenis sayurannya tersebut, lalu diberi garam, dan dicampur oleh bumbu, kemudian dibubuhi cabai dan disimpan dalam tempat yang berbentuk seperti tempayan yang biasanya terbuat dari tanah liat sampai sayuran tersebut mengeluarkan rasa asam. -masyarakat korea dari zaman kerajaan juga banyak menggunakan alat masak yang terbuat dari tanah liat, hal ini disebabkan karena alat masak pun dapat mempengaruhi rasa bagi makanan tersebut- lihat saja misalnya pada film *Jewel in The Palace* "Jung Geum", mereka membuat kecap saja harus merendam kedelai hitamnya dalam tong-tong besar yang terbuat dari tanah liat, lalu airnya saja yang digunakan untuk memasak kecap juga tidak boleh "sembarang" air tetapi haruslah air tawar yang tidak asin" karena mereka akan menyajikannya untuk raja dan para pejabat negara.

Kimchi juga sering kali menjadi objek bahan penelitian para sarjana Korea. Mereka meneliti unsur-unsur yang terkandung dalam makanan kimchi. Hasil penelitian tersebut juga telah membuktikan bahwa kimchi mengandung banyak sekali vitamin C. Dikatakan juga bahwa, para petani dan para olahragawan, serta mereka yang banyak bekerja dan menghabiskan energinya harus lebih banyak makan kimchi daripada orang biasa, karena hal tersebut dapat meningkatkan energi dan menjaga metabolisme tubuh.

Ada juga penelitian yang dilakukan oleh Dr. James Lind pada tahun 1700. dalam penelitiannya dia menyatakan bahwa sayuran segar dapat menjadi *anti-scorbutic*, yang menurutnya dapat



termasuk *thiamine, riboflavin, kalsium, dan zat besi*, dan yang lebih mengejutkan lagi memakan kimchi juga rendah kalori, hanya bekisar 33 kalori per porsi kecil. Hal ini disebabkan, kimchi terdapat banyak bakteri mikroorganisme yaitu *lactobacillus plantarum dan lactobacillus Brewis, proliferate*, yang banyak menghasilkan enzim yang baik bagi kesehatan. Rasa asam yang terdapat di kimchi juga berasal dari bahan murni tanpa menggunakan pengawet, karena proses fermentasi hanya menggunakan cuka ataupun *vinegar*. Itulah yang kemudian banyak membentuk organisme positif yang membantu kelancaran di saluran pencernaan.

Di Korea, rata-rata masyarakatnya menghabiskan 18 Kilogram (40 pons) kimchi setiap tahunnya. Di provinsi utara Korea telah lama terkenal sebagai daerah yang memiliki kimchi paling enak, yaitu kimchi dari PyŎngyang dan Kaêsong. Banyak jenis-jenis kimchi yang ada di Korea Selatan diantaranya adalah *nabak kimchi* yang terbuat dari potongan lobak dan sangat mudah untuk dibuat, kemudian ada juga *ch'onggak kimchi yang terbuat dari small native turnip*, kemudian ada juga jenis kimchi dengan nama *tongch'imi*, yang terbuat dari kimchi lobak air yang segar, yang biasanya banyak dimakan pada akhir musim gugur ataupun awal musim dingin. (Ensiklopedia: Korean Foundation). Di setiap warung makan di Korea Selatan seperti *Sonsuljip* banyak menyajikan makanan-makanan khas Korea di musim dingin, dan kimchi adalah sejenis makanan yang masuk dalam menu-menu pendamping di restoran Korea Selatan. Dengan demikian, dapat dipastikan bahwa kimchi merupakan makanan yang tak terpisahkan dengan adat dan budaya dari tradisi masyarakat Korea Selatan.



Oleh: **Jeanie Annissa, S.IP., M.Si** (Dosen Fakultas Komunikasi dan Desain Kreatif)

Categories: **TAJUK BUDAYA**





Leave a Reply

Name *

Email *

Website

What's on your mind?

Save my name, email, and website in this browser for the next time I comment.

POST COMMENT

Search

SEARCH



<https://youtu.be/2o1aYCvtOMQ>



Related Posts



TAJUK BUDAYA

SEMANGKUK HANGAT BRENEBON

Di dapur Manado, semangkuk brenebon bukan sekadar sup kacang merah. Dari resep Belanda bruine bonensoep, hidangan ini bertransformasi mengikuti selera lokal, menjadi simbol bagaimana pesan dan makna bisa berubah ketika melewati batas budaya. Kehangatan sup [Read more...](#)

**BERITA****Haul Solo 2025: Harmoni Religi, Budaya, dan Ekonomi Umat di Kota Surakarta**

Sumber: Dokumentasi Pribadi Puluhan ribu jamaah dari berbagai daerah di Indonesia berdatangan memadati kawasan Masjid Riyadh, Pasar Kliwon, Kota Solo pada 12–13 Oktober 2025. Peringatan Haul Habib Ali bin Muhammad Al-Habsyi ke-114 kembali digelar dengan [Read more...](#)

**TAJUK BUDAYA****Tradisi Kirab Malam 1 Suro Keraton Kasunanan Surakarta Dan Fenomena Kebo Bule**

Kirab malam satu suro merupakan tradisi sakral yang dilakukan turun temurun sejak ratusan tahun lalu dan sampai saat ini masih dilaksanakan oleh Keraton Kasunanan Surakarta Hadiningrat untuk menyambut tahun baru dalam kalender Jawa. Satu Suro [Read more...](#)

Search

SEARCH



<https://youtu.be/2o1aYCvtOMQ>

Contact

Jl. Ciledug Raya, RT.10/RW.2, Petukangan Utara, Kec. Pesanggrahan, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12260

[HOME](#)

[ABOUT](#)

[TERAS BUDAYA](#)

[PROGRAM](#)

[BERITA](#)

[CONTACT](#)

Hestia | Developed by ThemelSle