



## Mengulik Fakta Nasi, Jadi Makanan Pokok di Indonesia Pasca Kemerdekaan

By: Felin Lorensa

Memasuki bulan kemerdekaan, ternyata ada fakta menarik tentang nasi yang juga ada kaitannya dengan kemerdekaan Indonesia. Ternyata, nasi baru benar-benar menjadi makanan pokok orang Indonesia setelah negara ini merdeka. Dulunya, orang Indonesia mengonsumsi umbi-umbian, sagu dan jagung untuk makanan pokok di berbagai daerah.

Jauh sebelum kemerdekaan, padi masuk ke Indonesia berasal dari India sekitar 1500 SM, diperkirakan dibawa oleh nenek moyang yang bermigrasi dari daratan Asia ke Nusantara. Padi mulai ditanam dan menyebar ke berbagai wilayah Indonesia karena tergolong sebagai tanaman yang mudah ditanam dan cocok dengan kondisi alam Indonesia.

Meskipun padi telah lama ada di Indonesia, kebiasaan mengonsumsi nasi sebagai makanan pokok baru dimulai saat masa kepemimpinan Presiden Soeharto. Pada saat itu, pemerintah fokus membangun sektor

pertanian melalui program Rencana Pembangunan Lima Tahun (Repelita) yang dimulai sekitar tahun 1969 hingga 1974.

Salah satu target utamanya adalah swasembada beras, yaitu kondisi di mana Indonesia harus mampu memenuhi kebutuhan beras tanpa harus mengimpor dari negara lain. Sejak saat itu, beras mulai diproduksi dan menyebar ke seluruh Nusantara dan dianggap sebagai makanan pokok serta simbol kemakmuran.

Hal ini menyebabkan perubahan konsumsi, dimana masyarakat Indonesia mulai meninggalkan makanan lain selain nasi sebagai makanan pokok. Kemudian mulai terjadi ketergantungan terhadap nasi. Hingga akhirnya nasi menjadi makanan pokok masyarakat Indonesia sampai saat ini.

Ini juga menjadi awal mula munculnya ungkapan populer “belum makan kalau belum makan nasi”. Menurut Nurdin (2007), ungkapan tersebut muncul karena sudah tertanam dalam pola pikir masyarakat Indonesia bahwa kebiasaan makan nasi adalah budaya yang diwariskan turun-temurun.

Cari tahu informasi seputar makanan dan resep hidangan lainnya di [DensFood Channel](#).