Nama: Rahmadil Ma'arif

Kelas: Kesehatan Masyarakat C

Nim: 70200121058

1. Pola Budaya Terhadap Makanan dan Gizi

Sosio Antropologi memiliki pandangan tentang pentingnya pendekatan budaya. Kebudayaan itu sendiri diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya dengan menggunakan simbol, bahasa, seni, dan ritual yang dilakukan dalam bentuk kehidupan sehari-hari. Di sisi lain latar belakang budaya memiliki pengaruh penting dalam berbagai aspek kehidupan manusia (kepercayaan, perilaku, persepsi, emosi, bahasa, agama, ritual, struktur keluarga, pola makan, pakaian, sikap terhadap penyakit, dll). Selanjutnya hal-hal tersebut tentunya akan mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat dan pola pelayanan kesehatan yang putus asa di masyarakat.

Di Indonesia terdiri dari banyak suku maupun budaya maka dari itu ada banyak budaya tetapi tradisinya sama yaitu makan bersama sambil duduk lesehan untuk mengucapkan rasa syukur kepada Tuhan. Beberapa tradisi seperti:

1) Bancakan

Bancakan sendiri merupakan tradisi dari Jawa Barat, tetapi kini banyak diterapkan di daerah lain. Filosofinya adalah sebagai wujud ucapan rasa syukur terutama ketika memperingati kelahiran atau weton anak. Selain itu tradisi ini juga sebagai ajang mengakrabkan diri dengan teman, tetangga, dan keluarga

2) Megibung

Megibung dikenal sebagai tradisi makan bersama dari daerah Bali. Kata megibung berasal dari kata 'gibung' yang memiliki arti kegiatan yang dilakukan bersama-sama. Awalnya megibung sering diterapkan untuk kegiatan diskusi dan menjalin tali persaudaraan.

3) Manre sappera

Tak jauh berbeda, di Luwu Utara, Sulawesi Selatan juga ada tradisi makan bersama. Yaitu, Manre Sapperg yang berarti makan bersama. Tradisi ini biasa dilakukan untuk meluapkan rasa syukur atas keberhasilan panen hasil bumi. Tradisinya, setiap orang membawa makanan masing-masing dari rumah, kemudian mereka saling bertukar lauk pauk ketika makan bersama. Cara makannya juga tak jauh berbeda, yakni dengan menggunakan alas daun pisang. Biasanya tradisi ini juga dibarengi dengan tradisi tudang sipulung yang memiliki arti kumpul bersama.

4) Perrinyameng

Masyarakat Towani Tolotang Sidrap terkenal dengan ritual perrinyameng yang diadakan di Gunung Lowa setiap bulan Januari dengan tujuan mendapatkan perlindungan, kebahagiaan dan kesehatan. Tidak ada ciri khusus yang membedakan masyarakat ini dengan masyarakat sekitarnya yang mayoritas penduduknya Bugis, bahkan mereka juga tetap mempertahankan identitasnya sebagai orang Bugis. Namun, mereka memiliki keyakinan yang berbeda dengan warga lain yang mayoritas beragama Islam. Secara keseluruhan, kepercayaan Tolotang memiliki pengaruh yang kuat, atau bahkan mendominasi cara hidup penganutnya, termasuk budaya dan sistem sosialnya.

2. Masalah Budaya Terhadap Makanan dan Gizi

Kekurangan gizi atau masalah gizi akan timbul karena kurangnya pengetahuan maupun pemahaman terhadap gizi itu sendiri, hal ini dapat terjadi sebab beberapa hal:

- Pola makan yang tabu
- Adanya pertentangan
- Gengsi
- Gaya hidup

Malnutrisi/Salah gizi merupakan indikasi penyakit yang disebabkan oleh kekurangan maupun kelebihan gizi. Kekurangan gizi jika tubuh tidak bisa menyerap nutrisi dari makanan bisa juga karena pola makan buruk, sedangkan kelebihan gizi dimana jumlah asupan makanan terlalu banyak. Di Indonesia sendiri masyarakatnya banyak menganut system patriarki di mana status social laki-laki lebih tinggi terutama jika pimpinan keluarga, ayah yang paling diutamakan bahkan beberapa daerah di Indonesia mengharuskan pemisahan anantara makanan yang disajikan untuk ayah dan untuk anggota keluarga lainnya hal ini tentu bertentangan karena yang paling membutuhkan gizi adalah anak-anaknya yang sedang dalam perkembangan dan sang istri atau ibu pasti akan kekurangan yang berdampak kepada keturunannya contoh kasus gizi buruk yaitu stunting. Stunting adalah kondisi gagal pertumbuhan pada anak akibat kekurangan gizi ada beberapa orang tua yang tidak memberikan/dipantangkan makanan tertentu kepada anaknya. Jenis makanan yang paling banyak dipantangkan kepada anak adalah daging dan sayur, dimana diketahui bahwa daging memiliki kandungan gizi protein yang tinggi. Pertumbuhan yang terjadi pada anak membutuhkan

3. Pengaruh Budaya Terhadap Makanan

Di Indonesia, keberagaman suku yang dimiliki menyebabkan adanya perbedaan dalam pemilihan makanan pokok. Bagi masyarakat Sunda dan Jawa, makanan pokok yang dikonsumsi adalah nasi. Sementara itu, masyarakat Madura mayoritas mengkonsumsi Jagung sebagai makanan pokoknya. Adanya perbedaan pemilihan makanan pokok ini menunjukkan adanya persepsi dan penilaian terhadap makanan sebagai sebuah budaya pokok di dalam suatu masyarakat. Hal ini dapat menjadi dasar mengapa bagi masyarakat Sunda, jika belum memakan nasi dianggap mereka belum makan meskipun mereka telah jenis makanan berat selain nasi. Karena banyaknya rasa keraguan yang muncul akibat melimpahnya makanan olahan serta makanan cepat saji membuat banyak masyarakat kota berpindah untuk menjadi seorang vegetarian yang bertentangan dengan tradisi pangan di Indonesia. Kasus ini merupakan contoh bahwa makanan dapat menciptakan persepsi budaya tandingan terhadap budaya dominan yang berlaku di Indonesia. Makanan pun dapat menjadi bagian dari budaya populer. Contoh makanan yang menjadi bagian dari budaya populer di Indonesia adalah bakso. Selain itu, makanan juga bisa menjadi sebuah sub kultural golongan tertentu yang menggambarkan sesuatu serta mengidentifikasi suatu golongan. Makanan-makanan ini meliputi daging babi untuk masyarakat Kristen, ketupat bagi orang-orang Muslim pada saat hari raya Lebaran, masyarakat Tionghoa pada saat hari raya Imlek, budaya juga berbeda saat ada tamu ataupun ada acara baik itu hanya sekedar kumpul maupun acara kekeluargaan lainnya.

4. Solusi Terhadap Masalah Budaya Terhadap Makanan dan Gizi

Dalam setiap permasalahan pasti terdapat penyelesaian Alternatif mengatasi masalah pengaruh budaya terhadap pangan ialah dengan pemberdayaan masyarakat dengan pendekatan awal merubah struktur sosial masyarakat. Beberapa langkah dalam merubah struktur sosial.

1. Perbaikan gizi keluarga
2. Perbaikan budaya masyarakat mengenai kesetaraan gender
3. Pemberian makanan bergizi baik
4. Penyuluhan gizi terpadu
5. Konsultasi gizi
6. Melakukan riset/ penelitian mengenai pengaruh budaya terhadap makanan

DAFTAR PUSTAKA

- Fitria, Riska. 2019. "Ini 5 Tradisi Makan Bersama Khas Orang Indonesia" <https://food.detik.com/info-kuliner/d-4669745/ini-5-tradisi-makan-bersama-khas-orang-indonesia>
- Ibrahim, I.A., dkk. 2021. Hubungan Sosial Budaya Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Bone-Bone Kecamatan Baraka Kabupaten Enrekang Tahun 2020. *Al Gizzal: Public Health Nutrition Journal*, 1(1): 16-26 (https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=5xW4cx4AAAAJ&citation_for_view=5xW4cx4AAAAJ:kNdYlx-mwKoC, diakses pada tanggal 9 desember 2021)
- M fais, Satrianegara, dkk. 2021. Cultural Traditional and Special Rituals Related To The Health In Bugis Ethnic Indonesia. *Gaceta Sanitaria*, 35(S1)S56-S58 (https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=5xW4cx4AAAAJ&citation_for_view=5xW4cx4AAAAJ:kc_bZDykSQC, diakses pada tanggal 9 desember 2021)
- Ramdani, RIKI. 2017. "Masalah Gizi Dalam Analisis Sosial Budaya" <https://pencerahnusantara.org/news/masalah-gizi-dalam-analisis-sosial-budaya>
- Syaifudin, Muhammad Dicky. 2020. " Pengaruh Budaya Terhadap Pola Makan Masyarakat Indonesia" <https://www.rancah.com/kuliner/91112/pengaruh-budaya-terhadap-pola-makan-masyarakat-indonesia/amp/>