Tugas Review Sosio Antropologi Kesehatan

Dosen Pengampu : Syamsul Alam, S.KM., M.Kes

Nama : Elva Elfira

NIM : 70200121061

Kelas : KSM C 2021

PENGARUH BUDAYA TERHADAP PANGAN, GIZI, DAN KESEHATAN

Pendahuluan

Budaya merupakan sesuatu yang diwariskan dari generasi ke generasi yang lain baik itu berupa pola hidup, kultur, norma, maupun dalam bentuk benda. Dengan adanya budaya, manusia dapat diatur dalam bertingkah laku karena salah satu aspek daripada budaya yaitu adanya norma sosial. Budaya di Negara kita Indonesia terdiri dari berbagai macam bentuk, seperti upacara, tarian, lagu, seni pertunjukan, dan lain-lain. Budaya dapat menjadi pengaruh baik itu pangan, gizi, dan kesehatan masyarakat

Pertama yaitu pengaruh budaya terhadap pangan. Pangan merupakan sumber kehidupan manusia yang diperoleh dari bahan hayati dan nabati, baik itu diolah maupun tidak diolah. Namun, pangan itu sendiri jika dikaitkan dengan budaya akan bersumber dari kebiasaan atau perilaku masyarakat yang berada pada tempat dimana budaya itu dilestarikan. Salah satu contohnya, dalam suatu daerah atau keluarga tidak diperbolehkan untuk memakan makanan tertentu namun, ketika ada kunjungan dalam keluarganya makanan tersebut tetap mereka hidangkan sebagai bentuk penghormatan tamu. Dan juga seperti budaya makan yang elit tidak akan sama dengan budaya orang-orang yang hanya menggunakan budaya lokal seperti hanya menggunakan tangan saat makan dan alat-alat makan tradisional.

Kedua yaitu pengaruh budaya terhadap gizi dan kesehatan. Kesehatan dalam suatu kelompok daerah dapat dipengaruhi oleh budaya yang berkembang di dalamnya karena setiap budaya pasti memiliki perbedaan dalam asupan gizi tergantung dari olahan makanannya. Setiap individu memiliki kebutuhan gizi yang berbeda-beda yang olehnya itu, konsep sakit dan sehat muncul. Gizi dapat dipengaruhi oleh faktor ekonomi dan potensi alam dari daerahnya, seperti daerah yang berproduksi besar dari perkebunan maka akan menghasilkan banyak olahan-olahan alam seperti tebu yang dapat diolah menjadi gula pasir.

Pengaruh budaya terhadap pangan dan gizi ada negatif dan juga positifnya. Dampak negatif akan muncul ketika masyarakat dalam suatu daerah tidak mampu untuk meninggalkan kebiasaan-kebiasaan yang mereka anggap budaya namun tidak memperhatikan kesehatan pada tubuhnya sehingga penyakit akan mudah masuk. Budaya akan berpengaruh positif pada pangan ketika seimbang dengan pola kesehatan.

Pola Budaya Terhadap Pangan, Gizi, dan Kesehatan

Pola budaya terhadap pangan di setiap daerah itu sangat berbeda tergantung dengan kebiasaan orang yang berada dalam daerah tersebut karena adanya perbedaan pola makan atau konsumsi makanan pokok dari setiap suku atau daerah. Misal, warga yang berada di daerah timur yang kebiasaannya itu sudah merasa cukup dalam hal nutrisi ketika telah mengonsumsi sagu-saguan. Namun, daerah barat tidak akan merasa cukup jika hanya mengonsumsi sagu-saguan. Mereka baru merasa cukup ketika sudah mengonsumsi beras(nasi) ataupun makanan yang diolah dari bahan gandum.

Sistem Budaya Terhadap Pangan, Gizi, dan Kesehatan

Sistem budaya merupakan tingkatan yang paling tinggi dan abstrak dalam adat istiadat. Berbagai sistem budaya memberikan peranan dan nilai yang berbeda-beda terhadap makanan, misalnya bahan-bahan makanan tertentu oleh suatu budaya masyarakat dapat dianggap tabu atau bersifat pantangan untuk dikonsumsi karena alasan sakral tertentu atau sistem budaya yang terkait didalamnya. Disamping itu ada jenis makanan tertentu yang di nilai dari segi ekonomi maupun sosial sangat tinggi eksistensinya tetapi karena mempunyai peranan yang penting dalam hidangan makanan pada sesuatu perayaan yang berkaitan dengan kepercayaan masyarakat tertentu maka hidangan makanan itu tidak diperbolehkan untuk dikonsumsi bagi golongan masyarakat tersebut. Contohnya; pada ibu-ibu di daerah perkotaan yang kurang dan tidak sering menyusui bayinya dengan ASI setelah melahirkan tetapi hanya diberikan formula susu bayi instant. Padahal kita tahu bahwa ASI sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik bayi. Selanjutnya gaya hidup mereka yang berasal dari golongan ekonomi atas atau masyarakat elite di perkotaan, dalam hal makanan sering mengonsumsi makanan yang berasal dari produk luar negeri atau makanan instant lainnya karena soal gengsi. (FORIKES, 2017)

Masalah Budaya Terhadap Pangan, Gizi, dan Kesehatan

Budaya akan berdampak negatif terhadap gizi masyarakat ketika masyarakat tersebut tidak mampu menyeimbangkan pola hidup sehat dalam kesehariannya, seperti mengonsumsi makanan yang bebas dari kotoran atau dikatakan higienis. Salah satu masalah gizi yang sering kali terjadi yaitu *Stunting*. *Stunting* merupakan salah satu masalah gizi yang berdampak buruk terhadap kualitas hidup anak dalam mencapai titik tumbuh kembang yang optimal sesuai potensi genetiknya yang mana *stunting* dapat menghambat proses tumbuh kembang pada balita.

Berdasarkan hasil bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square diperoleh hasil $p=0,089$ ($p<0,05$) yang berarti bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan makanan dengan kejadian stunting. Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua balita yang memiliki pantangan makanan mengalami stunting, sedangkan yang tidak memiliki pantangan makanan 19 balita (70,4%) mengalami stunting dan 8 (29,6%) balita tidak mengalami stunting. (Public Health Nutrition Journal, 2021)

Olehnya itu, *stunting* dapat dikatakan sebagai salah satu masalah dalam hal malnutrisi atau kekurangan gizi.

Solusi Terhadap Masalah Gizi Terkait dengan Budaya

Solusi untuk menghadapi masalah gizi dapat dimulai dari hal-hal sederhana seperti perbaikan gizi dalam keluarga dengan cara mengonsumsi makanan yang sehat dan juga memberi asupan tambahan. Dalam lingkup lebih luasnya dapat berupa penyuluhan gizi terpadu kepada masyarakat umum, melakukan penelitian tentang pengaruh budaya terhadap gizi, atau melakukan perbaikan budaya dalam masyarakat terkait pengaruh utama gender.

Daftar Pustaka

Ibrahim I, Alam S, Adha AS, Jayadi YI, dan Fadlan M. *Hubungan Sosial Budaya Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Bone-Bone Kecamatan Baraka Kabupaten Enrekang Tahun 2020*. 2021.

https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=5xW4cx4AAAAJ&citation_for_view=5xW4cx4AAAAJ:kNdYIx-mwKoC

Forum Ilmiah Kesehatan. *Sosiologi dan Antropologi Gizi*. 2017. <http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/1371/1/BUKU%20SOSIOLOGI%20DAN%20ANTROPOLOGI%20GIZI.pdf>

Firiani K. *Budaya Mempengaruhi Sikap Kebiasaan Makan Pangan Lokal*. 2018.

<https://radioedukasi.kemdikbud.go.id/read/1627/budaya-pengaruh-sikap-kebiasaan-makan-pangan-lokal.html>