Tugas Resume Materi

SOSIO ANTROPOLOGI
HUBUNGAN SOSIO ANTROPOLOGI BUDAYA, GIZI, DAN
KESEHATAN

Nurul Aulia Nurdin (70200121090)

Prodi Kesehatan Masyarakat (A)

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

Email : nurulaulianrdn12@gmail.com

• **PENGARUH BUDAYA TERHADAP PANGAN**

Makanan atau kebiasaan makan merupakan suatu produk budaya yang berhubungan dengan sistem tingkah laku dan tindakan yang terpola (sistem sosial) dari suatu komunitas masyarakat tertentu. Sedangkan makanan yang merupakan produk pangan sangat tergantung dari faktor pertanian di daerah tersebut dan merupakan produk dari budaya juga. Dengan demikian pengaruh budaya terhadap pangan atau makanan sangat tergantung kepada sistem sosial kemasyarakatan dan merupakan hak asasi yang paling dasar, maka pangan/makanan harus berada di dalam kendali kebudayaan itu sendiri. Terdapat bermacam jenis makanan dari setiap komunitas masyarakat. Budaya memiliki pengaruh yang besar dalam menentukan pola makan masyarakat tertentu.

Beberapa pengaruh budaya terhadap pangan/makanan adalah: Adanya bermacam jenis menu makanan dari setiap komunitas etnis masyarakat dalam mengolah suatu jenis hidangan makanan karena perbedaan bahan dasar/adonan dalam proses pembuatan; contoh: orang Jawa ada jenis menu makanan berasal dari kedele, orang Timor jenis menu makanan lebih banyak berasal dari jagung

dan orang Ambon jenis menu makanan berasal dari sagu. Demikian juga orang Sulawesi menu makanan beragam yakni berasal dari beras, jagung dan sagu.

Adanya perbedaan pola makan/konsumsi/makanan pokok dari setiap suku/etnis ; Contoh : orang Timor pola makan lebih kepada jagung, orang Jawa pola makan lebih kepada beras. Adanya perbedaan cita-rasa, aroma, warna dan bentuk fisik makanan dari setiap suku-etnis; Contoh: makanan orang Padang cita rasanya pedis, orang Jawa makannya manis dan orang Timor makanannya selalu yang asin. Adanya bermacam jenis nama dari makanan tersebut atau makanan khas berbeda untuk setiap daerah; contoh: Soto Makasar berasal dari daerah Makasar Sulawesi Selatan, Jagung "Bose" dari daerah Timor-Nusa Tenggara Timur, contoh lain dari daerah Maluku adalah sagu lempe yang biasa digunakan untuk snack dan lebih umum biasa digunakan sebagai bahan oleh-oleh.

- **SISTEM BUDAYA TERHADAP MAKANAN**

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.

Anggapan lain yang muncul dari sistem budaya seperti dalam mengonsumsi hidangan makanan didalam keluarga, biasanya sang ayah sebagai kepala keluarga akan diprioritaskan mengonsumsi lebih banyak dan pada bagian-bagian makanan 24 yang mengandung nilai cita rasa tinggi. Sedangkan anggota keluarga lainnya seperti sang ibu dan anak-anak mengonsumsi pada bagian-bagian hidangan makanan yang secara cita-rasa maupun fisiknya rendah.

Sebagai contoh pada sistem budaya masyarakat di Timor yaitu: apabila dihidangkan makanan daging ayam, maka sang ayah akan mendapat bagian paha atau dada sedangkan sang ibu dan anak-anak akan mendapat bagian sayap atau lainnya. Hal ini menurut (Suhardjo, 1996) dapat menimbulkan distribusi konsumsi pangan yang tidak baik atau maldistribution diantara keluarga apalagi pengetahuan gizi belum dipahami oleh keluarga.

- **MASALAH BUDAYA DAN MAKANAN TERHADAP GIZI**

Kebiasaan dan sistem sosial masyarakat terhadap makanan seperti pola makan, tabu atau pantangan, gaya hidup, gengsi dalam mengkonsumsi jenis bahan makanan tertentu, ataupun prestise dari bahan makanan tersebut yang sering terjadi di kalangan masyarakat apabila keadaan tersebut berlangsung lama dan mereka juga belum memahami secara baik tentang pentingnya faktor gizi dalam mengkonsumsi makanan maka tidak mungkin dapat berakibat timbulnya masalah gizi atau gizi salah (Malnutrition).

Lebih lanjut dijelaskan oleh Suhardjo, 1996 bahwa jika kalangan masyarakat yang terkena dampak dari sistem sosial atau budaya makan itu berasal dari golongan individu-individu yang termasuk rawan gizi seperti ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan anak-anak balita serta orang lanjut usia maka kondisi ini akan lebih rentan terhadap timbulnya masalah gizi kurang.

Gizi salah (Malnutrition) dapat didefinisikan sebagai keadaan sakit atau penyakit yang disebabkan oleh kekurangan relative atau mutlak dan kelebihan satu atau lebih zat-zat makanan esensial yang berguna dalam tubuh manusia. Menurut bentuknya, gizi salah diklasifikasikan oleh (Supariasa et al., 2002) sebagai berikut :

1. Gizi kurang (undernutrition), kondisi ini sebagai akibat dari konsumsi makanan yang tidak memadai jumlahnya pada kurun waktu cukup lama.
Contoh : Kekurangan Energi Protein (KEP)
2. Gizi lebih (Overnutrition), keadaan ini diakibatkan oleh konsumsi makanan yang berlebihan untuk jangka waktu yang cukup lama, sebagai contoh kegemukan.

3. Kurang Gizi spesifik (Specific Deficiency): keadaan ini disebabkan oleh kekurangan relative atau mutlak pada zat-zat makanan tertentu. Contohnya : kekurangan vitamin A.
4. Gizi tak seimbang (inbalance): Kondisi yang merupakan akibat dari tidak seimbangnya jumlah antara zat-zat makanan esensial, dengan atau tanpa kekurangan zat makanan tertentu. Contoh; gangguan keseimbangan tubuh, sering loyo, dll.

- **SOLUSI MENGATASI MASALAH BUDAYA DAN MAKANAN TERHADAP GIZI DAN KESEHATAN**

Pendekatan yang paling utama adalah melalui perbaikan struktur sosial masyarakat tentang pandangan mereka terhadap bahan makanan walaupun lokal tetapi kaya akan nilai gizi. Langkah-langkah yang ditempuh seperti:

1. Perbaikan gizi keluarga dengan melakukan lomba menyiapkan hidangan makanan non beras (kasus budaya Timor),
2. Perbaikan budaya masyarakat dengan pengaruh utama gender terutama di tingkat keluarga.
3. Memperluas areal pertanian dengan menanam berbagai komoditi yang mempunyai nilai gizi tinggi sebagai bahan pangan/makanan seperti kedelai (kasus budaya Jawa).
4. Pemberian makanan tambahan yang bernilai gizi bagi anak-anak balita dan orang lanjut usia.
5. Penyuluhan gizi terpadu dan konsultasi gizi bagi masyarakat.
6. Melakukan pengkajian/penelitian dan riset untuk melihat pengaruh budaya terhadap makanan itu sendiri dengan berbagai implikasi yang terkait didalamnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Banudi, La, Imanuddin, P. (2017). "*SOSIOLOGI DAN ANTROPOLOGI GIZI.*" Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES). Diakses pada 8 Desember 2021.
- Syaifuddin, Muhammad Dicky. 2020. "*PENGARUH BUDAYA TERHADAP POLA MAKAN MASYARAKAT INDONESIA.*" Diakses pada 8 Desember 2021.