Resume : *Sosio Antropologi Kesehatan*
Date : *9 Desember 2021*
Nama : *Dira Mutiara Sardi*
NIM : *70200121075*

REVIEW JURNAL BUDAYA TERHADAP MAKANAN DAN GIZI

1. Pola budaya terhadap makanan dan gizi.

Lingkungan setempat adalah faktor yang berhubungan dengan nilai-nilai pandangan masyarakat yang lahir serta kebiasaan yang berkembang disana hal ini akan berakhir mendorong masyarakat untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan budaya . sebagai contoh pola budaya yang berkembang di beberapa masyarakat yaitu pantang makanan atau larangan untuk mengonsumsi makanan jenis tertentu yang berakibat pada kesehatan ibu maupun anak (Rafsanjani, 2018). Contoh lain dari pola budaya terhadap makanan dan status gizi adalah gaya hidup ibu di perkotaan dimana tingkat kesibukan yang tinggi karena tuntutan pekerjaan, ibu-ibu di perkotaan kurang dan tidak sering memberikan ASI setelah melahirkan dan lebih memilih memberikan susu formula kepada bayinya. Padahal sebelumnya dapat diketahui bahwa ASI sangat penting dalam tumbuh kembang bayi (Banudi, 2017).

Kebudayaan suatu masyarakat mempunyai kekuatan yang cukup besar untuk mempengaruhi seseorang dalam memilih dan mengolah pangan yang akan dikonsumsi. Kebudayaan menuntun orang dalam bertindak laku dan memenuhi kebutuhan dasar biologisnya termasuk kebutuhan terhadap pangan.

2. Pengaruh budaya terhadap makanan

Berdasarkan jurnal yang dibaca, makan atau kebiasaan makan merupakan salah satu contoh budaya yang berhubungan dengan tingkah laku dan tindakan yang berpola dari suatu komunitas masyarakat tersebut. Sedangkan makanan merupakan produk pangan yang bergantung dari faktor pertanian suatu daerah dan merupakan produk dari suatu budaya. Dengan demikian, pengaruh budaya terhadap makanan sangat tergantung pada sistem sosial kemasyarakatan. Beberapa pengaruh budaya terhadap makanan sebagai berikut

- a) Di Jawa memiliki berbagai macam jenis makanan yang berasal dari kedelai
- b) Orang Timor lebih banyak mengonsumsi makanan berasal dari jagung

- c) Orang sulawesi memiliki berbagai macam menu bersumber dari beras, jagung dan sagu

Terdapat pula perbedaan pola makan dari setiap etnis/suku, sebagai contoh:

- a) Terdapat perbedaan bahan pokok yang digunakan
- b) Terdapat perbedaan cita rasa, aroma, warna dan bentuk makanan seperti orang padang dengan cita rasa makanan cenderung pedas
- c) Terdapat perbedaan nama makanan di setiap daerah

Perbedaan bahan pangan yang dikonsumsi akan berpengaruh pada perbedaan zat gizi pada masing-masing etnis atau daerah, hal ini akan berpengaruh pada perbedaan status gizi. Sebagai contoh lain: sistem budaya pada masyarakat Timor yaitu apabila dihidangkan makanan dagung ayam, maka sang ayah akan mendapatkan bagian paha atau dada sedangkan sang ibu dan anak-anak akan mendapatkan bagian sayap atau lainnya. hal ini akan menimbulkan distribusi konsumsi pangan yang tidak baik atau maldistribusi di antara keluarga apabila pengetahuan gizi belum dipahami oleh keluarga

3. Masalah budaya terhadap makanan dan gizi

Terdapat beberapa budaya, sistem sosial masyarakat, kebiasaan terhadap makanan seperti pola makan, tabu atau pantangan, gaya hidup, dan gengsi dalam mengonsumsi jenis bahan makanan tertentu. Apabila hal ini berlangsung terus menerus akan berakibat pada masalah gizi atau gizi salah (malnutrition).

Seperi penelitian yang dilakukan oleh (Ibrahim *et al.*, 2021) tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sosial budaya dengan kejadian stunting. Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rizki dan Lailatul, 2016), penelitian ini memperoleh hasil bahwa sosial budaya merupakan salah satu faktor terjadinya stunting namun faktor utama terjadinya stunting di daerah Madura sebagai tempat penelitian adalah jarak kehamilan yang terlalu dekat. Walaupun pada hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ibrahim *et al.*, 2021) didapatkan bahwa sosial budaya tidak ada hubungan dengan kejadian stunting, setelah dilakukan observasi ditemukan bahwa pola asuh khususnya pemberian MP-ASI pada balita masih dilakukan oleh ibu pada bayi sebelum usia 6 bulan. Pemberian MP-ASI sebelum bayi berusia 6 bulan akan menyebabkan usus bayi

tidak mampu mencerna makanan dan bayi akan mudah terkena penyakit infeksi yang berakibat pada tumbuh kembang yang tidak optimal

Pantang makanan adalah bahan makanan atau masakan tidak boleh dikonsumsi oleh individu dalam suatu masyarakat karena alasan budaya. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Aisyah Susanti, 2013) terdapat hubungan antara budaya pantang makan dengan status gizi ibu hamil trisemester III. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmaniar, 2011) bahwa faktor pantang makanan memiliki hubungan dengan kejadian Kekurangan Gizi Kronis (KEK).

Mengenai pantang makanan penelitian yang dilakukan oleh (Rafsanjani, 2018) juga memperoleh hasil terdapat hubungan antara sosial budaya terhadap konsumsi makanan ibu muda menyusui di Desa Sefyan Kecamatan Simeulue. Selama masa kehamilan ibu akan mengupayakan untuk menjaga bayi, dan ibu tetap sehat serta mendapatkan persalinan selamat, normal dan tanpa cacat. Sebagian masyarakat akan berpantang makanan tertentu seperti udang, kepiting dan buah nanas. Walaupun menurut kesehatan berpantang makanan tertentu tidak dibenarkan apalagi jika makanan tersebut bergizi.

4. Solusi terhadap masalah budaya terhadap makanan dan gizi

1. Perbaiki budaya masyarakat dengan pengaruh utama gender terutama dalam tingkat keluarga
2. Pemberian makanan tambahan yang bernilai gizi bagi anak-anak, balita, ibu hamil, menyusui dll.
3. Penyuluhan gizi terpadu dan konsultasi gizi bagi masyarakat
4. Upaya yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan untuk menanggulangi berpantang makanan adalah dengan memberikan pengertian serta penyuluhan dengan sebaik-baiknya, bahwa berpantang makanan yang mengandung gizi dapat menyebabkan gizi ibu hamil terganggu
5. Perbaiki gizi pada ibu hamil dengan Kekurangan Gizi Kronis (KEK) adalah dengan memperbanyak konsumsi jenis makanan yang mengandung karbohidrat dan protein hewani

Daftar Pustaka

- Aisyah Susanti (2013) 'Zat Gizi Ibu Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Abstrak', *Jikk*, 4(1), Pp. 1–9.
- Banudi, L. dan I. (2017) *Sosiologi dan Antropologi Gizi*. Edited by P. Leksono. Kendari: Forum Ilmiah Kesehatan.
- Ibrahim, I. A. *et al.* (2021) 'Hubungan Sosial Budaya Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Bone-Bone Kecamatan Baraka Kabupaten Enrekang Tahun 2020', *Public Health Nutrition Journal*, 1(1), pp. 16–26.
- Rafsanjani, T. M. (2018) 'Pengaruh individu, dukungan keluarga dan sosial budaya terhadap konsumsi makanan ibu muda menyusui (Studi kasus di Desa Sofyan Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue)', *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 3(2), p. 124. doi: 10.30867/action.v3i2.112.
- Satrianegara, M. F. *et al.* (2021) 'Cultural traditional and special rituals related to the health in Bugis Ethnic Indonesia', *Gaceta Sanitaria*. SESPAS, 35, pp. S56–S58. doi: 10.1016/j.gaceta.2020.12.016.