Nama : Andi Asma Ningsih
NIM : 70200121111
Prodi : Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Sosiologi dan Antropologi Gizi

Sosiologi adalah ilmu yang membahas tentang berbagai aspek dalam masyarakat serta pengaruhnya bagi kehidupan manusia.

Istilah “antropologi” berasal dari bahasa Yunani asal kata “anthropos” berarti “manusia”, dan “logos” berarti “ilmu”, dengan demikian secara harfiah “antropologi” berarti ilmu tentang manusia.

Para ahli antropologi (antropolog) sering mengemukakan bahwa antropologi merupakan studi tentang umat manusia yang berusaha menyusun generalisasi yang bermanfaat tentang manusia dan perilakunya, dan untuk memperoleh pengertian ataupun pemahaman yang lengkap tentang keanekaragaman manusia. Jadi antropologi merupakan ilmu yang berusaha mencapai pengertian atau pemahaman tentang makhluk manusia dengan mempelajari aneka warna bentuk fisiknya, masyarakat, dan kebudayaannya.

Secara makro ilmu antropologi dapat dibagi ke dalam dua bagian, yakni antropologi fisik dan budaya. Antropologi fisik mempelajari manusia sebagai organisme biologis yang melacak perkembangan manusia menurut evolusinya, dan menyelidiki variasi biologisnya dalam berbagai jenis (species). Sedangkan antropologi budaya memfokuskan perhatiannya pada kebudayaan manusia ataupun cara hidupnya dalam masyarakat.

Gizi dan Kesehatan

Kebudayaan adalah keseluruhan sistem gagasan, tindakan dan hasil karya manusia dalam rangka kehidupan masyarakat, dijadikan milik manusia dalam masyarakat bersangkutan, yang diperoleh melalui proses belajar.

Kegunaan antropologi budaya adalah untuk menunjukkan perbedaan dan persamaan dalam berbagai hal yang terdapat pada berbagai suku bangsa atau bangsa di dunia ini. Dalam kehidupan sehari-hari, kita dapat dengan mudah melihat hal-hal yang berbeda sedangkan hal-hal yang sama atau bersamaan sulit atau bahkan tidak dapat diketahui seperti itulah adanya budaya dalam mengatasi masalah kesehatan dalam kehidupan kita sehari-hari semua terjadi akibat adanya pengaruh budaya.

Gizi dan kesehatan adalah kebutuhan setiap individu dari berbagai kalangan status kesehatan (sakit-sakitan), ekonomi (kaya-miskin), sosial (elit-wongalit), geografik (desa-kota) dan psikologi perkembangan (bayi, anak, remaja, dewasa, manula).

Pembangunan kesehatan adalah salah satu cara pembangunan nasional diarahkan guna tercapainya kesadaran, keinginan, dan kemampuan untuk hidup sehat bagi setiap masyarakat supaya terwujudnya kesehatan yang optimal. Tetapi munculnya penyakit merupakan hal yang tidak bisa ditolak walaupun bisa dicegah atau dihindari.

A. Ragam Budaya Makan di Indonesia Dilihat Dari Unsur Kebudayaan dan Nilai Budaya

1. Pola Budaya Terhadap Makanan

Kebudayaan adalah seluruh sistem gagasan dan ras, tindakan serta karya yang dihasilkan manusia dalam kehidupan bermasyarakat yang dijadikan miliknya dengan belajar (Koentjaraningrat, 2004). Selanjutnya dikatakan juga bahwa wujud dari budaya atau kebudayaan dapat berupa benda-benda fisik, sistem tingkah laku dan tindakan yang terpolasistem sosial, sistem gagasan atau adat-istiadat serta kepribadian atau nilai-nilai budaya.

Berdasarkan atas batasan demikian maka dapat dikatakan bahwa makanan atau kebiasaan makan merupakan suatu produk budaya yang berhubungan dengan sistem tingkah laku dan tindakan yang terpolasistem 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. 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 makannya 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.

2. 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 makananyang 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.

Kasus lain yang berhubungan dengan sistem budaya adalah sering terjadi juga pada masyarakat di perkotaan yang mempunyai gaya hidup budaya dengan tingkat kesibukan yang tinggi karena alasan pekerjaan. Contohnya; pada ibu-ibu di daerah perkotaan yang kurang dan tidak sering menyusui bayinya dengan Air Susu Ibu (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 (masyarakat elite kota) ,dalam hal makanan sering mengonsumsi makanan yang berasal dari produk luar negeri atau makanan instant lainnya karena soal “gengsi” .

Sedangkan makanan lokal kita hanya dikonsumsi oleh mereka yang berasal dari golongan ekonomi menengah ke bawah karena ada anggapan bahwa makanan dari luar negeri kaya akan nilai gizi protein dan makanan instant lebih praktis untuk dikonsumsi sedangkan makanan lokal kita nilai gizinya lebih kepada karbohidrat. Sehubungan dengan soal gengsi maka ada kebiasaan masyarakat di Timor jika ada kunjungan tamu ke rumahnya maka tamu tersebut selalu di hidangkan dengan makanan yang berasal dari beras walaupun kesehariannya mereka selalu mengonsumsi jagung, ubi kayu/singkong dan

makanan lokal lainnya sehingga beras atau nasi telah dianggap sebagai suatu citra bahan makanan yang mempunyai nilai prestise” yang tinggi. Citra beras/nasi dibangun sebegitu kuatnya oleh masyarakat di Timor sehingga kondisi ini telah mempengaruhi sendi-sendi sosial budaya sedangkan pandangan mereka terhadap pangan di luar beras di tempatkan sebagai symbol lapisan masyarakat paling rendah.

3. Masalah Budaya Dan Makanan Terhadap Gizi

Mencermati akan adanya budaya, kebiasaan dan sistim 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 sistim 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) dapat menyebabkan penyakit marasmus dan kwashiorkor.

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 yang dapat menyebabkan penyakit xerophthalmia dan Gangguan Akibat Kekurangan Iodium (GAKI) yang dapat menyebabkan penyakit gondok;

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.

D. Alternatif Mengatasi Masalah Budaya dan Makanan

Masalah budaya dan makanan kita ketahui dapat menyebabkan masalah gizi yang berdampak pada kesehatan tubuh manusia, sehingga perlu secara cermat untuk memberdayakan masyarakat lokal dengan kearifan dan kecerdasan lokal (local wisdom and local genius) disamping terus melaksanakan penyuluhan gizi sebagai alternative mengatasi masalah budaya dan makanan. 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.

Hubungan Sosial Budaya dengan Kejadian Stunting

Berdasarkan hasil bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square diperoleh hasil $p=0,281$ ($p>0,05$) yang berarti bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara sosial budaya dengan kejadian stunting. Pada hasil penelitian ini yang termasuk dalam kategori baik pada aspek sosial budaya menunjukkan 23 balita (76,7%) mengalami stunting dan sebanyak 7 balita (23,3%) tidak mengalami stunting. Sedangkan pada kategori kurang pada aspek sosial budaya ditemukan 2 balita (50,0%) yang mengalami stunting dan 2 balita (50,0%) tidak mengalami stunting sosial budaya bukan hanya faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya stunting, namun ada faktor lain seperti yang diktakan oleh kepala puskesmas bahwa faktor utama yang mengakibatkan tingginya angka kejadian stunting adalah jarak kehamilan yang terlalu dekat. Walaupun hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan, ternyata setelah dilihat dari pola asuh khususnya praktik pemberian makan pada balita masih ada ibu yang memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) sebelum umur 6 bulan. Ini menggambarkan bahwa ibu sudah mengetahui pemberian MP ASI sebelum 6 bulan itu tidak benar, namun secara praktik itu tidak dilakukan. Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa ibu yang memberikan MP ASI sebelum 6 bulan diakibatkan karena ibu yang juga merupakan seorang petani sehingga waktu untuk menyusui kurang dan solusinya adalah pemberian susu formula. ASI eksklusif dapat mempengaruhi kejadian stunting karena jika bayi yang belum cukup umur 6 bulan sudah diberi makanan selain ASI akan menyebabkan usus bayi tidak mampu mencerna makanan dan bayi akan mudah terkena penyakit karena kurangnya asupan. Sehingga balita yang sering menderita penyakit

infeksi akan menyebabkan pertumbuhannya terhambat dan tidak dapat mencapai pertumbuhan yang optimal (Nurjannah, 2019).

DAFTAR PUSTAKA

Imanuddin, L. B. (2017). *Sosiologi dan Antropologi Gizi*. Jl. Cemara 25, RT. 001 RW. 002, Desa Sukorejo, Kecamatan Sukorejo, Kabupaten : Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES).

Hubungan Sosial Budaya Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Bone-Bone Kecamatan Baraka Kabupaten Enrekang Tahun 2020

IA Ibrahim, S Alam, AS Adha, YI Jayadi, M Fadlan - Al Gizzai: Public Health Nutrition Journal, 2020