

KAJIAN SOSIAL DAN BUDAYA MAKAN

MASYARAKAT INDONESIA



Dr. Waryana, SKM, M.Kes
Dr. Agus Wijanarka, S.Si.T, M.Kes



KAJIAN SOSIAL DAN BUDAYA MAKAN MASYARAKAT INDONESIA



Oleh:

Dr . Waryana, SKM, M.Kes

Dr . Agus Wijanarka, S.Si.T, M.Kes



KAJIAN SOSIAL DAN BUDAYA MAKAN MASYARAKAT INDONESIA

Nuta Media, Yogyakarta
Ukuran. 15,5 x 23
Halaman 249 + xii

Cetakan : Cetakan Mei 2022
ISBN : 978-623-5967-47-9

Penulis : Dr . Waryana, SKM, M.Kes
Dr . Agus Wijanarka, S.Si.T, M.Kes

Editor : Dewi Sri Sumardilah

Sampul : Latif azad mustofa

Layout : @musthafa_azad_latif

Diterbitkan oleh :
Nuta Media

Anggota IKAPI: No. 135/DIY/2021
Jl. P. Romo, No. 19 Kotagede Jogjakarta/
Jl. Nyi Wiji Adhisoro, Prenggan Kotagede Yogyakarta
nutamediajogja@gmail.com; 081228153789

@2021, Hak Cipta dilindungi undang-undang, dilarang keras
menterjemahkan, memfotokopi atau memperbanyak sebagian
atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari penerbit

ISI DI LUAR TANGGUNGJAWAB PENERBIT DAN
PERCETRAKAN
dicetak olah : Nuta Media

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii

BAB I

PENGERTIAN ANTROPOLOGI KESEHATAN

A. Pengertian Sosiologi dan Antropologi	1
B. Peran dan Fungsi Pendekatan Antropologi	1
1. Pendekatan Holistic	3
2. Pendekatan Komparatif	3
3. Pendekatan Historic	4
C. Teori dalam Antropologi	4
1. Teori Evolusi Deterministik	4
2. Teori Partikularisme	4
3. Teori Fungsionalisme	5
D. Keberagaman Budaya, Agama, Religi, Tradisi dan Bahasa di Indonesia	5
1. Budaya	5
2. Agama	5
3. Religi	5
4. Tradisi	6
5. Bahasa	6
E. Hubungan Antara Antropologi dengan Gizi	8

BAB II BUDAYA MAKAN

A. Latar Belakang	13
B. Pengertian Budaya	15
1. Apa, Kapan, dan Bagaimana Penduduk Makan	16
2. Jenis dan Untuk Siapa	16
3. Siapa Menyiapkan, Siapa Menyajikan, Prioritas Makan	16
4. Larangan (Tabu)	16
5. Ada Yang Diterima, Ada Yang Ditolak	17
C. Beberapa Pengertian terkait Budaya Makan	17
1. Food Habits	17
2. Wenkam Model (Ecological Viewpoint/Macro Perspectives)	17
3. Lewin's Motivational Model/Channel Theory	17
4. Lund and Burk Model/Environmentalist Viewpoint	17
5. Dietary Pattern	17

6. MacMillan Dictionary of Anthropology	18
D. Pengaruh Budaya Makan di Daerah Indonesia.....	18
1. Kebiasaan Makan Pada Ibu Menyusui	18
2. Akibat Bagi Bayi.....	20
3. Kebiasaan Pada Ibu Hamil.....	22
4. Akibat Bagi Bayi.....	24

BAB III

HUBUNGAN ANTROPOLOGI DAN KESEHATAN	28
A. Hubungan Sosiologi dan Antropologi Gizi	28
B. Pola Makan	30
C. Pola Makan Keluarga	31
D. Hubungan Sosial Budaya dan Pola Makan.....	32
1. Faktor-faktor Sosial Rumah Tangga.....	32
2. Faktor-Faktor Budaya Rumah Tangga	35
E. Fungsi Sosial Makanan	37
1. Fungsi Religi atau Magis.....	37
2. Fungsi Komunikasi	37
F. Preferensi Makanan.....	37
G. Ketersediaan Bahan Makanan	38

BAB IV FAKTOR FAKTOR YANG

MEMPENGARUHI BUDAYA MAKAN.....	39
A. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan.....	47
B. Faktor Ekstrinsik.....	52
1. Lingkungan Alam	52
2. Lingkungan Sosial	52
3. Lingkungan Budaya Dan Agama.....	53
4. Lingkungan Ekonomi.....	53
C. Faktor Intrinsik.....	54
1. Asosiasi Emosional	54
2. Keadaan Jasmani dan Kejiwaan yang sedang Sakit	54

BAB V

DAMPAK BUDAYA MAKAN TERHADAP KESEHATAN ..	56
A. Budaya Makan	56
B. Fungsi Sosial Makanan.....	56
1. Sebagai Fungsi Gastronomik.....	56
2. Sebagai Identitas Budaya	57
3. Sebagai Fungsi Religi dan Magis.....	57

4. Sebagai Fungsi Bahasa/Komunikasi	57
C. Kategori Makanan	59
D. Makanan dan Gaya Hidup	59
E. Pola Budaya Makan di Kalimantan Selatan	60
1. Mawarung	61
2. Marombong	62
F. Hubungan Budaya Makan dengan Derajat Kesehatan	63

BAB VI

KEKAYAAN BUDAYA MAKAN BANGSA INDONESIA	68
A. Kebudayaan	68
B. Budaya Makan	68
C. Budaya Makan Daerah-Daerah Di Indonesia	73
D. Tradisi Makan	74
E. Budaya Makan Tatar Sunda	74
F. Budaya Makan Madura	77
G. Contoh Makanan Khas Indonesia (Tumpeng)	81
1. Tumpeng Nasi Putih dan Nasi Kuning	83
2. Tumpeng Nasi Putih	83
3. Tumpeng Robyong	84
4. Tumpeng Nujuh Bulan	84
5. Tumpeng Pungkur	84
6. Tumpeng Nasi Uduk	84
H. Budaya Makan Dan Gizi	85

BAB VII

KEBIASAAN MAKAN	89
A. Sekilas Tentang Makanan	89
B. Kebiasaan Makan	92
C. Fungsi Makanan	93
1. Fungsi Sebagai Makanan Pokok	93
2. Fungsi Kenikmatan	94
3. Fungsi untuk Memenuhi Kebutuhan Makan atau Minum dalam Keadaan Darurat	95
4. Fungsi Sosial	95
5. Fungsi-fungsi Lainnya	96
D. Makanan dari Fungsi Biologis ke Fungsi Simbolik	97

BAB VIII

BUDAYA MAKAN PADA ORANG MELAYU JAMBI	100
A. Pendahuluan	100

B. Pengertian Budaya Makan	101
C. Pola/Jenis Budaya Makan Masyarakat Melayu Jambi	102
1. Konsep tentang Makanan Pokok	102
2. Konsep tentang Makanan Bukan Pokok	105
3. Konsep tentang Minuman	106
4. Makanan, Penyajian dan Kelakuan Makan	106
D. Kejadian Budaya Makan dengan Derajat Kesehatan/Gizi	107
1. Persiapan Kelahiran	108
2. Kelahiran	108
3. Sesudah Kelahiran	109
4. Nilai Budaya	109

BAB IX

BUDAYA MAKAN MINANGKABAU	112
A. Makanan Dalam Konteks Budaya	112
1. Makanan Sebagai Ungkapan Ikatan Sosial	112
2. Makanan Sebagai Ungkapan dari Kesetiakawanan Kelompok	113
3. Makanan dan Stress	113
B. Hubungan Antara Budaya Makan Dengan Derajat Kesehatan/Gizi	113
1. Kegagalan untuk Melihat Hubungan Antara Makanan dan Kesehatan	113
2. Kegagalan untuk Mengenali Kebutuhan Gizi pada Anak-anak	114
C. Pola Budaya Makan Suku Minangkabau (Padang) ...	115
D. Pola Makan Khas Minangkabau	117
1. Sarapan	119
2. Makan Siang dan Makan Malam	119
3. Pola makanan Selingan/Snack	120
4. Perubahan Pola Makan	121
5. Penggunaan Kelapa	121

BAB X

BUDAYA MAKAN LAMPUNG	123
A. Budaya Dan Adat Istiadat Suku Lampung	123
B. Makanan Khas Suku Lampung	125
1. Sambal Seruit/Serwit Khas Provinsi Lampung	125

2.Serwit/Seruit Berdasarkan Kecukupan Gizi Secara Umum	126
--	-----

BAB XI

BUDAYA MAKAN MASYARAKAT SUNDA	130
A.Budaya Makan Daerah Sunda.....	130
B.Makanan dan Penyajian Serta Kelakuan Makan.....	135
C.Kajian Hubungan Budaya Makan dengan Derajat Kesehatan	139

BAB XII

BUDAYA MAKAN MASYARAKAT DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (DIY)	141
A.Budaya Makan Dan Tradisi Di Propinsi DIY	141
Contoh Makanan dari Propinsi DIY.....	145
B.Pengertian Tumpeng	145
C.Sejarah dan Tradisi	146
1.Komponen Tumpeng :	147
2.Pengolahan	147
3.Cara Penyajian	148
4.Macam dan Jenis Tumpeng	148

BAB XIII

BUDAYA MAKAN MASYARAKAT BANJARMASIN	150
A.Sekilas Profil Banjarmasin Dengan Budaya Banjar..	150
B.Konsep Suku Banjar	151
C.Jenis Budaya Makan di Indonesia.....	154
D.Budaya Makan Suku Banjar	156
1.Gambaran Umum	156
2.Makanan dan kue-kue khas Banjar	159
3.Contoh Makanan yang Membudaya di Kalimantan Selatan yang Menurut orang Suku Lain Tidak Biasa	161

BAB XIV

BUDAYA MAKAN MASYARAKAT GORONTALO	166
A.Penerapan Ilmu Gizi Berbasis Makanan Khas Daerah pada Pendidikan Formal di Gorontalo	166
B.Kekayaan Daerah Di Indonesia	166
C.Gorontalo Daerah Yang Terkenal Dengan Makanan Khasnya	167
D.Penerapan Ilmu Gizi Berbasis Makanan Khas Daerah.....	168

BAB XV

BUDAYA MAKAN SUKU SASAK	172
A. Sejarah Pulau Lombok dan Masyarakat Suku Sasak	172
B. Makanan dan Upacara-Upacara.....	177
1. Buang Au	178
2. Lebaran Topat	182
3. Ziarah	183
4. Begibung	184

BAB XVI

BUDAYA MAKAN MASYARAKAT SULAWESI UTARA....	188
A. Budaya Makan Sulawesi Utara.....	188
1. Acara Kumaus	188
2. Pesta Pernikahan.....	188
3. Acara Naik Rumah Baru.....	189
4. Upacara Adat Tulude	189
5. Upacara Manee.....	190
B. Makanan Khas Sulawesi Utara	192
1. Tinutuan (bubur Manado).....	193
2. Nasi Jaha	193
3. Nasi Bungkus	194
4. Paniki (Masakan dari Kelelawar)	195
5. RW (Masakan dari Anjing).....	195
6. Babi Putar	196
7. Babi isi Bulu (Tinorangsak).....	196
8. Sop Brenebon	197
9. Tikus (Kawok).....	197
10. Pangi	197
11. Kepiting dan Ikan Woku	198
12. Ikan Bakar	198
13. Nasi Kuning.....	198
14. Masakan Ular	198
C. Kue – Kue khas Yang ada di Sulawesi Utara.....	199
1. Tart Kelapa	199
2. Lalampa	199
3. Panada	199
4. Biapong Babi.....	200
5. Kue Cucur	201
6. Kue Koyabu	201
7. Apang	202
D. Minuman dan Makanan Khas Lainnya.....	202

BAB XVII	
BUDAYA MAKAN MASYARAKAT SUKU DANI	
A. Gambaran Kebudayaan Suku Dani di Lembah Baliem Jayawijaya Wamena	204
B. Budaya Barapen	204
C. Tujuan Barapen	206
D. Pangan Lokal Papua sebagai Kearifan Budaya	207
E. Proses Barapen	207
BAB XVIII	
METODE PENGUMPULAN INFORMASI BUDAYA MAKAN	
A. Pendahuluan	212
1. Teknik Wawancara	212
2. Teknik Observasi	213
3. Focus Group Discussion	214
4. Teknik Kuesioner	216
5. Teknik Dokumen	219
6. Teknik Triangulasi	220
B. Simpulan	221
BAB XIX	
METODE ETNOGRAFI DALAM MENGENAL BUDAYA MAKAN	
A. Pendahuluan	225
B. Etnografi sebagai Metode Penelitian	226
1. Dasar Pijakan, Karakter dan Asumsi Dasar	226
2. Jenis dan Prinsip Metodologis Penelitian Etnografi	229
3. Alur Penelitian Etnografi	235
4. Instrumen Pengumpul dan Paparan Data Etnografi	237
5. Etnografi	240
C. Metode Etnografi Dalam Penelitian Konseling	240
DAFTAR PUSTAKA	
	246

DAFTAR GAMBAR

gambar 2. 1 Makanan Indonesia	14
gambar 2. 2 Makanan Khas Indonesia.....	16
gambar 3. 1 Budaya Makan di Indonesia.....	31
gambar 3. 2 Makan Bersama.....	32
gambar 6. 1 Salah Satu Budaya Makan di Indonesia.....	78
gambar 6. 2 Tumpeng Rambayong	75
gambar 10.1 Makanan Khas Lampung, Terutama peruit/Serwit	128
gambar 12.1 Tumpeng Khas DIY	145
gambar 13.1 Kue Khas Banjar.....	155
gambar 13.2 Makanan Khas Banjar	160
gambar 15.1 Upacara Khas Suku Sasak.....	177
gambar 15.2 Suasana Dalam Upacara Adat Bagibung Suku sasak	186
gambar 16.1 Bubur Tinutuan	193
gambar 16.2 Paniki Kelelawar Manado	195
gambar 16.3 Kue Lalampa Manado	199
gambar 17.1 Proses Barapen Suku Dani	210

DAFTAR TABEL

Tabel 9. 1 Susunan Makanan dan Metode Persiapan pada Makanan Pagi/Sarapan.....

Tabel 9. 2 Susunan Makanan dan Metode Persiapan pada Makanan Siang dan malam

KAJIAN SOSIAL DAN BUDAYA MAKANAN MASYARAKAT INDONESIA

Buku yang berjudul "KAJIAN SOSIAL DAN BUDAYA MAKANAN MASYARAKAT INDONESIA" ini diharapkan dapat membawa manfaat, khususnya dalam lingkup bidang ilmu Gizi. Penulisan buku ini didasari pada hubungan antropologi/budaya dengan gizi yang sangat erat. Seseorang atau suatu kelompok masyarakat mengalami gizi buruk atau kekurangan gizi bukan hanya karena masalah ekonomi, akan tetapi bisa juga diakibatkan oleh kepercayaan atau budaya seseorang. Banyak sekali terdapat suatu kelompok masyarakat yang mengalami gizi buruk dikarenakan mereka percaya kepada kepercayaan atau kebudayaan mereka. Terkadang di masyarakat terjadi masalah gizi buruk padahal ekonomi mereka mencukupi. Masalah ini terjadi salah satu penyebabnya, karena tidak mau memakan makanan yang seharusnya mereka makan, tetapi karena mereka percaya kepada kebudayaan dan kepercayaan mereka, padahal makanan tersebut mengandung banyak zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Hal ini menyebabkan banyaknya suatu kelompok masyarakat yang kekurangan gizi, padahal dalam kelompok masyarakat itu terdapat cukup banyak makanan yang mengandung gizi.



Jl. Nyi Wiji Adisoro Rt. 03/01 Pelemsari
Prenggan Kotagede, Yogyakarta 55172
Email Marketing Cs.: nutamedijogja@gmail.com
IKAPI No. 135/DIY/2021

ISBN: 978-623-5967-47-9

