

GIZI BUDAYA

Antropologi Pangan dan
Dinamika Konsumsi Masyarakat

Tim Penulis:

Robiatul Adawiyah | Surya Dewi Puspita | Monica H.S Otlne Yocku
Indah Ratikasari | Rusdiarti | Qoni Oktanti | Dahlia Indah Amareta
Theresia Pratiwi Elingsetyo Sanubari | Inna Mukhaira
Dessya Putri Ayu | Martina Pakpahan | Denisius Umbu Pati
Ayu Mardian | Yulia Srirezeki



GIZI BUDAYA

**Antropologi Pangan dan Dinamika Konsumsi
Masyarakat**

Robiatul Adawiyah

Surya Dewi Puspita

Monica H.S Otlne Yocku

Indah Ratikasari

Rusdiarti

Qoni Oktanti

Dahlia Indah Amareta

Theresia Pratiwi Elingsetyo Sanubari

Inna Mukhaira

Dessya Putri Ayu

Martina Pakpahan

Denisius Umbu Pati

Ayu Mardian

Yulia Srirezeki

GIZI BUDAYA

Antropologi Pangan dan Dinamika Konsumsi Masyarakat

Tim Penulis:

Robiatul Adawiyah
Surya Dewi Puspita
Monica H.S Otlina Yocku
Indah Ratikasari
Rusdiarti
Qoni Oktanti
Dahlia Indah Amareta
Theresia Pratiwi Elingsetyo Sanubari
Inna Mukhaira
Dessya Putri Ayu
Martina Pakpahan
Denisius Umbu Pati
Ayu Mardian
Yulia Srirezeki

Editor : Muhamad Rizal Kurnia
Tata Letak : Lilis Khalisatul Karimah
Desain Cover : Asep Nugraha
Ukuran : UNESCO 15,5 x 23 cm
Halaman : ix, 235
ISBN : 978-634-7949-13-4
Terbit Pada : Oktober 2026
Anggota IKAPI : No. 073/BANTEN/2023

Hak Cipta 2026 @ Sada Kurnia Pustaka dan Penulis

Hak cipta dilindungi undang-undang dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit dan penulis.

PENERBIT PT SADA KURNIA PUSTAKA

Jl. Kramat, Panenjoan Kec. Carenang, Kab. Serang – Banten, 42195
Email : sadapenerbit@gmail.com
Website : sadapenerbit.com & repository.sadapenerbit.com
Telpon/WA : +62 838 1281 8431

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan atas segala limpahan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, sehingga penyusunan buku yang berjudul **"GIZI BUDAYA: Antropologi Pangan dan Dinamika Konsumsi Masyarakat"** ini dapat diselesaikan dengan baik.

Pangan pada hakikatnya bukan sekadar urusan pemenuhan nutrisi biologis untuk bertahan hidup, melainkan sebuah konstruksi sosial yang sangat kompleks. Makanan adalah bahasa tanpa kata yang berbicara tentang identitas, kelas sosial, sejarah, hingga kepercayaan suatu komunitas. Sering kali, pendekatan klinis dan biomedis semata tidak cukup untuk mengurai masalah kesehatan di masyarakat seperti *stunting*, gizi buruk, atau tingginya angka penyakit tidak menular tanpa memahami akar sosiologis dan kebiasaan konsumsinya.

Buku ini hadir untuk menjembatani disiplin ilmu gizi klinis dan kesehatan masyarakat dengan ilmu antropologi dan sosiologi. Secara sistematis, buku ini mengupas bagaimana budaya membentuk persepsi masyarakat terhadap makanan, mencakup mitos dan pantangan (tabu) makanan, ritual adat yang melibatkan pangan, hingga pergeseran gaya hidup dan pola konsumsi akibat arus modernisasi serta globalisasi. Di sisi lain, buku ini juga menyoroti pentingnya pendekatan kultural dalam merancang program-program intervensi gizi yang efektif dan dapat diterima oleh masyarakat lokal.

Karya ini diharapkan dapat menjadi referensi berharga bagi para mahasiswa (khususnya dari program studi Ilmu Gizi, Kesehatan Masyarakat, Antropologi, dan Sosiologi), para akademisi, praktisi kesehatan, pekerja sosial, perumus kebijakan, maupun masyarakat luas yang peduli terhadap isu ketahanan pangan dan dinamika sosial-budaya di baliknya.

Penyusunan naskah ini tentu tidak akan terwujud tanpa dukungan, bimbingan, dan inspirasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dari hati yang paling dalam, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Keluarga tercinta yang senantiasa menjadi sumber energi, memberikan doa yang tak pernah putus, serta kesabaran yang luar biasa selama penulis menyelesaikan naskah ini.
2. Para guru, dosen, dan rekan-rekan sejawat dari lintas disiplin ilmu baik dari kalangan ahli gizi maupun antropolog, yang sering menjadi teman diskusi yang mencerahkan.
3. Seluruh tim di Penerbit Sada Kurnia Pustaka yang telah memberikan dedikasi terbaiknya dalam proses penyuntingan, tata letak, hingga pencetakan, sehingga naskah ini menjelma menjadi sebuah buku yang layak dinikmati pembaca.
4. Semua pihak yang telah berbagi cerita, pengalaman, dan literatur yang sangat memperkaya substansi dari buku ini.

Akhir kata, semoga buku **"GIZI BUDAYA: Antropologi Pangan dan Dinamika Konsumsi Masyarakat"** ini dapat memperkaya khazanah literatur multidisiplin di Indonesia, memberikan wawasan baru bagi pembacanya, serta membawa manfaat yang luas bagi kemajuan ilmu pengetahuan dan kesehatan masyarakat.

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
BAB 1 KONSEP DASAR GIZI BUDAYA DAN ANTROPOLOGI PANGAN	1
(Robiatul Adawiyah)	
Konsep Dasar Gizi.....	2
Konsep Dasar Budaya.....	4
Hubungan Gizi, Budaya, dan Pangan.....	7
Keanekaragaman Pangan dan Budaya Lokal	8
Perubahan Budaya dan Dampaknya terhadap Gizi.....	10
Penerapan Pendekatan Sosial Budaya dalam Upaya Perbaikan Gizi	12
Daftar Pustaka.....	18
Profil Penulis.....	21
BAB 2 KEBUDAYAAN, SISTEM SIMBOL, DAN MAKNA PANGAN DALAM MASYARAKAT.....	22
(Surya Dewi Puspita)	
Pendahuluan	23
Konsep Kebudayaan dan Pangan	23
Sistem Simbol dan Makna Pangan.....	26
Pangan dalam Kehidupan Sosial dan Budaya	30
Perubahan Budaya Pangan di Era Modern.....	32
Pangan Sebagai Warisan Budaya dan Pengetahuan	33
Rangkuman.....	34
Daftar Pustaka.....	35
Profil Penulis.....	37
BAB 3 KONSTRUKSI SOSIAL TENTANG MAKANAN: KONSEP <i>FOOD</i>, <i>FEED</i>, DAN TABU	38
(Monica H.S Otlone Yocku)	
Pendahuluan	39
Fakta Biologis Vs. Fakta Sosial, Tokoh dan Teori Pendukung...39	
<i>Food</i> (Pangan): Apa yang Dianggap Makanan?	41
<i>Feed</i> (Pakan): Batas antara Makanan Manusia dan Pakan	43

Tabu Makanan.....	45
Keterkaitan <i>Food, Feed</i> , dan Tabu.....	49
Implikasi bagi Gizi dan Kesehatan Masyarakat.....	50
Penutup	52
Daftar Pustaka.....	53
Profil Penulis.....	58
BAB 4 GENDER, PERAN DOMESTIK, DAN PENGAMBILAN	
KEPUTUSAN GIZI KELUARGA	59
(Indah Ratikasari)	
Pendahuluan	60
Gender dan Penyediaan Makan Keluarga	60
Rumah Tangga sebagai Tempat Tawar-Menawar	62
Apa Kata Bukti Empiris?.....	64
Konteks Indonesia: Siapa yang Memutuskan di Dapur?.....	65
Kebijakan Nasional: Dari Ibu ke Keluarga	68
Implikasi bagi Praktik Gizi.....	68
Rangkuman.....	69
Daftar Pustaka.....	70
Profil Penulis.....	73
BAB 5 MAKANAN DALAM RITUAL, KEPERCAYAAN, DAN	
PERAYAAN KEAGAMAAN.....	74
(Rusdiarti)	
Pendahuluan	75
Makanan dalam Ritual.....	75
Makanan dan Kepercayaan.....	77
Implikasi terhadap Gizi.....	78
Makanan dan Agama.....	79
Puasa sebagai fenomena antropologi gizi	80
Makanan dalam Perayaan Keagamaan di Indonesia	80
Kesimpulan.....	81
Daftar Pustaka.....	83
Profil Penulis.....	85
BAB 6 TABU PANGAN, MITOS, DAN KEPERCAYAAN IBU HAMIL	
SERTA MENYUSUI	86
(Qoni Oktanti)	
Konsep Tabu Pangan, Mitos, dan Kepercayaan.....	87

Faktor Sosial-Budaya terhadap Kejadian Tabu Pangan.....	89
Pantang Pangan dan Mitos pada Ibu Hamil	93
Tabu Pangan Dan Kepercayaan Pada Ibu Menyusui	96
Daftar Pustaka.....	99
Profil Penulis.....	101
BAB 7 KEBIASAAN MAKAN ANAK, PENGASUHAN TRADISIONAL, DAN STATUS GIZI.....	102
(Dahlia Indah Amareta)	
Konsep Makan dalam Kebudayaan Masyarakat	103
Tahapan Pembentukan Kebiasaan Makan Anak.....	103
Perspektif Antropologi: Anak sebagai Aktor dalam Praktik Makan	107
Pengasuhan Tradisional dalam Pemberian Makan Anak: Peran Nenek, Ayah, dan Pewarisan Budaya Pangan	109
Mengintegrasikan Pengetahuan Tradisional untuk Optimalisasi Status Gizi	113
Daftar Pustaka.....	116
Profil Penulis.....	118
BAB 8 ANTROPOLOGI, PEMBENTUKAN SELERA, CITA RASA, DAN IDENTITAS KULINER.....	119
(Theresia Pratiwi Elingsetyo Sanubari)	
Makanan Sebagai Identitas	121
Identitas Pembentuk Selera Dan Citarasa	124
Modernisasi Terkompresi: Pergeseran Identitas, Selera, Dan Citarasa.....	125
Melihat Pangan Melalui Citarasa Gunungkidul: Antara Identitas Dan Trauma	126
Daftar Pustaka.....	131
Profil Penulis.....	136
BAB 9 TRANSISI DEMOGRAFI, URBANISASI DAN PERUBAHAN GAYA HIDUP MAKAN	137
(Inna Mukhaira)	
Pendahuluan	138
Konsep Transisi Demografi.....	138
Urbanisasi dan Perubahan Ruang Lingkup	139
Transisi Nutrisi: Dari Kelaparan ke Kelebihan Gizi.....	140

Perubahan Pola Makan Masyarakat Indonesia	142
Gaya Hidup, Ketimpangan Pangan, dan Kebijakan.....	147
Daftar Pustaka.....	152
Profil Penulis.....	155
BAB 10 GLOBALISASI PANGAN, <i>FAST FOOD</i>, DAN PERGESERAN	
POLA KONSUMSI	156
(Dessya Putri Ayu)	
Globalisasi Pangan.....	157
<i>Fast Food</i> sebagai Fenomena Budaya Konsumsi Modern	159
Pergeseran Pola Konsumsi Makan Masyarakat	163
Daftar Pustaka.....	167
Profil Penulis.....	168
BAB 11 PERSEPSI MASYARAKAT TENTANG SEHAT, SAKIT, DAN	
FUNGSI TUBUH	169
(Martina Pakpahan)	
Pendahuluan	170
Persepsi Sehat-Sakit dalam Masyarakat.....	171
Persepsi Sakit dan Etiologi Lokal	174
Persepsi Fungsi Tubuh (<i>Ethno-Physiology</i>) dan Implikasi	
Gizi	177
Dinamika Perilaku Kesehatan: <i>Health Belief Model</i> dan Praktik	
Gizi Berbasis Budaya.....	180
Kesimpulan	183
Daftar Pustaka.....	184
Profil Penulis.....	187
BAB 12 INTERAKSI GIZI BUDAYA DENGAN BEBAN GANDA	
MASALAH GIZI	188
(Denisius Uumbu Pati)	
Pendahuluan	189
Konsep Dasar Gizi.....	191
Konsep Gizi Budaya	192
Beban Ganda Masalah Gizi.....	195
Interaksi Budaya dengan Beban Ganda Masalah Gizi	197
Transisi pola konsumsi dan budaya makan.....	199
Daftar Pustaka.....	201
Profil Penulis.....	203

BAB 13 INTERVENSI PROGRAM GIZI BERBASIS PENDEKATAN SOSIO-KULTURAL	204
(Ayu Mardian)	
Pendahuluan	205
Konsep Intervensi Gizi Berbasis Pendekatan Sosio-Kultural	206
Determinan Sosio-Kultural dalam Perilaku Gizi	207
Landasan Teoretis Pengembangan Intervensi	208
Tahapan Perencanaan Intervensi Gizi Berbasis Sosio-Kultural.....	209
Strategi Intervensi Gizi Berbasis Sosio-Kultural	210
Pemberdayaan dan Partisipasi Masyarakat.....	211
Integrasi Pangan Lokal dan Kearifan Tradisional	212
Intervensi pada Kelompok Rentan.....	212
Contoh Penerapan dalam Konteks Masyarakat Indonesia	213
Monitoring dan Evaluasi	214
Tantangan dan Strategi Keberlanjutan	216
Kesimpulan dan Rekomendasi	216
Daftar Pustaka	218
Profil Penulis.....	220
BAB 14 MASA DEPAN GIZI BUDAYA: PRESERVASI KULINER LOKAL DAN KEBERLANJUTAN PANGAN.....	221
(Yulia Srirezeki)	
Konsep Gizi Budaya (<i>Nutritional Anthropology</i>) dan Sistem Pangan (<i>Food System</i>).....	222
Preservasi Kuliner Lokal: Melindungi Warisan dan Gastronomi	226
Keberlanjutan Pangan dan Upaya Optimalisasi.....	230
Daftar Pustaka.....	233
Profil Penulis.....	235



BAB 1

KONSEP DASAR GIZI

BUDAYA DAN

ANTROPOLOGI

PANGAN

Robiatul Adawiyah, S.K.M., M.K.M.
Universitas Sriwijaya



Konsep Dasar Gizi

1. Pengertian dan Ruang Lingkup Gizi

Gizi merupakan ilmu yang mempelajari hubungan antara makanan atau pangan dengan kesehatan dan fungsi tubuh manusia. Dalam konteks kesehatan masyarakat, gizi tidak hanya berkaitan dengan zat gizi yang terkandung dalam makanan, tetapi juga mencakup proses konsumsi, pemanfaatan zat gizi oleh tubuh, serta berbagai faktor yang memengaruhi ketersediaan dan pemilihan pangan. Gizi memiliki hubungan yang erat dengan proses pertumbuhan, perkembangan, pemeliharaan jaringan tubuh, produksi energi, fungsi imun, serta pencegahan berbagai penyakit.

Masalah gizi dapat muncul apabila terdapat ketidakseimbangan antara kebutuhan tubuh dan asupan zat gizi. Ketidakseimbangan tersebut dapat berupa kekurangan maupun kelebihan zat gizi. Ruang lingkup ilmu gizi bersifat multidimensional. Ilmu gizi tidak hanya mempelajari aspek biologis dan fisiologis, tetapi juga aspek sosial, ekonomi, budaya, lingkungan, dan perilaku. Pilihan seseorang terhadap makanan, misalnya, tidak selalu didasarkan pada pertimbangan kandungan zat gizi. Rasa, harga, ketersediaan, kebiasaan keluarga, kepercayaan, agama, tradisi, serta pengaruh lingkungan sosial juga dapat menentukan jenis makanan yang dikonsumsi (Ariani, 2021).

Pemahaman tentang gizi perlu ditempatkan dalam konteks kehidupan manusia secara menyeluruh. Asupan makanan seseorang merupakan hasil interaksi antara kebutuhan biologis dan lingkungan sosial dan budaya tempat seseorang hidup.

2. Zat Gizi dan Fungsinya Bagi Tubuh

Zat gizi dapat dikelompokkan menjadi zat gizi makro dan mikro. Zat gizi makro meliputi karbohidrat, protein, dan lemak yang terutama dibutuhkan dalam jumlah relatif besar untuk memenuhi kebutuhan energi dan membangun serta mempertahankan jaringan tubuh. Sementara itu, zat gizi mikro meliputi vitamin dan mineral yang dibutuhkan dalam jumlah lebih kecil tetapi mempunyai fungsi penting dalam berbagai proses metabolisme.

Karbohidrat terutama berperan sebagai sumber energi. Protein berfungsi dalam pembentukan dan pemeliharaan jaringan, pembentukan enzim dan hormon, serta mendukung sistem imun. Lemak berfungsi sebagai sumber energi, membantu penyerapan vitamin larut lemak, menyediakan asam lemak esensial, dan berperan dalam struktur sel. Vitamin dan mineral mempunyai fungsi yang sangat beragam. Zat besi, misalnya, berperan dalam pembentukan hemoglobin, sedangkan kalsium berhubungan dengan pembentukan tulang dan gigi serta fungsi neuromuskular. Vitamin A berperan dalam fungsi penglihatan dan sistem imun, sementara vitamin C berperan dalam berbagai proses metabolisme dan pembentukan kolagen (Ariani, 2021).

Makanan tidak dapat dinilai hanya berdasarkan satu zat gizi. Kualitas diet perlu dilihat secara keseluruhan, termasuk keragaman pangan, proporsi zat gizi, kualitas bahan pangan, dan pola konsumsi. Hal tersebut menjadi penting karena pangan yang dikonsumsi manusia merupakan bagian dari sistem sosial dan budaya.

3. Kebutuhan dan Status Gizi

Kebutuhan gizi setiap individu berbeda-beda. Faktor usia, jenis kelamin, ukuran tubuh, aktivitas fisik, kondisi fisiologis, serta kondisi kesehatan dapat memengaruhi kebutuhan zat gizi. Anak yang sedang mengalami pertumbuhan, misalnya, memiliki kebutuhan gizi yang berbeda dengan orang dewasa. Status gizi menggambarkan keadaan tubuh sebagai akibat dari keseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh. Status gizi dapat digunakan sebagai salah satu indikator kesehatan individu maupun populasi. Penilaian status gizi dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, seperti antropometri, pemeriksaan biokimia, pemeriksaan klinis, dan penilaian konsumsi pangan. Hubungan antara pola konsumsi dan status gizi juga dapat dipengaruhi oleh faktor sosial budaya. Pada calon pengantin, jenis makanan dan pengetahuan gizi seimbang berhubungan dengan status gizi, sementara beberapa aspek sosial budaya seperti pantangan dan mitos tidak selalu menunjukkan hubungan yang signifikan dengan

Daftar Pustaka

- Anggraheni, I., & Lismanda, Y. F. (2021). Partisipasi Masyarakat untuk Kesehatan Anak Berbasis Local Wisdom Melalui Rumah Gizi di Desa Kucur. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, 6(2), 710–716. <https://doi.org/https://doi.org/10.21067/jpm.v6i2.4698>
- Anyanwu, O. A., Naumova, E. N., Chomitz, V. R., Zhang, F.-F., Chui, K., Kartasurya, M. I., & Folta, S. C. (2023). The Socio-Ecological Context of the Nutrition Transition in Indonesia: A Qualitative Investigation of Perspectives from Multi-Disciplinary Stakeholders. *Nutrients*, 15(1), 1–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu15010025>
- Ariani, A. P. (2021). *Gizi dan Diet*. Trans Info Media.
- Astuti, D. A. D., Winarti, E., Haryuni, S., & Sunardi. (2024). Local Wisdom Education for Better Toddler Nutrition: Preventing Stunting in Tulungagung Edukasi Kearifan Lokal untuk Meningkatkan Gizi Balita: Pencegahan Stunting di Tulungagung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 16(3), 110–117.
- Astuti, Y., & Wahyuni, A. (2022). Pemberdayaan Masyarakat dan Kader Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Stunting di Gamping. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(6), 4431–4438. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jmm.v6i6.10658>
- Colozza, D. (2024). A qualitative exploration of ultra-processed foods consumption and eating out behaviours in an Indonesian urban food environment. *Nutrition and Health*, 30(3), 613–621. <https://doi.org/10.1177/02601060221133897>
- Imardiani, Apriyani, & Putri Febianti. (2024). Effectiveness of BEGESAH (Berbagai Edukasi Gerakan Masyarakat Sehat) Based on Local Wisdom on Awareness in Stunting Prevention. *Jurnal Masker Medika*, 12(2), 261–266. <https://doi.org/https://doi.org/10.52523/maskermedika.v12i2.669>
- Kementerian Kesehatan. (2022). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2022*.

- Krisdayani, D. D., Agustina, & Hanifah, L. (2023). Hubungan Pola Makan, Pengetahuan Gizi Seimbang dan Sosial Budaya dengan Status Gizi Calon Pengantin. *Gizi Indonesia*, 46(1), 11–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.36457/gizindo.v46i1.721>
- Lowe, C., Kelly, M., Sarma, H., Richardson, A., Kurscheid, J. M., Laksono, B., Amaral, S., Stewart, D., & Gray, D. J. (2021). The Lancet Regional Health - Western Pacific The double burden of malnutrition and dietary patterns in rural Central Java , Indonesia. *The Lancet Regional Health - Western Pacific*, 14, 100205. <https://doi.org/10.1016/j.lanwpc.2021.100205>
- Megawati, G., & Wiramihardja, S. (2019). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu dalam Mendeteksi dan Mencegah Stunting di Desa Cipacing Jatinagor. *Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 8(3), 154–159. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v8i3.20726>
- Nurulfuadi, Ariani, Hartini, D. A., Aiman, U., Nadila, D., Rakhman, A., & Husna, S. (2021). Permasalahan Gizi pada Anak Balita Pasca Gempa : Studi Kasus di Palu, Sigi, dan Donggala. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 127–134.
- Satyadewi, R., Kurnia, G. M., Ersanti, A. M., & Prasasti, C. I. (2024). Evaluation of the Nutrition Heart Program Through the Four Elements of Community Empowerment Approach. *Amerta Nutrition*, 8(3), 180–189. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i3SP.2024.18>
- Setia, T., & Kartika, C. (2024). Budaya Pantangan dan Pola Asuh Makan dengan Keragaman Pangan dan Status Gizi Balita di Suku Dayak. *Gizi Dietik*, 3(3), 147–155. <https://doi.org/doi.org/10.25182/jigd.2024.3.3.147-155>
- Suastra, W., Bagus, I., & Arnyana, P. (2024). Kearifan Lokal Makanan Tradisional : Tinjauan Etnis dan Fungsinya pada Tradisi Ngaturin di Desa Sembiran, Buleleng, Bali. *Jurnal Gastronomi Indonesia*, 12(1), 82–87. <https://doi.org/10.52352/jgi.v12i.1413>
- Sudargo, T., Wahyuningtyas, R., Prameswari, A. A., Aulia, B., Aristasari, T., & Putri, S. R. (2021). *Budaya Makan dalam Perspektif Kesehatan*. Gajah Mada University Press.

- Supriatiningrum, D. N., Ilahiyah, I., & Salimah, A. (2022). Community Empowerment in Nutrition Improvement with Nutrient- Dense Food Creations Based on Local Food in Gresik Regency. *Community Empowerment*, 7(6), 999–1005. <https://doi.org/https://doi.org/10.31603/ce.6504>
- Susilawati, W. D., Nawawi, M., & Halid, M. (2026). The Association between Nutrition Education Based on Local Wisdom with Family Nutrition Knowledge in West Lombok , Indonesia. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 9(4), 744–756. <https://doi.org/10.56338/mppki.v9i4.9069>
- Widjanarko, B., Husodo, B. T., & Prabamurti, P. N. (2024). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengolahan Makanan Bergizi Bersumber Bahan Pangan Lokal di Desa Kalongan Kabupaten Semarang. *Journal Public Health and Community Service*, 3(1), 9–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jphcs.2024.21759>
- Yulia, C., Rosdiana, D. S., & Nikmawati, E. E. (2023). Developing a nutrition education model based on local wisdom for adolescents to prevent Stunting in the early stage: a preliminary study Pengembangan model edukasi gizi berbasis kearifan lokal bagi remaja dalam mencegah kejadian Stunting sejak dini : stu. *Aceh Nutrition Journal*, 8(4), 666–674.

PROFIL PENULIS



Robiatul Adawiyah, S.K.M., M.K.M.

Ketertarikan penulis terhadap ilmu Kesehatan masyarakat dimulai sejak penulis duduk dibangku kuliah tahun 2017 hingga penulis lulus tahun 2021 di Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya. Penulis juga mengikuti survei-survei Kesehatan dan penelitian-penelitian dosen yang berkaitan dengan Kesehatan masyarakat. Penulis bekerja di puskesmas sebagai promotor Kesehatan semenjak penulis lulus dari S1 sampai tahun 2023.

Semenjak penulis bekerja di puskesmas penulis semakin tertarik pada bidang Kesehatan masyarakat salah satunya memberikan edukasi, pendidikan kesehatan, penyuluhan baik dimasyarakat, sekolah, instansi pemerintah lainnya serta melaksanakan inovasi-inovasi yang dapat dilakukan di wilayah kerja puskesmas kami. Disela-sela kesibukan bekerja penulis memutuskan untuk melanjutkan pendidikan di jenjang S2 fakultas yang sama dengan S1 Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya dan berhasil menyelesaikan studi selama tiga semester atau 1,5 tahun dari 2022-2024. Penulis memiliki bidang kajian terkait Kesehatan masyarakat dan untuk mewujudkan karir penulis sebagai dosen profesional penulis sudah memiliki penelitian di bidang Kesehatan masyarakat yang dipublikasikan. Selain peneliti, penulis juga aktif menulis buku dengan harapan dapat memberikan kontribusi terbaik untuk bangsa dan negara Indonesia yang sangat saya cintai ini. Atas dedikasi dan kerja keras dalam menulis buku.

Email Penulis : robiatula617@gmail.com



BAB 2

KEBUDAYAAN, SISTEM SIMBOL, DAN MAKNA PANGAN DALAM MASYARAKAT

Surya Dewi Puspita, S.ST.,M.Kes.
Politeknik Negeri Jember



Pendahuluan

Pangan merupakan kebutuhan dasar manusia untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi. Namun, dalam kehidupan masyarakat, makanan tidak hanya memiliki fungsi biologis. Cara memilih, mengolah, menyajikan, dan mengonsumsi makanan dipengaruhi oleh nilai, norma, kepercayaan, kebiasaan, serta hubungan sosial. Oleh karena itu, pangan dapat dipahami sebagai bagian dari kehidupan budaya yang mencerminkan berbagai aspek masyarakat, seperti identitas, ritual, ekonomi, dan interaksi sosial (Counihan & Van Esterik, 2013; Mintz & Du Bois, 2002). Pilihan dan selera makan seseorang terbentuk melalui proses belajar sejak masa kanak-kanak, terutama melalui keluarga dan lingkungan sosial. Jenis makanan yang dianggap baik, pantas, disukai, atau harus dihindari dipengaruhi oleh pengalaman, agama, kondisi ekonomi, serta ketersediaan pangan. Dengan demikian, perilaku makan tidak sepenuhnya bersifat individual. Bourdieu (1984) menjelaskan bahwa selera makanan juga dapat berkaitan dengan latar belakang sosial dan modal budaya seseorang.

Indonesia memiliki keragaman budaya yang menyebabkan pangan memiliki makna yang berbeda pada setiap kelompok masyarakat. Makanan tertentu dapat menjadi bagian dari ritual, simbol penghormatan, ungkapan syukur, maupun penanda identitas. Misalnya, tumpeng tidak hanya berfungsi sebagai makanan, tetapi juga dapat memiliki makna simbolik dalam berbagai kegiatan masyarakat. Bentuk, warna, nama, dan cara penyajian makanan dapat mencerminkan nilai serta identitas budaya tertentu (Maulana et al., 2025; Suwandi et al., 2025).

Konsep Kebudayaan dan Pangan

1. Konsep Kebudayaan

Kebudayaan merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Kebudayaan mencakup berbagai pengetahuan, nilai, aturan, kepercayaan, kebiasaan, simbol, serta cara bertindak yang berkembang dan dipelajari dalam kehidupan suatu kelompok masyarakat. Kebudayaan tidak hanya terlihat melalui benda atau kegiatan adat, tetapi juga tercermin dalam cara

seseorang berpikir, mengambil keputusan, berinteraksi, dan menjalankan kehidupan sehari-hari. Geertz (1973) memandang kebudayaan sebagai suatu jaringan makna yang dibangun dan dipahami oleh manusia. Dengan demikian, aktivitas sederhana seperti memasak, makan bersama keluarga, memberikan makanan kepada orang lain, maupun memilih makanan tertentu dapat memiliki arti sosial dan budaya.

Kebudayaan tidak diperoleh sejak seseorang lahir, tetapi terbentuk melalui proses belajar dan pengalaman. Seorang anak secara bertahap mengenal makanan yang biasa dikonsumsi keluarganya, makanan yang dianggap baik, makanan yang tidak disukai, maupun makanan yang memiliki aturan tertentu. Proses tersebut berlangsung melalui keluarga dan lingkungan sosial. Sekolah, teman sebaya, masyarakat, tempat ibadah, pasar, televisi, hingga media sosial turut memberikan pengaruh terhadap pengetahuan dan kebiasaan seseorang. Dalam kehidupan sehari-hari, budaya turut memengaruhi cara masyarakat memandang pangan. Budaya dapat menentukan jenis bahan yang dianggap layak dikonsumsi, cara mendapatkan bahan makanan, teknik pengolahan, waktu makan, cara penyajian, serta orang-orang yang biasanya terlibat dalam kegiatan makan. Bahan pangan yang sama diolah menjadi hidangan yang berbeda karena adanya perbedaan pengetahuan, kebiasaan, sejarah, dan selera masyarakat.

Lingkungan tempat masyarakat tinggal juga berperan dalam membentuk budaya pangan. Masyarakat pesisir umumnya memiliki pengetahuan yang berkaitan dengan hasil laut, sedangkan masyarakat pertanian lebih banyak mengembangkan pengetahuan mengenai tanaman pangan dan hasil pertanian. Kondisi lingkungan tersebut tidak secara otomatis menentukan pola makan, tetapi berinteraksi dengan sejarah, ekonomi, teknologi, perdagangan, dan kebiasaan masyarakat. Perkembangan zaman menyebabkan budaya pangan terus mengalami perubahan. Mobilitas penduduk, perdagangan antardaerah, teknologi pengolahan pangan, industri makanan, dan media digital membuat berbagai jenis makanan semakin mudah dikenal. Makanan yang sebelumnya khas suatu daerah dapat menyebar ke wilayah lain dan mengalami penyesuaian dengan bahan serta selera setempat.

Daftar Pustaka

- Barthes, R. (1972). *Mythologies*. Hill and Wang.
- Bourdieu, P. (1984). *Distinction: A social critique of the judgement of taste*. Harvard University Press.
- Counihan, C., & Van Esterik, P. (Eds.). (2013). *Food and culture: A reader* (3rd ed.). Routledge.
- Douglas, M. (1966). *Purity and danger: An analysis of concepts of pollution and taboo*. Routledge.
- Fischler, C. (1988). Food, self and identity. *Social Science Information*, 27(2), 275–292.
- Geertz, C. (1973). *The interpretation of cultures*. Basic Books.
- Hirzi, M. H., Abida, R. F., Rahmat, & Br Siregar, W. Z. (2025). Makanan ritual dan makna simboliknya: Analisis tradisi kuliner Sego Langgi di Lamongan, Indonesia. *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan*, 20(2), 135–156. <https://doi.org/10.37680/adabiya.v20i2.7220>
- Lévi-Strauss, C. (1964). *The raw and the cooked*. University of Chicago Press.
- Maulana, M. F., Alnizar, F., & Amanulloh, N. (2025). Symbols, identity, and tradition: The linguistic anthropology of Javanese traditional food. *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya*, 27(1), 76–87. <https://doi.org/10.25077/jantro.v27.n1.p76-87.2025>
- Mintz, S. W. (1985). *Sweetness and power: The place of sugar in modern history*. Penguin Books.
- Mintz, S. W., & Du Bois, C. M. (2002). The anthropology of food and eating. *Annual Review of Anthropology*, 31, 99–119.
- Pugra, I. W., Kencanawati, A. A. A. M., & Kurniawan, I. G. W. A. (2025). The cultural significance of traditional foods in shaping Indonesian social identity: Challenges and preservation strategies. *Journal of Language, Literature, Social and Cultural Studies*, 3(1), 21–31. <https://doi.org/10.58881/jllscs.v3i1.318>
- Suwandi, S., Setiyoningsih, T., Ulya, C., Chaesar, A. S. S., Setyawan, E., &

- Zulianto, S. (2025). Tumpeng sebagai simbol: Tinjauan etnolinguistik makna makanan pada tradisi Baritan di Dataran Tinggi Dieng. *Aksara*, 37(2), 395–410. <https://doi.org/10.29255/aksara.v37i2.4909.395-410>
- UNESCO. (2025, January 28). *Foodways: Growing recognition and reinforced safeguarding measures*. UNESCO Intangible Cultural Heritage.

PROFIL PENULIS



Surya Dewi Puspita, S.ST., M.Kes.

Penulis merupakan dosen di Politeknik Negeri Jember dengan bidang keilmuan yang berfokus pada gizi masyarakat. Penulis aktif dalam pelaksanaan Tridharma Perguruan Tinggi yang meliputi kegiatan pengajaran, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Penulis menempuh pendidikan Diploma IV (D4) Kebidanan di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang, Program Studi Kebidanan Jember, kemudian melanjutkan pendidikan Magister (S2) Kesehatan Masyarakat di Universitas Jember (UNEJ). Latar belakang pendidikan tersebut memperkuat kompetensi penulis dalam mengintegrasikan perspektif klinis kebidanan dengan pendekatan kesehatan masyarakat dan ilmu sosial.

Dalam kegiatan akademik, penulis terlibat dalam pengembangan bahan ajar dan modul pembelajaran pada mata kuliah yang berkaitan dengan gizi masyarakat, perilaku kesehatan, komunikasi kesehatan, serta sosiologi dan antropologi kesehatan. Selain itu, penulis juga aktif melakukan penelitian dan publikasi ilmiah di bidang kesehatan masyarakat dan gizi, baik pada jurnal nasional maupun prosiding ilmiah. Melalui buku *Sosiologi dan Antropologi Kesehatan*, penulis berupaya menghadirkan perspektif interdisipliner antara ilmu sosial dan ilmu kesehatan sebagai landasan bagi mahasiswa dan praktisi kesehatan dalam memahami masalah kesehatan secara lebih komprehensif, kritis, dan kontekstual.

Email Penulis: surya_puspita@polije.ac.id



BAB 3

KONSTRUKSI SOSIAL TENTANG MAKANAN: KONSEP *FOOD, FEED,* DAN TABU

Monica H.S Otline Yocku, M.Gz.
Universitas Kristen Satya Wacana



Pendahuluan

Makanan adalah fakta biologis sekaligus fakta sosial: sebagai sumber energi dan zat gizi, ia juga diatur oleh norma tentang apa yang dimakan, kapan, bersama siapa, siapa yang memasak, dan bagaimana cara memakannya (Mintz & Du Bois, 2002; Fischler, 1988). Sebagai omnivora, manusia menghadapi paradoks omnivora, yaitu kebutuhan akan variasi pangan (*neofilia*) yang berjalan beriringan dengan kewaspadaan terhadap racun dan hal baru (*neofobia*). Budaya menengahi paradoks ini melalui aturan masakan (*cuisine*) yang menetapkan mana yang aman, pantas, dan bermakna (Fischler, 1988; Rozin, 1976), sehingga dari ribuan bahan hayati yang secara biologis dapat dimakan, hanya sebagian yang diperlakukan sebagai "makanan". Proses ini dapat dijelaskan melalui teori konstruksi sosial Berger dan Luckmann (1966) yang memuat tiga momen dialektis: eksternalisasi, ketika manusia menciptakan kebiasaan makan, resep, pantangan, dan ritual sebagai produk aktivitasnya; objektivasi, ketika kebiasaan itu mengeras menjadi institusi yang tampak alamiah dan berada di luar individu (misalnya anggapan "belum makan kalau belum makan nasi"); dan internalisasi, ketika aturan tersebut diserap melalui keluarga, sekolah, agama, dan media sehingga selera dan rasa jijik terasa pribadi, spontan, dan "alami". Berangkat dari kerangka ini, kajian ini diarahkan pada tiga pertanyaan kunci: siapa atau apa yang menentukan batas antara *food*, *feed*, dan yang dilarang; bagaimana tabu dan rasa jijik dibentuk, dipertahankan, dan berubah; serta apa konsekuensinya bagi status gizi dan intervensi kesehatan masyarakat.

Fakta Biologis Vs. Fakta Sosial, Tokoh dan Teori Pendukung

Kajian sosiologi dan antropologi pangan memandang makanan sebagai gejala total: ekonomi, simbolik, politis, dan biologis sekaligus (Murcott, 1983; Beardsworth & Keil, 1997; Poulain, 2017). Poulain memakai konsep ruang sosial pangan (siapa makan apa, kapan, dengan siapa, dalam struktur sosial apa). Dalam perspektif antropologi Indonesia, kebiasaan makan termasuk unsur kebudayaan yang diwariskan dan dipelajari (Koentjaraningrat, 2009). Sosiologi pangan kontemporer juga menekankan bahwa praktik makan terkait erat dengan konsumsi, selera, dan kelas (Warde, 1997; Germov & Williams, 2017).

Tabel 3.1 : Perbandingan Teori Utama dan Relevansinya

Tokoh (Karya)	Gagasan Kunci	Relevansi Untuk <i>Food</i>, <i>Feed</i>, Dan <i>Tabu</i>
Berger & Luckmann (1966), <i>The Social Construction of Reality</i>	Realitas sosial dibangun lewat eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi.	Batas <i>food/feed</i> /tabu adalah institusi hasil proses historis yang tampak alamiah.
Lévi-Strauss (1966; 1969), <i>The Culinary Triangle; The Raw and the Cooked</i>	Memasak menandai peralihan alam ke budaya; segitiga mentah–matang–busuk; rebus (endo) vs. panggang (exo); makanan sebagai bahasa bersistem. Hewan "baik untuk dipikirkan" (1963).	Pengolahan sebagai penanda "beradab"; klasifikasi biner (layak/tidak layak) pada pangan dan hewan.
Douglas (1966; 1972), <i>Purity and Danger; Deciphering a Meal</i>	Tabu = "materi di luar tempatnya"; kategori anomali dianggap polutif. Makan punya "tata bahasa" (struktur A + 2B).	Penjelasan larangan babi (Im 11) dan struktur makan nasi–lauk–sayur.
Harris (1974; 1985), <i>Cows, Pigs, Wars, and Witches; Good to Eat</i>	Materialisme budaya: pantangan mencerminkan kalkulasi biaya–manfaat ekologis dan ekonomi (" <i>good to eat</i> " sebelum " <i>good to think</i> ").	Sapi suci di India, babi di Timur Tengah, dan alasan ekologis di balik larangan.
Bourdieu (1984), <i>Distinction</i>	Selera adalah habitus kelas; "selera kebutuhan" vs. "selera kemewahan".	Hierarki pangan: apa yang dianggap "pangan rakyat miskin" atau "hanya pantas untuk hewan".
Barthes (1961/2013), <i>Toward a Psychosociology of Contemporary Food Consumption</i>	Makanan adalah sistem komunikasi yang menandai situasi, aktivitas, dan identitas.	Makna iklan pangan, citra "sehat", "modern", "tradisional".
Fischler (1988; 2011)	Paradoks omnivora; prinsip inkorporasi	Makanan membentuk identitas kelompok; rasa

Daftar Pustaka

- Appadurai, A. (1981). Gastro-politics in Hindu South Asia. *American Ethnologist*, 8(3), 494–511.
- Astuti, M., Meliala, A., Dalais, F. S., & Wahlqvist, M. L. (2000). Tempe, a nutritious and healthy *food* from Indonesia. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 9(4), 322–325.
- Barthes, R. (2013). Toward a psychosociology of contemporary *food* consumption. Dalam C. Counihan & P. Van Esterik (Eds.), *Food and culture: A reader* (3rd ed.). Routledge. (Karya asli diterbitkan 1961)
- Beardsworth, A., & Keil, T. (1997). *Sociology on the menu: An invitation to the study of food and society*. Routledge.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Doubleday.
- Bourdieu, P. (1984). *Distinction: A social critique of the judgement of taste* (R. Nice, Trans.). Harvard University Press. (Karya asli diterbitkan 1979)
- Cassidy, E. S., West, P. C., Gerber, J. S., & Foley, J. A. (2013). Redefining agricultural yields: From tonnes to people nourished per hectare. *Environmental Research Letters*, 8(3), 034015.
- Chakona, G., & Shackleton, C. (2019). *Food* taboos and cultural beliefs influence *food* choice and dietary preferences among pregnant women in the Eastern Cape, South Africa. *Nutrients*, 11(11), 2668.
- Counihan, C. M. (1999). *The anthropology of food and body: Gender, meaning, and power*. Routledge.
- Counihan, C., & Van Esterik, P. (Eds.). (2013). *Food and culture: A reader* (3rd ed.). Routledge.
- Douglas, M. (1966). *Purity and danger: An analysis of concepts of pollution and taboo*. Routledge & Kegan Paul.
- Douglas, M. (1972). Deciphering a meal. *Daedalus*, 101(1), 61–81.
- Durkheim, É. (1995). *The elementary forms of religious life* (K. E. Fields, Trans.). Free Press. (Karya asli diterbitkan 1912)
- Fischler, C. (1988). *Food*, self and identity. *Social Science Information*,

27(2), 275–292.

Fischler, C. (2011). Commensality, society and culture. *Social Science Information*, 50(3–4), 528–548.

Foley, J. A., Ramankutty, N., Brauman, K. A., Cassidy, E. S., Gerber, J. S., Johnston, M., ... Zaks, D. P. M. (2011). Solutions for a cultivated planet. *Nature*, 478, 337–342.

Foster, G. M., & Anderson, B. G. (1978). *Medical anthropology*. Wiley.

Geertz, C. (1960). *The religion of Java*. Free Press.

Germov, J., & Williams, L. (Eds.). (2017). *A sociology of food and nutrition: The social appetite* (4th ed.). Oxford University Press.

Godfray, H. C. J., Beddington, J. R., Crute, I. R., Haddad, L., Lawrence, D., Muir, J. F., ... Toulmin, C. (2010). Food security: The challenge of feeding 9 billion people. *Science*, 327(5967), 812–818.

Goody, J. (1982). *Cooking, cuisine and class: A study in comparative sociology*. Cambridge University Press.

Gustavsson, J., Cederberg, C., Sonesson, U., van Otterdijk, R., & Meybeck, A. (2011). *Global food losses and food waste: Extent, causes and prevention*. Food and Agriculture Organization of the United Nations.

Harris, M. (1966). The cultural ecology of India's sacred cattle. *Current Anthropology*, 7(1), 51–66.

Harris, M. (1974). *Cows, pigs, wars, and witches: The riddles of culture*. Random House.

Harris, M. (1985). *Good to eat: Riddles of food and culture*. Simon & Schuster.

Kalangie, N. S. (1994). *Kebudayaan dan kesehatan: Pengembangan pelayanan kesehatan primer melalui pendekatan sosiobudaya*. Kesaint Blanc.

Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam angka*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.

Koentjaraningrat. (2009). *Pengantar ilmu antropologi*. Rineka Cipta.

Lévi-Strauss, C. (1963). *Totemism* (R. Needham, Trans.). Beacon Press.

- Lévi-Strauss, C. (1966). The culinary triangle (P. Brooks, Trans.). *Partisan Review*, 33(4), 586–595.
- Lévi-Strauss, C. (1969). *The raw and the cooked* (J. Weightman & D. Weightman, Trans.). Harper & Row. (Karya asli diterbitkan 1964)
- Looy, H., Dunkel, F. V., & Wood, J. R. (2014). How then shall we eat? Insect-eating attitudes and sustainable *foodways*. *Agriculture and Human Values*, 31(1), 131–141.
- Messer, E. (1984). Anthropological perspectives on diet. *Annual Review of Anthropology*, 13, 205–249.
- Meyer-Rochow, V. B. (2009). *Food* taboos: Their origins and purposes. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 5, Article 18.
- Mintz, S. W. (1985). *Sweetness and power: The place of sugar in modern history*. Viking.
- Mintz, S. W., & Du Bois, C. M. (2002). The anthropology of *food* and eating. *Annual Review of Anthropology*, 31, 99–119.
- Mottet, A., de Haan, C., Falcucci, A., Tempio, G., Opio, C., & Gerber, P. (2017). Livestock: On our plates or eating at our table? A new analysis of the *feed/food* debate. *Global Food Security*, 14, 1–8.
- Murcott, A. (Ed.). (1983). *The sociology of food and eating*. Gower.
- Owens, J. D. (Ed.). (2015). *Indigenous fermented foods of Southeast Asia*. CRC Press.
- Pelto, G. H., Pelto, P. J., & Messer, E. (Eds.). (1989). *Research methods in nutritional anthropology*. United Nations University.
- Podberscek, A. L. (2009). Good to pet and eat: The keeping and consuming of dogs and cats in South Korea. *Journal of Social Issues*, 65(3), 615–632.
- Popkin, B. M. (2006). Global nutrition dynamics: The world is shifting rapidly toward a diet linked with noncommunicable diseases. *American Journal of Clinical Nutrition*, 84(2), 289–298.
- Poulain, J.-P. (2017). *The sociology of food: Eating and the place of food in society* (A. Dörr, Trans.). Bloomsbury.
- Rahman, F. (2011). *Rijsttafel: Budaya kuliner di Indonesia masa*

- kolonial 1870–1942*. Gramedia Pustaka Utama.
- Rahman, F. (2016). *Jejak rasa Nusantara: Sejarah makanan Indonesia*. Gramedia Pustaka Utama.
- Rappaport, R. A. (1968). *Pigs for the ancestors: Ritual in the ecology of a New Guinea people*. Yale University Press.
- Regenstein, J. M., Chaudry, M. M., & Regenstein, C. E. (2003). The kosher and halal food laws. *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, 2(3), 111–127.
- Rozin, P. (1976). The selection of foods by rats, humans, and other animals. *Advances in the Study of Behavior*, 6, 21–76.
- Rozin, P., & Fallon, A. E. (1987). A perspective on disgust. *Psychological Review*, 94(1), 23–41.
- Rozin, P., Haidt, J., & McCauley, C. R. (2008). Disgust. Dalam M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (3rd ed., pp. 757–776). Guilford Press.
- Rozin, P., Millman, L., & Nemeroff, C. (1986). Operation of the laws of sympathetic magic in disgust and other domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(4), 703–712.
- Rozin, P., & Schiller, D. (1980). The nature and acquisition of a preference for chili pepper by humans. *Motivation and Emotion*, 4(1), 77–101.
- Santos-Torres, M. I., & Vásquez-Garibay, E. (2003). Food taboos among nursing mothers of Mexico. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 21(2), 142–149.
- Simoons, F. J. (1994). *Eat not this flesh: Food avoidances from prehistory to the present* (2nd ed.). University of Wisconsin Press.
- Swasono, M. F. (Ed.). (1998). *Kehamilan, kelahiran, perawatan ibu dan bayi dalam konteks budaya*. UI Press.
- Tilman, D., & Clark, M. (2014). Global diets link environmental sustainability and human health. *Nature*, 515, 518–522.
- Tilman, D., Socolow, R., Foley, J. A., Hill, J., Larson, E., Lynd, L., ... Williams, R. (2009). Beneficial biofuels: The food, energy, and

environment trilemma. *Science*, 325(5938), 270–272.

van Huis, A., Van Itterbeeck, J., Klunder, H., Mertens, E., Halloran, A., Muir, G., & Vantomme, P. (2013). *Edible insects: Future prospects for food and feed security* (FAO Forestry Paper 171). Food and Agriculture Organization of the United Nations.

Warde, A. (1997). *Consumption, food and taste*. Sage.

zu Ermgassen, E. K. H. J., Phalan, B., Green, R. E., & Balmford, A. (2016). Reducing the land use of EU pork production: Where there's swill, there's a way. *Food Policy*, 58, 35–48.

Peraturan perundang-undangan

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang.

Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2009 tentang Kebijakan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan Berbasis Sumber Daya Lokal.

Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2012 tentang Pangan.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2014 tentang Jaminan Produk Halal.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2009 tentang Peternakan dan Kesehatan Hewan.

PROFIL PENULIS



Monica H.S Otlene Yocku, M.Gz.

Ketertarikan penulis terhadap dunia kepenulisan telah tumbuh sejak masa sekolah menengah atas. Pada awalnya, minat tersebut lebih banyak diarahkan pada penulisan sastra, khususnya puisi. Seiring berjalannya waktu, ketertarikan penulis berkembang ke arah penulisan ilmiah yang mulai ditekuni secara serius sejak menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Penulis menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) pada Program Studi Gizi di

Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW). Selanjutnya, penulis melanjutkan pendidikan Magister (S2) pada Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro (UNDIP).

Minat keilmuan penulis berfokus pada bidang gizi molekuler, khususnya dalam memahami interaksi antara faktor genetik, nutrisi, dan penyakit metabolik. Saat ini, penulis berstatus sebagai dosen dan aktif menjalankan kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi, meliputi pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu, penulis juga aktif menulis karya ilmiah dan buku sebagai upaya berkontribusi dalam pengembangan ilmu gizi di Indonesia.

Email Penulis Email Penulis: monica.yocku@uksw.edu



BAB 4

GENDER, PERAN DOMESTIK, DAN PENGAMBILAN KEPUTUSAN GIZI KELUARGA

Indah Ratikasari, S.KM, M.Si.
Universitas Yatsi Madani



Pendahuluan

Di banyak rumah tangga Indonesia, urusan makan terlihat sederhana. Ada yang berbelanja, ada yang memasak, lalu seisi rumah duduk menyantap hidangan. Bila diperhatikan lebih teliti, rangkaian kegiatan itu ternyata penuh dengan keputusan kecil yang berakibat besar. Siapa yang memegang uang belanja minggu ini? Siapa yang memutuskan untuk membeli telur atau cukup mi instan? Siapa yang mengambil lauk lebih dulu, dan siapa yang kebagian sisanya? Jawabannya ikut menentukan apakah seorang ibu hamil mendapat cukup protein atau seorang balita tumbuh sesuai umurnya.

Selama ini program gizi banyak bertumpu pada dua hal: ketersediaan pangan dan pengetahuan ibu. Keduanya penting, tetapi tidak cukup untuk menjelaskan mengapa dua keluarga dengan penghasilan yang mirip bisa memiliki anak dengan status gizi yang berbeda. Antropologi pangan melihat hal ini dari sudut pandang lain. Makanan tidak pernah sampai ke piring dengan sendirinya; makanan berpindah tangan melalui hubungan sosial, dan hubungan itu dibentuk oleh gender, usia, serta kedudukan seseorang di dalam keluarga.

Data nasional menunjukkan bahwa persoalan gizi keluarga masih jauh dari tuntas. Prevalensi *stunting* balita memang turun dari 21,5% pada 2023 (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2024) menjadi 19,8% pada 2024 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Namun, angka tersebut masih di atas target 14% yang dipatok untuk tahun 2024 dalam Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021. Pada kelompok ibu hamil, anemia masih dialami oleh 27,7% responden (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2024). Kedua angka ini menyangkut tubuh perempuan dan anak, dua kelompok yang posisinya di meja makan sering kali paling lemah. Bab ini membahas bagaimana pembagian peran domestik berdasarkan gender ikut membentuk keputusan gizi keluarga, mulai dari konsep dasar hingga kebijakan nasional.

Gender dan Penyediaan Makan Keluarga

Gender dalam bab ini dipahami sebagai konstruksi sosial, yaitu seperangkat harapan masyarakat tentang apa yang pantas dilakukan

oleh laki-laki dan perempuan. Konsep ini berbeda dari jenis kelamin yang bersifat biologis. Dalam urusan pangan, konsep sosial itu sangat terasa: perempuan dianggap wajar mengurus dapur, sementara laki-laki dianggap wajar mencari nafkah. Pembagian ini dipelajari sejak kecil dan diwariskan antargenerasi, sehingga sulit berubah.

1. Penyediaan Makan sebagai Pekerjaan yang Tidak Terlihat

Kajian sosiologi pangan menyebut seluruh pekerjaan yang berkaitan dengan penyediaan makanan bagi keluarga sebagai *foodwork*. Memasak hanyalah ujung dari rangkaian pekerjaan yang jauh lebih panjang, yaitu merencanakan menu, menyesuaikan belanja dengan anggaran, memperhatikan selera tiap anggota keluarga, hingga membujuk anak yang sakit agar tetap mau makan. Wawancara mendalam dengan 60 ibu di Amerika Serikat memperlihatkan kuatnya keyakinan bahwa ibu yang baik adalah ibu yang mencurahkan kerja pangan secara intensif, keyakinan yang oleh Brenton (2017) disebut ideologi pemberian makan intensif. Tuntutan ini paling berat dirasakan oleh ibu dari keluarga berpenghasilan rendah, yang harus memenuhi standar tersebut dengan waktu dan uang yang terbatas (Bowen dkk., 2019). Karena dipandang sebagai ungkapan kasih sayang seorang ibu, pekerjaan ini jarang dianggap sebagai kerja, sehingga beban mental dan waktu yang dicurahkan perempuan untuk urusan pangan nyaris tidak pernah dihitung.

Ketika seorang balita mengalami gizi kurang, penjelasan yang paling cepat muncul biasanya "pengetahuan ibu rendah". Penjelasan itu bisa benar, tetapi sering tidak lengkap. Bayangkan seorang ibu yang bekerja sebagai buruh pabrik dengan sistem sif. Ia mungkin tahu bahwa anaknya perlu lauk hewani setiap hari, tetapi waktu, tenaga, dan uang yang tersedia tidak selalu memungkinkan pengetahuan itu dijalankan.

2. Penyediaan Makan sebagai Penjaga Gerbang Pangan

Konsep lain yang banyak dipakai dalam pendidikan gizi adalah penjaga gerbang pangan (*gatekeeper*), yaitu anggota keluarga yang paling menentukan makanan apa yang dibeli, diolah, dan disajikan di rumah. Konsep ini berakar pada penelitian psikolog sosial Kurt

Daftar Pustaka

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2024). *Hasil utama Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan nasional Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Badan Pusat Statistik. (2025a). *Indeks ketimpangan gender 2024*. Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik. (2025b). *Keadaan angkatan kerja di Indonesia Agustus 2025*. Badan Pusat Statistik.
- Basnet, S., Frongillo, E. A., Nguyen, P. H., Moore, S., & Arabi, M. (2020). Associations of maternal resources with care behaviours differ by resource and behaviour. *Maternal & Child Nutrition*, 16(3), Article e12977. <https://doi.org/10.1111/mcn.12977>
- Bowen, S., Brenton, J., & Elliott, S. (2019). *Pressure cooker: Why home cooking won't solve our problems and what we can do about it*. Oxford University Press.
- Brenton, J. (2017). The limits of intensive feeding: Maternal foodwork at the intersections of race, class, and gender. *Sociology of Health & Illness*, 39(6), 863–877. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.12547>
- Diana, R., Rachmayanti, R. D., Anwar, F., Khomsan, A., Christianti, D. F., & Kusuma, R. (2018). Food taboos and suggestions among Madurese pregnant women: A qualitative study. *Journal of Ethnic Foods*, 5(4), 246–253. <https://doi.org/10.1016/j.jef.2018.10.006>
- Doss, C. R., & Quisumbing, A. R. (2020). Understanding rural household behavior: Beyond Boserup and Becker. *Agricultural Economics*, 51(1), 47–58. <https://doi.org/10.1111/agec.12540>
- Doss, C., & Quisumbing, A. R. (2021). Gender, household behavior, and rural development. Dalam K. Otsuka & S. Fan (Ed.), *Agricultural development: New perspectives in a changing world* (hlm. 503–528). International Food Policy Research Institute.

https://doi.org/10.2499/9780896293830_15

- Heckert, J., Olney, D. K., & Ruel, M. T. (2019). Is women's empowerment a pathway to improving child nutrition outcomes in a nutrition-sensitive agriculture program?: Evidence from a randomized controlled trial in Burkina Faso. *Social Science & Medicine*, 233, 93–102. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.05.016>
- Jones, R., Haardörfer, R., Ramakrishnan, U., Yount, K. M., Miedema, S., & Girard, A. W. (2019). Women's empowerment and child nutrition: The role of intrinsic agency. *SSM - Population Health*, 9, Article 100475. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2019.100475>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025, 26 Mei). *SSGI 2024: Prevalensi stunting nasional turun menjadi 19,8%*. <https://kemkes.go.id/id/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-menjadi-198>
- Kompas.com. (2025, 22 April). *Tingkatkan peran ayah dalam keluarga, Menteri Wihaji luncurkan program GATI*. <https://kilaskementerian.kompas.com/kemendukbangga-bkkbn/read/2025/04/22/20550801/tingkatkan-peran-ayah-dalam-keluarga-menteri-wihaji-luncurkan-program-gati>
- Malapit, H., Quisumbing, A., Meinzen-Dick, R., Seymour, G., Martinez, E. M., Heckert, J., Rubin, D., Vaz, A., Yount, K. M., & GAAP2 Study Team. (2019). Development of the project-level Women's Empowerment in Agriculture Index (pro-WEAI). *World Development*, 122, 675–692. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2019.06.018>
- Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting. (2021). Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2021 Nomor 172.
- Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 115 Tahun 2025 tentang Tata Kelola Penyelenggaraan Program Makan Bergizi Gratis. (2025). Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2025 Nomor 183.
- Rahmawati, W., van der Pligt, P., Willcox, J. C., & Worsley, A. F. (2021). Sources of nutrition information for Indonesian women during

- pregnancy: How is information sought and provided? *Public Health Nutrition*, 24(12), 3859–3869. <https://doi.org/10.1017/S1368980021002317>
- Rempel, L. A., Rempel, J. K., & Moore, K. C. (2017). Relationships between types of father breastfeeding support and breastfeeding outcomes. *Maternal & Child Nutrition*, 13(3), Article e12337. <https://doi.org/10.1111/mcn.12337>
- Santoso, M. V., Kerr, R. B., Hoddinott, J., Garigipati, P., Olmos, S., & Young, S. L. (2019). Role of women's empowerment in child nutrition outcomes: A systematic review. *Advances in Nutrition*, 10(6), 1138–1151. <https://doi.org/10.1093/advances/nmz056>
- Silaen, R. S., Novayelinda, R., & Zukhra, R. M. (2022). Hubungan dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif. *Holistic Nursing and Health Science*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.14710/hnhs.5.1.2022.1-10>
- Somaiah, B. C., & Yeoh, B. S. A. (2023). Grandparenting left-behind children in Javanese migrant-sending villages: Trigenerational care circuits and the negotiation of care. *Geoforum*, 143, Article 103767. <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2023.103767>
- Vaezghasemi, M., Öhman, A., Ng, N., Hakimi, M., & Eriksson, M. (2020). Concerned and conscious, but defenceless: The intersection of gender and generation in child malnutrition in Indonesia: A qualitative grounded theory study. *Global Health Action*, 13(1), Article 1744214. <https://doi.org/10.1080/16549716.2020.1744214>
- Wijayaratne, S. P., Westberg, K., Reid, M., & Worsley, A. (2020). A qualitative study exploring the dietary gatekeeper's food literacy and barriers to healthy eating in the home environment. *Health Promotion Journal of Australia*. <https://doi.org/10.1002/hpja.398>

PROFIL PENULIS



Indah Ratikasari, S.KM, M.Si.

Penulis adalah akademisi yang berfokus pada pengembangan ilmu gizi melalui pendidikan, penelitian, dan pengabdian. Latar belakang pendidikan yang ditempuh hingga jenjang pascasarjana menjadi fondasi dalam mengkaji isu-isu keilmuan secara sistematis dan aplikatif. Penulis menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) pada Peminatan Gizi Program Studi Kesehatan Masyarakat di UIN Syarif

Hidayatullah Jakarta, yang menjadi landasan awal dalam memahami keterkaitan antara gizi, pangan, dan kesehatan. Pendidikan magister (S2) kemudian ditempuh pada Program Studi Ilmu Gizi di Institut Pertanian Bogor (IPB), yang memperkuat pendekatan ilmiah penulis dalam kajian gizi, perilaku makan, dan kesehatan masyarakat. Saat ini, penulis berprofesi sebagai dosen gizi di Universitas Yatsi Madani. Selain aktif sebagai pendidik, penulis juga terlibat dalam berbagai kegiatan penulisan buku maupun artikel ilmiah. Bagi penulis, menulis merupakan sarana refleksi sekaligus kontribusi untuk menghadirkan ilmu gizi yang aplikatif, kontekstual, dan relevan dengan kebutuhan masyarakat. Karya-karya yang dihasilkan diharapkan dapat menjadi referensi yang relevan, kontekstual, dan berkelanjutan.

Email Penulis: indahratikasari@gmail.com



BAB 5

MAKANAN DALAM RITUAL, KEPERCAYAAN, DAN PERAYAAN KEAGAMAAN

Rusdiarti, SST., M.Gz.
Politeknik Negeri Jember



Pendahuluan

Pangan menyediakan energi dan zat gizi yang dibutuhkan tubuh, tetapi kebudayaan turut membentuk pemahaman masyarakat tentang bahan yang layak dikonsumsi, teknik pengolahan yang dianggap tepat, waktu penyajian, pihak yang diperbolehkan menyantapnya, serta keadaan yang membuat suatu hidangan dipandang sesuai. Oleh karena itu, pemahaman mengenai makanan perlu mencakup komposisi zat gizinya sekaligus makna simbolik dan relasi sosial yang menyertainya.

Antropologi gizi mempelajari keterhubungan antara kebiasaan makan, keadaan gizi, lingkungan, perjalanan sejarah, kondisi ekonomi, dan kebudayaan. Melalui pendekatan biokultural, aspek biologis dan tatanan sosial-budaya dipahami sebagai unsur yang saling memengaruhi, bukan sebagai ranah yang terpisah (Ulijaszek, 2024). Kerangka ini relevan bagi Indonesia, yang memiliki keragaman etnis, bahasa, adat istiadat, dan agama. Dalam konteks tersebut, sebuah hidangan dapat dimaknai secara berlainan oleh komunitas yang berbeda, bahkan oleh keluarga yang tinggal dalam lingkungan sosial serupa.

Praktik menyajikan tumpeng dalam selamatannya, menghidangkan ketupat ketika Idulfitri, menyiapkan makanan untuk berbuka puasa, menjamu kerabat pada hari raya, serta menyediakan makanan dalam upacara tertentu memperlihatkan beragam peran sosial dan simbolik pangan. Hidangan dapat mengungkapkan rasa syukur, menegaskan identitas, membangun kebersamaan, atau merepresentasikan kepatuhan terhadap keyakinan. Pengetahuan mengenai dimensi tersebut membantu nutrisisionis merancang edukasi dan intervensi yang berangkat dari kehidupan nyata masyarakat.

Makanan dalam Ritual

Ritual merupakan rangkaian tindakan yang dilakukan menurut pola tertentu dan mempunyai makna bagi individu atau kelompok. Ritual dapat berkaitan dengan agama, siklus kehidupan, pertanian, penyembuhan, atau peristiwa sosial. Dalam ritual, makanan dapat berfungsi sebagai simbol, persembahan, sarana berbagi, penanda identitas, serta pengikat solidaritas.

Proses memilih bahan, memasak, menyusun hidangan, mengucapkan doa, membagikan, dan memakan makanan dapat menjadi satu kesatuan ritual. Oleh sebab itu, analisis antropologi tidak cukup bertanya makanan apa yang disajikan. Pertanyaan lain yang penting ialah siapa yang menyiapkan, siapa yang menerima terlebih dahulu, kapan makanan dimakan, aturan apa yang harus diikuti, dan bagaimana pelaku ritual menjelaskan maknanya.

Tabel 5.1 : Fungsi Makanan dalam Ritual

Fungsi makanan dalam ritual	Penjelasan
Fungsi religius dan spiritual	Makanan menjadi bagian dari ibadah, persembahan, atau hubungan manusia dengan yang sakral.
Fungsi sosial dan kebersamaan	Makan bersama mempererat hubungan sosial dan solidaritas kelompok.
Fungsi identitas budaya	Praktik makanan menegaskan identitas dan nilai yang dianut suatu kelompok.
Fungsi kekerabatan dan pewarisan nilai	Berbagi makanan dalam ritual memperkuat hubungan keluarga dan meneruskan nilai budaya.
Fungsi simbolis	Makanan dan cara penyajiannya menyampaikan makna yang berkaitan dengan keyakinan dan hubungan sosial.

Sumber: (Avieli & Markowitz, 2024; Brumberg-Kraus, 2024; Darmanto, 2025)

Contoh dari Jawa Timur adalah tradisi Sego Langgi di Sendangduwur, Lamongan, yang dikaji sebagai makanan ritual dengan makna simbolik dan hubungan dengan nilai religius, solidaritas komunal, serta identitas budaya (Hirzi dkk., 2025). Contoh lain ialah kenduri dan sedekah bumi, yang dapat menghubungkan rasa syukur, hubungan sosial, dan pemaknaan terhadap lingkungan. Fungsi serta makna masing-masing tradisi perlu ditelusuri melalui kajian lokal, karena istilah dan praktik yang sama dapat memiliki penafsiran berbeda.

Daftar Pustaka

- Anyanwu, O. A., Naumova, E. N., Chomitz, V. R., Zhang, F.-F., Chui, K., Kartasurya, M. I., & Foltz, S. C. (2022). The Socio-Ecological Context of the Nutrition Transition in Indonesia: A Qualitative Investigation of Perspectives from Multi-Disciplinary Stakeholders. *Nutrients*, 15(1), 25. <https://doi.org/10.3390/nu15010025>
- Avieli, N., & Markowitz, F. (Ed.). (2024). *Eating religiously: Food and faith in the 21st century*. Routledge.
- Brumberg-Kraus, J. (2024). *Food and Religious Rituals*. Dalam D. Goldstein (Ed.), *Oxford Research Encyclopedia of Food Studies* (1 ed.). Oxford University Press New York, NY. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780197762530.013.21>
- Darmanto, D. (2025). Eating, sharing, and mutuality of being among the mentawai on Siberut Island, Indonesia. *Food, Culture & Society*, 28(3), 546–572. <https://doi.org/10.1080/15528014.2024.2359773>
- Desjardins, M. (2022). Religious *food* guidance. *Canadian Food Studies / La Revue Canadienne Des Études Sur l'alimentation*, 9(1). <https://doi.org/10.15353/cfs-rcea.v9i1.514>
- Molina, A. (2024). *Food* Taboo on Mothers during Pregnancy in Aceh Tribe. *Indonesian Journal of Medical Anthropology*, 5(1), 29–33. <https://doi.org/10.32734/ijma.v5i1.12304>
- Muhammad Hilman Hirzi, Abida, R. F., Rahmat, & Br Siregar, W. Z. (2025). Makanan Ritual dan Makna Simboliknya: Analisis Tradisi Kuliner Sego Langgi di Lamongan, Indonesia: Ritual Meals and Its Symbolic Meaning: Analyses of Culinary Tradition Sego Langgi in Lamongan, Indonesia. *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan*, 20(2), 135–156. <https://doi.org/10.37680/adabiya.v20i2.7220>
- Olajide, B. R., Van Der Pligt, P., & McKay, F. H. (2024). Cultural *food* practices and sources of nutrition information among pregnant and postpartum migrant women from low- and middle-income countries residing in high income countries: A systematic review. *PLOS ONE*, 19(5), e0303185.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303185>

Sulistyorini, D., Kako, M., Ehsanul Huq, K. A. T. M., Shaluhiah, Z., & Moriyama, M. (2025). Exploring cultural factors contributing maternal mortality among pregnant women: An ethnographic study in the Banjarnegara community, Central Java, Indonesia. *Frontiers in Global Women's Health*, 6, 1677072. <https://doi.org/10.3389/fgwh.2025.1677072>

Trabelsi, K., Ammar, A., Boujelbane, M. A., Puce, L., Garbarino, S., Scoditti, E., Boukhris, O., Khanfir, S., Clark, C. C. T., Glenn, J. M., Alhaj, O. A., Jahrami, H., Chtourou, H., & Bragazzi, N. L. (2022). Religious fasting and its impacts on individual, public, and planetary health: Fasting as a “religious health asset” for a healthier, more equitable, and sustainable society. *Frontiers in Nutrition*, 9, 1036496. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1036496>

Ulijaszek, S. (2024). Nutritional anthropology in the world. *Journal of Physiological Anthropology*, 43(1), 10. <https://doi.org/10.1186/s40101-023-00345-0>

PROFIL PENULIS



Rusdiarti, SST., M.Gz.

Penulis merupakan dosen di Politeknik Negeri Jember dengan bidang kepakaran Gizi Masyarakat. Penulis memiliki minat dalam bidang pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan pengembangan ilmu gizi dan peningkatan kualitas kesehatan masyarakat. Penulis telah menyelesaikan pendidikan Diploma IV Bidan Pendidik di STIKES Insan Unggul

Surabaya pada tahun 2009, kemudian melanjutkan pendidikan magister pada Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Sebelas Maret, dan lulus pada tahun 2018.

Dalam menjalankan tugas sebagai dosen, penulis berkomitmen untuk mengembangkan ilmu gizi melalui penyusunan bahan ajar, pengembangan ilmu pengetahuan, serta penerapan hasil penelitian dalam pembelajaran dan pemberdayaan masyarakat. Penulis juga menaruh perhatian pada pengembangan inovasi pangan berbasis potensi lokal sebagai upaya mendukung pemanfaatan sumber daya pangan dan peningkatan pengetahuan gizi masyarakat. Melalui kegiatan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat, penulis berharap dapat berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran gizi serta mendukung terwujudnya masyarakat yang sehat, mandiri, dan berdaya melalui pendekatan gizi yang ilmiah, kontekstual, dan berkelanjutan.

Email Penulis: rusdiarti@polije.ac.id



BAB 6

TABU PANGAN, MITOS, DAN KEPERCAYAAN IBU HAMIL SERTA MENYUSUI

Qoni Oktanti, M.Kes.
Universitas Jenderal Soedirman



Konsep Tabu Pangan, Mitos, dan Kepercayaan

Tabu pangan (*food taboo*) merupakan seperangkat aturan sosial, budaya, atau keagamaan yang mengatur jenis makanan yang diperkenankan dan tidak diperkenankan untuk dikonsumsi oleh individu atau kelompok tertentu, baik secara umum maupun pada tahap kehidupan tertentu, seperti pada masa kehamilan, persalinan, menyusui, dan masa kanak-kanak. Aturan tersebut dapat mencakup larangan terhadap jenis bahan pangan tertentu, bagian tubuh tertentu dari hewan yang akan dikonsumsi, cara pengolahan, maupun waktu dan situasi ketika makanan dikonsumsi. Tabu pangan tidak selalu didasarkan pada pertimbangan kandungan gizi atau keamanan pangan, tetapi dapat berkaitan dengan keyakinan tentang kesucian bahan pangan, bahaya, identitas kelompok, serta makna simbolis makanan dalam masyarakat (Meyer-Rochow, 2009; OpenStax, 2022). Dalam konteks antropologi pangan, tabu pangan perlu dipahami sebagai bagian dari sistem nilai yang diwariskan melalui keluarga, tokoh masyarakat, agama, dan interaksi sosial, sehingga kepatuhan terhadapnya dapat menjadi bentuk penghormatan terhadap tradisi sekaligus cara mempertahankan identitas budaya.

Istilah pantangan makanan (*food restriction*) berkaitan dengan tindakan menghindari atau membatasi konsumsi makanan tertentu. Pantangan dapat menjadi bagian dari tabu pangan, tetapi keduanya tidak sepenuhnya identik. Pantangan makanan juga dapat diterapkan karena alasan medis, seperti alergi terhadap kacang, intoleransi laktosa, atau pembatasan zat gizi tertentu berdasarkan kondisi klinis dan anjuran tenaga kesehatan. Pantangan terhadap makanan juga dapat bersumber dari pertimbangan keselamatan pangan, misalnya menghindari daging yang tidak matang sempurna, susu yang tidak dipasteurisasi, atau makanan yang disimpan pada suhu tidak aman. WHO menekankan lima prinsip utama keamanan pangan, yaitu menjaga kebersihan, memisahkan bahan mentah dan matang, memasak hingga matang, mempertahankan suhu penyimpanan yang aman, serta menggunakan air dan bahan baku yang aman (World Health Organization [WHO], 2006). Dengan demikian, pantangan yang memiliki dasar medis atau keselamatan pangan didasarkan pada risiko yang dapat dijelaskan melalui bukti ilmiah, meskipun penerapannya tetap perlu disesuaikan dengan kondisi individu.

Mitos pangan merupakan narasi atau anggapan yang dipercaya masyarakat mengenai sifat, manfaat, bahaya, atau akibat mengonsumsi makanan tertentu, hubungan sebab-akibat dari kepercayaan atau mitos yang diyakini belum tentu didukung oleh bukti ilmiah yang memadai. Mitos pangan dapat berupa keyakinan bahwa makanan tertentu akan menyebabkan kelainan pada janin, mempersulit persalinan, atau membawa akibat buruk bagi anggota keluarga apabila dikonsumsi pada waktu tertentu. Mitos tersebut dapat menjadi dasar terbentuknya pantangan makanan ketika keyakinan itu diterjemahkan menjadi larangan konsumsi. Adapun kepercayaan tradisional merupakan sistem keyakinan yang berkembang dan diwariskan antargenerasi, yang dapat mencakup pandangan mengenai hubungan makanan dengan kesehatan, kehamilan, kesuburan, keseimbangan tubuh, alam, dan kehidupan spiritual. Kepercayaan tradisional memiliki cakupan lebih luas daripada mitos pangan karena dapat mencakup nilai, ritual, norma sosial, dan praktik perawatan kesehatan yang tidak selalu berkaitan dengan larangan makan. Keempat konsep tersebut saling berhubungan, tetapi perlu dibedakan berdasarkan fokusnya: tabu pangan menekankan aturan mengenai makanan yang boleh atau tidak boleh dikonsumsi; pantangan makanan menekankan tindakan pembatasan; mitos pangan merujuk pada narasi atau anggapan yang mendasarinya; sedangkan kepercayaan tradisional merupakan sistem nilai yang dapat melatarbelakangi aturan dan praktik tersebut (Meyer-Rochow, 2009; Sholihah & Sartika, 2014).

Perbedaan penting dalam mengkaji praktik tersebut adalah membedakan pantangan yang berlandaskan bukti medis atau keselamatan pangan dari larangan yang terutama berlandaskan simbolisme dan norma budaya. Pantangan berbasis medis atau keamanan pangan memiliki alasan yang dapat diverifikasi, misalnya risiko infeksi akibat konsumsi pangan yang terkontaminasi, reaksi alergi, atau kebutuhan pengaturan diet pada penyakit tertentu. Sebaliknya, larangan yang bersifat simbolis dapat didasarkan pada kemiripan bentuk makanan dengan bagian tubuh, anggapan bahwa makanan tertentu memiliki sifat panas atau dingin, atau keyakinan bahwa makanan akan memengaruhi karakter dan kondisi janin.

Daftar Pustaka

- Bhanbhro, S., Kamal, T., Diyo, R. W., Lipoeto, N. I., & Soltani, H. (2020). Factors affecting maternal nutrition and health: A qualitative study in a matrilineal community in Indonesia. *PLOS ONE*, 15(6), e0234545. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0234545>
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (2026) 'Maternal Diet and Breastfeeding'. Available at: <https://www.cdc.gov/breastfeeding-special-circumstances/hcp/diet-micronutrients/maternal-diet.html> (Accessed: 11 October 2026).
- Jayadi, Y. I., Dewi, N. U., Rahmawati, Hermiyanty, Herman, & Syahrir, S. (2020). *Food taboo among pregnant women and children in the Kaili tribe Palu City, Indonesia*. *Enfermería Clínica*, 30(Supplement 4), 109–113. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.10.052>
- Köhler, R., Sae-tan, S., Lambert, C. and Biesalski, H.K. (2018) 'Plant-based *food* taboos in pregnancy and the postpartum period in Southeast Asia – a systematic review of literature', *Nutrition & Food Science*, 48(6), pp. 949–961. <https://doi.org/10.1108/NFS-02-2018-0059>.
- Köhler, R., Lambert, C. and Biesalski, H.K. (2019) 'Animal-based *food* taboos during pregnancy and the postpartum period of Southeast Asian women – A review of literature', *Food Research International*, 115, pp. 480–486. <https://doi.org/10.1016/j.foodres.2018.10.026>
- Meyer-Rochow, V. B. (2009). *Food* taboos: Their origins and purposes. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 5, Article 18. <https://doi.org/10.1186/1746-4269-5-18>
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine (NASEM) (2020) *Nutrition During Pregnancy and Lactation: Exploring New Evidence*. Washington, DC: The National Academies Press.
- Rahmawati, W., van der Pligt, P., Willcox, J. C., & Worsley, A. F. (2021). Sources of nutrition information for Indonesian women during pregnancy: How is information sought and provided? *Public Health Nutrition*, 24(12), 3859–3869. <https://doi.org/10.1017/S1368980021002317>

- Rocío de Diego-Cordero, Estefanía Rivilla-Garcia, Desireé Diaz-Jimenez, Giancarlo Lucchetti, Bárbara Badanta, The role of cultural beliefs on eating patterns and *food* practices among pregnant women: a systematic review, *Nutrition Reviews*, Volume 79, Issue 9, September 2021, Pages 945–963, <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuaa119>
- Sholihah, L. A., & Sartika, R. A. D. (2014). Makanan tabu pada ibu hamil suku Tengger. *Kesmas: National Public Health Journal*, 8(7), 313–318. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v0i0.372>
- Sulistyorini, D., Kako, M., Huq, K. A. T. M. E., Shaluhiah, Z., & Moriyama, M. (2025). Exploring cultural factors contributing maternal mortality among pregnant women: An ethnographic study in the Banjarnegara community, Central Java, Indonesia. *Frontiers in Global Women's Health*, 6. <https://doi.org/10.3389/fgwh.2025.1677072>
- U.S. Food and Drug Administration and U.S. Environmental Protection Agency (2021) Advice About Eating Fish. Available at: <https://www.fda.gov/food/consumers/advice-about-eating-fish> (Accessed: 11 October 2026).
- World Health Organization. (2006). Five keys to safer *food* manual. WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241594639>
- World Health Organization (WHO) (2016) WHO Recommendations on Antenatal Care for a Positive Pregnancy Experience. Geneva: World Health Organization. Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241549912>

PROFIL PENULIS



Qoni Oktanti, M.Kes.

Penulis merupakan akademisi di bidang kesehatan, khususnya bidang kesehatan reproduksi. Penulis mengambil studi pada jenjang sarjana jurusan Ilmu Kebidanan pada tahun 2010, kemudian melanjutkan program profesi Bidan pada tahun 2015-2016 di Universitas Brawijaya. Karena ketertarikan penulis di bidang Kesehatan Reproduksi, penulis melanjutkan Kembali ke perguruan tinggi dan berhasil menyelesaikan studi S2 di Universitas Airlangga Jurusan Ilmu Kesehatan Reproduksi dan lulus pada tahun 2021.

Dengan latar belakang pendidikan tersebut, penulis saat ini aktif sebagai pengajar pada peminatan Kesehatan Reproduksi di Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman. Keikutsertaan dalam penulisan buku chapter dilakukan untuk mewujudkan amanah sebagai dosen professional, selain itu penulis aktif melakukan aktivitas penelitian dan penulisan karya tulis ilmiah, pengabdian kepada masyarakat, serta pengajaran. Terhadap peningkatan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan reproduksi mendorongnya untuk terus menulis, mengajar, dan berbagi ilmu melalui berbagai media, termasuk buku ini. Seluruh kegiatan ini dilakukan sebagai upaya penulis untuk senantiasa belajar sebagai sumber energi untuk Amanah mengajar. Sedikit kata yang memotivasi penulis *"I'm hopeless to myself but I'm hopefull to Allah."*

Email Penulis: qoni.oktanti@unsoed.ac.id



BAB 7

KEBIASAAN MAKAN ANAK, PENGASUHAN TRADISIONAL, DAN STATUS GIZI

Dahlia Indah Amareta, S.K.M, M.Gizi.
Politeknik Negeri Jember



Konsep Makan dalam Kebudayaan Masyarakat

Salah satu aspek penting dalam antropologi pangan adalah bahwa masyarakat memiliki konsep sendiri mengenai apa yang disebut sebagai “makan”. Konsep tersebut dapat berbeda antara satu kelompok budaya dengan kelompok lainnya.

Penelitian terhadap masyarakat Madura menunjukkan contoh yang sangat jelas. Dalam komunitas yang diteliti, konsep “makan” sangat kuat dikaitkan dengan makan nasi. Makan dianggap belum lengkap apabila belum mengonsumsi nasi, sedangkan lauk dapat memiliki posisi sekunder. Konsep tersebut kemudian dapat memengaruhi praktik pemberian makanan anak dan berkontribusi terhadap pola makan yang kurang beragam. Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa keragaman pangan secara biologis tidak selalu sama dengan keragaman pangan secara kultural.

Bagi ahli gizi, makanan yang beragam berarti adanya variasi kelompok pangan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi. Namun, bagi masyarakat, makanan yang dianggap “lengkap” dapat memiliki definisi yang berbeda. Misalnya: “Anak sudah makan karena sudah makan nasi.” Pernyataan sederhana tersebut dapat memiliki implikasi besar terhadap penilaian kecukupan pangan. Anak mungkin merasa kenyang karena mengonsumsi nasi dalam jumlah cukup, tetapi belum tentu memperoleh protein hewani, zat besi, zinc, vitamin A, dan mikronutrien lainnya dalam jumlah memadai.

Tahapan Pembentukan Kebiasaan Makan Anak

Kebiasaan makan anak merupakan pola perilaku konsumsi pangan yang terbentuk melalui proses belajar, pengalaman sensorik, pengasuhan, interaksi sosial, dan paparan terhadap lingkungan pangan. Kebiasaan tersebut meliputi pemilihan jenis makanan, preferensi rasa, frekuensi dan waktu makan, jumlah makanan yang dikonsumsi, penerimaan terhadap tekstur, serta respons anak terhadap rasa lapar dan kenyang.

Secara biologis, anak memiliki kecenderungan bawaan terhadap rasa tertentu. Namun, penerimaan terhadap makanan tertentu juga berkembang melalui pengalaman berulang. Anak mempelajari makanan apa yang dianggap enak, aman, sehat, pantas dikonsumsi,

atau bahkan dilarang melalui interaksi dengan orang tua, anggota keluarga, teman sebaya, dan masyarakat.

Budaya berperan dalam membentuk proses tersebut melalui kebiasaan memasak, pemilihan bahan pangan, pembagian makanan dalam keluarga, pantangan pangan, serta konsep masyarakat mengenai makanan yang dianggap mencukupi kebutuhan anak. Sebagai contoh, suatu keluarga dapat menganggap nasi sebagai unsur utama yang menentukan apakah seorang anak sudah makan, sedangkan lauk dan sayuran diposisikan sebagai pelengkap. Konsep semacam ini dapat memengaruhi keragaman makanan yang dikonsumsi anak.

1. Pengalaman Rasa Sejak Dalam Kandungan

Pembentukan preferensi makanan dapat dimulai sebelum anak dilahirkan. Selama kehamilan, janin terpapar berbagai rasa yang berasal dari makanan yang dikonsumsi ibu melalui cairan ketuban. Paparan tersebut menjadi salah satu pengalaman sensorik awal yang berpotensi memengaruhi penerimaan rasa setelah kelahiran.

Spahn et al. (2019), melalui tinjauan sistematis mengenai pengaruh pola makan ibu terhadap perpindahan rasa ke cairan ketuban dan ASI, membahas bukti bahwa paparan rasa sejak masa prenatal dan selama menyusui dapat berkontribusi terhadap respons anak terhadap makanan. Namun, pengaruhnya tidak bersifat mutlak karena penerimaan makanan juga dipengaruhi oleh pengalaman setelah lahir, faktor biologis, dan lingkungan keluarga.

Mekanisme ini memperlihatkan bahwa pengalaman makan tidak dimulai ketika anak pertama kali mengonsumsi makanan padat. Sebelum tahap tersebut, anak telah memperoleh pengalaman sensorik yang dapat menjadi bagian dari proses pembentukan preferensi makan anak sehingga kualitas dan keragaman pangan ibu selama kehamilan dan menyusui relevan bukan hanya bagi pemenuhan kebutuhan gizi ibu dan anak, tetapi juga sebagai bagian dari lingkungan pengalaman rasa awal anak.

2. Periode Menyusui Dan Pembelajaran Rasa

ASI merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi pada awal kehidupan sekaligus bagian dari proses pengenalan rasa. Komposisi dan karakteristik rasa ASI dapat berubah sesuai dengan

Daftar Pustaka

- Black, M. M., & Hurley, K. M. (2017). Responsive *feeding*: Strategies to promote healthy mealtime interactions. Nestlé Nutrition Institute Workshop Series, 87, 153–165. <https://doi.org/10.1159/000448965>
- Litchford, A., Savoie Roskos, M. R., & Wengreen, H. (2020). Influence of fathers on the *feeding* practices and behaviors of children: A systematic review. *Appetite*, 147, Article 104558. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104558>
- Martin, S. L., McCann, J. K., Gascoigne, E., Allotey, D., Fundira, D., & Dickin, K. L. (2021). Engaging family members in maternal, infant and young child nutrition activities in low- and middle-income countries: A systematic scoping review. *Maternal & Child Nutrition*, 17(Suppl. 1), Article e13158. <https://doi.org/10.1111/mcn.13158>
- Nidaa, I., & Krianto, T. (2022). Scoping review: Faktor sosial budaya terkait pemberian ASI eksklusif di Indonesia. *Jurnal Litbang Kota Pekalongan*, 20(1). <https://doi.org/10.54911/litbang.v20i1.190>
- Pérez-Escamilla, R., Jimenez, E. Y., & Dewey, K. G. (2021). Responsive *feeding* recommendations: Harmonizing integration into dietary guidelines for infants and young children. *Current Developments in Nutrition*, 5(6), Article nzab076. <https://doi.org/10.1093/cdn/nzab076>
- Spahn, J. M., Callahan, E. H., Spill, M. K., Wong, Y. P., Benjamin-Neelon, S. E., Birch, L. L., & Black, M. M. (2019). Influence of maternal diet on flavor transfer to amniotic fluid and breast milk and children's responses: A systematic review. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 109(Suppl. 7), 1003S–1026S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy240>
- Spill, M. K., Callahan, E., Johns, K., Shapiro, M. J., Wong, Y. P., Benjamin-Neelon, S. E., & Birch, L. L. (2019). Repeated exposure to *foods* and early *food* acceptance: A systematic review. *USDA Nutrition Evidence Systematic Review*. <https://doi.org/10.52570/NESR.PB242018.SR0401>
- World Health Organization. (2019). Recommendations for data

collection, analysis and reporting on anthropometric indicators in children under 5 years old.

<https://www.who.int/publications/i/item/9789241515559>

World Health Organization. (2023). WHO guideline for complementary *feeding* of infants and young children 6–23 months of age.

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240081864>

Yang, W. Y., Duncanson, K., Pursey, K., Bigeni, K., & Burrows, T. (2026). Associations between grandparental involvement and children's diet-related behaviors and weight status: A systematic review. *Nutrition Reviews*. Advance online publication.

<https://doi.org/10.1093/nutrit/nuag073>

PROFIL PENULIS



Dahlia Indah Amareta, S.KM., M.Gizi.

Penulis menuntaskan S1 Kesehatan Masyarakat di Universitas Jember pada tahun 2007, dilanjutkan dengan mengabdikan di RS Mata Fatma Sepanjang yang telah menggugah semangatnya untuk mulai berkontribusi aktif dalam melakukan edukasi gizi dan kesehatan. Pada tahun 2013, penulis menuntaskan studi pada Prodi S2 Gizi Universitas Diponegoro. Saat ini penulis berprofesi sebagai akademisi dan peneliti di Politeknik Negeri Jember dengan bidang keilmuan Gizi Masyarakat, produktif meneliti masalah gizi pada ibu dan anak, khususnya stunting dan anemia. Ibu dari 3 anak ini percaya bahwa tidak ada yang sia-sia dalam belajar dan berbagi, keduanya akan mendatangkan manfaat yang luar biasa. Maka penulis mencoba untuk belajar dan berbagi melalui kegiatan menulis buku, menjadi fasilitator dalam program-program kesehatan dan gizi, serta mengembangkan produk media pendidikan gizi baik konvensional maupun berbasis teknologi informasi, agar dapat menjadi sarana pembelajaran dan berbagi informasi yang bisa diakses oleh khalayak sasaran yang lebih luas.

Email Penulis: dahlia.amareta@polije.ac.id



BAB 8

ANTROPOLOGI, PEMBENTUKAN SELERA, CITA RASA, DAN IDENTITAS KULINER

Dr. Theresia Pratiwi Elingsetyo Sanubari., S.Si., M.Kes
Universitas Kristen Satya Wacana



Dalam sudut pandang sosioantropologi pangan, makanan tidak hanya dianggap sebagai pemenuhan kebutuhan, tetapi juga menunjukkan sistem simbol, identitas, dan ekspresi budaya. Interaksi makanan dengan kehidupan sosial tersebut membuat selera/rasa (*taste*) yang kita punya merupakan hasil dari konstruksi lingkungan sosial dan budaya. Berbicara terkait dengan selera (*taste*) kerap kali dikaitkan dengan identitas kuliner suatu kelompok atau nasional. Tetapi, bagaimana jika pembentukan selera tersebut berkelindan dengan trauma? Apakah tetap akan membentuk identitas? Dalam bab ini kita akan mencoba memahami situasi tersebut melalui pemahaman tentang bagaimana selera dibentuk dan dikonstruksikan. Kebijakan pemerintah, proses modernisasi, dan peningkatan pendidikan membuat konstruksi terhadap selera sering berkontradiksi dengan norma dan nilai yang ada di masyarakat. Terlebih jika proses konstruksi tersebut disertai dengan trauma.

Untuk mendeskripsikan hal tersebut, bab ini dibangun dari tiga gagasan utama. Pertama, gagasan dari Fischler, (1988) dalam artikelnya "*Food, self, and identity*". Dalam tulisannya, Fischler mengatakan bahwa "*Food is also central to individual identity, in that any given human individual is constructed, biologically, psychologically, and socially by the food he/she chooses to incorporate*" atau dalam bahasa Indonesianya "Makanan juga memegang peranan sentral pada identitas individu, karena setiap individu dibentuk dari aspek biologis, psikologis dan sosial oleh makanan yang ia pilih untuk dikonsumsi". Kedua, adalah tulisan dari Rozin et al., (2006) yang berjudul *Disgust: The Cultural Evolution of a Food-based Emotion*. Rozin et al. menuliskan "*the cultural-historical trajectory of the emotion of disgust illustrates how a food-specific system forms a base, a biological and cultural metaphor, for a much larger domain of preadaptation*". Kutipan itu berarti lintasan sejarah-budaya dari emosi rasa jijik menggambarkan bagaimana suatu sistem yang spesifik terhadap makanan membentuk landasan metafora biologis dan budaya yang membicarakan ranah pra-adaptasi semakin luas. Kedua gagasan itu kemudian ditempatkan pada teori *food social space* oleh (2017) yang mengatakan bahwa nilai-nilai dan norma yang memengaruhi pembentukan makanan, termasuk selera dan cita rasa, tidak berjalan

bersamaan, tetapi dinamis. Gagasan-gagasan itu membawa bahasan dalam bab ini untuk memahami pembentukan selera dan cita rasa dengan menggunakan trauma pangan sebagai alat untuk menganalisisnya.

Makanan Sebagai Identitas

Studi terkait dengan makanan, makan, dan antropologi tidak bisa terlepas dari sejarah perkembangan topik ini yang dimulai pada abad ke-19 oleh Garrick Mallery dan William Robertson Smith. Tulisan berjudul "*Manners and meals*" oleh Mallery (1888) dan William Robertson yang mengarusutamakan makanan dalam kuliahnya bertajuk *Religion of the Semites* (Smith, 1889) melahirkan pemikiran tentang pentingnya makanan bagi setiap orang, termasuk dalam keilmuan antropologi. Pendekatan itu pun semakin berkembang akibat munculnya kesadaran bahwa hubungan manusia dengan makanan adalah suatu hal yang kompleks (Fischler, 1988).

Hubungan yang kompleks itu muncul dari keterkaitan makanan dengan identitas sosial, termasuk suku, ras, kewarganegaraan, kelas, gender, dan individu itu sendiri (S. W. Mintz & Du Bois, 2002). Sehingga dalam pengertian umum, identitas dianggap sebagai cakupan dari citra diri mental yang dilekatkan seseorang pada dirinya sendiri berdasarkan interaksi sehari-hari dengan individu lainnya, kelompok, dan objek. Identitas mencerminkan beragam lapisan makna yang bersumber dari aspek budaya, struktural, sosial, dan individual (Feagan, 2007; Holtzman, 2006; Parasecoli, 2014). Aspek fundamental untuk memahami makanan dan identitas, menurut Fischler (1988), harus muncul dari pemahaman terhadap adanya tindakan kekerabatan (*the act of incorporation*); yang merupakan tindakan dengan memahami posisi makanan berada di antara lingkungan dan diri, antara bagian 'luar' dan 'dalam' tubuh. Situasi ini memiliki konsekuensi yang benar-benar nyata dan imajinasi, yang biasanya dibentuk dalam kepercayaan dan representasi. Kekerabatan inilah yang merupakan dasar dari identitas kolektif dan makanan yang merupakan simbol dari rasa kepemilikan bersama.

Daftar Pustaka

- Abarca, M. E., & Colby, J. R. (2016). *Food memories seasoning the narratives of our lives. Food and Foodways*, 24(1-2), 1-8. 10.1080/07409710.2016.1150101
- Anderson, B. (1991). *Imagined Communities: Reflections on the Origin and Spread of Nationalism*. Verso.
- Beck, U., Bonss, W., & Lau, C. (2003). The Modernization of Modern Society. *Theory, Culture & Society*, 20(2), 1-33.
- Björk, P., & Kauppinen-Räsänen, H. (2014). Culinary-gastronomic tourism – a search for local *food* experiences. *Nutrition and Food Science*, 44(4), 294-309. <https://doi.org/10.1108/NFS-12-2013-0142>
- Bourdieu, P. (1984). *Distinction*. Routledge.
- Caplan, P. (2013). *Food, Health, and Identity*. Routledge.
- Cairns, K., Johnston, J., & Bauman, S. (2010). Caring about *food*: Doing gender in the *foodie* kitchen. *Gender and Society*, 24(5), 591-615. 10.1177/08912432103834
- Cempaka, L., Rizki, A. A., Asiah, N., David, W., Ramadhan, K., Mukaromah, A. S., Pramastya, H., Husain, F., & Huda, N. (2023). Characteristics of Soto, an ethnic *food* that reflects Indonesian diversity: Based on ingredients. *Canrea Journal: Food Technology, Nutritions, and Culinary Journal*, 1-16. <https://doi.org/10.20956/canrea.v6i1.680>
- David, C.-C., Borja, R.-J., & Lorenzo, M.-J. (2021, September 1). Memories of hunger, continuities, and *food* choices: An ethnography of the elderly in extremadura (Spain). *Appetite*, 164. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105267>
- Farquhar, J. (2002). *Appetites: Food and Sex in Postsocialist China*. Duke University Press.
- Feagan, R. (2007). The place of *food*: Mapping out the “local” in local *food* systems. *Progress in Human Geography*, 31(1), 23-42. <https://doi.org/10.1177/0309132507073527>
- Fischler, C. (1988). *Food, self and identity. Social Science Information*,

- 27(2), 275–292. <https://doi.org/10.1177/053901888027002005>
- Gerber, S., & Folta, S. C. (2022). You Are What You Eat... But Do You Eat What You Are? The Role of Identity in Eating Behaviors—A Scoping Review. *Nutrients*, 14(17), 3456. <https://doi.org/10.3390/nu14173456>
- Hattori, T., & Funatsu, T. (2003). The Emergence of The Asian Middle Classes and Their Characteristics. *The Developing Economies*, 41(2), 140–160. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1049.2003.tb00935.x>
- Holtzman, J. D. (2006). Food and Memory. *Annual Review of Anthropology*, 35, 361–378. <https://doi.org/https://doi.org/10.1146/annurev.anthro.35.081705.123220>
- Howes, D. (2003). *Sensual Relations: Engaging the Senses in Culture and Social Theory*.
- Kaiser, B. N., & Jo Weaver, L. (2019). Culture-bound syndromes, idioms of distress, and cultural concepts of distress: New directions for an old concept in psychological anthropology. *Transcultural Psychiatry*, 56(4), 589–598. <https://doi.org/10.1177/1363461519862708>
- Katto, J. (2020). Liberating Taste: Memories of War, Food and Cooking in Northern Mozambique. *Journal of Southern African Studies*, 46(5), 965–984. [10.1080/03057070.2020.1793518](https://doi.org/10.1080/03057070.2020.1793518)
- Kyung-Sup, C. (2010). The second modern condition? Compressed modernity as internalized reflexive cosmopolitization. *British Journal of Sociology*, 61(3), 444–464. <https://doi.org/10.1111/j.1468-4446.2010.01321.x>
- Kyung-Sup, C. (2017). China as a Complex Risk Society: Risk Components of Post-Socialist Compressed Modernity. *Temporalités*, 26(January 1998).
- Mallery, G. (1888). *Manners and Meals*. 1(3), 193–208.
- Mardatillah, A. (2020). The enterprise culture heritage of Minangkabau cuisine, West Sumatra of Indonesia as a source of sustainable competitive advantage. *Journal of Ethnic Foods*, 7(1),

34. <https://doi.org/10.1186/s42779-020-00059-z>
- Middleton, L., Astuti, P., Brown, B. M., Brimblecombe, J., & Stacey, N. (2024). "We Don't Need to Worry Because We Will Find *Food* Tomorrow": Local Knowledge and Drivers of Mangroves as a *Food* System through a Gendered Lens in West Kalimantan, Indonesia. *Sustainability*, 16(8), 3229. <https://doi.org/10.3390/su16083229>
- Mintz, S. (1996). *Tasting Food, Tasting Freedom: Excursions into Eating, Culture, and the Past*. Beacon Pr.
- Mintz, S. W., & Du Bois, C. M. (2002). The Anthropology of *Food* and Eating. *Annual Review of Anthropology*, 31(1), 99–119. <https://doi.org/10.1146/annurev.anthro.32.032702.131011>
- Murcott, A. (2013). Family meals—A thing of the past? In *Food, Health, and Identity* (1st ed., pp. 32–49). Routledge.
- Murcott, A. (2019). *Introducing the sociology of food and eating*. books.google.com. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=rRGEDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=food+trust+canteen+students+food+practices&ots=pJyKPKcZp-&sig=4y_94qrInWj4C03f3C3bQkqZ3D0
- Neuman, N., Eli, K., & Nowicka, P. (2021). Childhood memories of *food* and eating in lower-income families in the United States: a qualitative study. *BMC Public Health*, 21(586), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10533-1>
- Nugroho, W. B. (2018). Social Construction Of Green Revolution In The Orde Baru. *SOCA: Jurnal Sosial Ekonomi Pertanian*, 54. <https://doi.org/10.24843/SOCA.2018.v12.i01.p04>
- Olkes, C., & Stoller, S. (1989). The Taste of Ethnographic Things. In *The Taste of Ethnographic Things: The Sense in Anthropology* (pp. 15–34). University of Pennsylvania Press.
- Parasecoli, F. (2014). *Food*, identity, and cultural reproduction in immigrant communities. *Social Research*, 81(2), 415–439. <https://doi.org/10.1353/sor.2014.0015>
- Poulain, J. P. (2017). *The Sociology of Food: Eating and the Place of Food in Society* (A. Dörr, Ed.). Bloomsbury Publishing.

- Poulain, J. P., Mognard, E., Kong, J., Yuen, J. L., Tibère, L., Laporte, C., Yang, F. M., Dasgupta, A., Nair, P. K., Ragavan, N. A., & Noor, I. M. (2023). Much More Than *Food*: The Malaysian Breakfast, a Socio-Cultural Perspective. *Sustainability (Switzerland)*, 15(3). <https://doi.org/10.3390/su15032815>
- Rozin, P., Haidt, J., McCauley, C., & Imada, S. (2006). Disgust: The Cultural Evolution of a *Food*-based Emotion. In *Food Preferences and Taste: Continuity and Change* (pp. 65–82). Berghahn Books.
- Sanubari, T. P. E. (2023). The Opportunity of Women in Workforce: The Transformation of *Food* Habits in Gunung Kidul, Indonesia. *Proceeding of Postgraduate Research Colloquium (PGRC) 2023*.
- Shapin, S. (2014). ‘You are what you eat’: Historical changes in ideas about *food* and identity: Historical changes in ideas about *food* and identity. *Historical Research*, 87(237), 377–392. <https://doi.org/10.1111/1468-2281.12059>
- Smith, W. R. (1889). *Lectures on the Religions of the Semites*. Appleton.
- Sutton, D. E. (2010). *Food* and the Senses. *Annual Review of Anthropology*, 39(1), 209–223. <https://doi.org/10.1146/annurev.anthro.012809.104957>
- Tibère, L., Laporte, C., Poulain, J., Mognard, E., & Aloysius, M. (2019). Staging a national dish: The Social Relevance of Nasi lemak in Malaysia. *Asia-Pacific Journal of Innovation in Hospitality and Tourism*, 8(1), 51–66.
- University of North Carolina at Chapel Hill. (2007, August 6). *The Memories You Want To Forget Are The Hardest Ones To Lose*. ScienceDaily. <https://www.sciencedaily.com/releases/2007/08/070815105026.htm>
- Villamor, G. B., & Noordwijk, M. van. (2016). Gender specific land-use decisions and implications for ecosystem services in semi-matrilineal Sumatra. In *Global Environmental Change*. Elsevier. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0959378016300516>

- Wahyuningsih, S. (2019). Javanese Language Shift, Gender and Modernity: A Case Study at IAIN Kudus. *ELT-Lectura*, 6(2), 158–169. <https://doi.org/10.31849/elt-lectura.v6i2.3097>
- Wargadalem, F. R., Nasyaya, A., & Santoso, A. D. (2024). A bibliometric analysis of Indonesian ethnic food studies. *Canrea Journal: Food Technology, Nutritions, and Culinary Journal*, 143–161. <https://doi.org/10.20956/canrea.v7i2.1060>
- Wijaya, S. (2019). Indonesian food culture mapping: A starter contribution to promote Indonesian culinary tourism. *Journal of Ethnic Foods*, 6(1). <https://doi.org/10.1186/s42779-019-0009-3>
- Zaraysky, S. (2019, August 30). Why food memories are so powerful. *Travel Journeys*. <https://www.bbc.com/travel/article/20190826-why-food-memories-are-so-powerful>

PROFIL PENULIS



Dr. Theresia Pratiwi Elingsetyo S, S.Si., M.Kes.

Ketertarikan penulis terhadap isu pangan dan keterikatannya dengan socio-antropologi dimulai sejak penulis mengeksplorasi mengenai kebiasaan makan kelompok minoritas. Ekplorasi itu diperkuat oleh latar belakang penulis yang mengambil jurusan Biokimia di Institut Pertanian Bogor pada tahun 2006. Pendekatan terhadap kelompok minoritas diperkuat oleh penulis yang melanjutkan studi di Kesehatan Masyarakat di Universitas Airlangga pada tahun 2011. Pemahaman terhadap isu pangan dan sosioantropologi diperkuat oleh penulis yang mengambil jurusan Food Studies di Taylor's University pada tahun 2021.

Penulis memiliki kepakaran dalam *food sociology*. Dan untuk mewujudkan karier sebagai dosen profesional, penulis pun aktif sebagai peneliti di bidang kepakarannya tersebut. Saat ini, penelitian penulis berfokus pada isu-isu *food modernization* dan *food trauma*. Penelitian yang sedang berjalan berfokus pada pergeseran dan resiliensi kebiasaan makan akibat trauma. Selain peneliti, penulis aktif terlibat sebagai penerjemah artikel di Konde.co dan menulis artikel di buku.

Email Penulis: pratiwi.elingsetyosanubari@uksw.edu



BAB 9

TRANSISI DEMOGRAFI, URBANISASI DAN PERUBAHAN GAYA HIDUP MAKAN

Inna Mukhaira, S.KM., M.Si.
Universitas Yatsi Madani



Pendahuluan

Perubahan struktur penduduk, pertumbuhan kota, dan transformasi cara hidup merupakan tiga kekuatan besar yang saling terkait dalam pembangunan Indonesia. Transisi demografi mengubah komposisi usia penduduk, urbanisasi memindahkan pusat kegiatan ekonomi, pendidikan, dan konsumsi ke wilayah perkotaan, sementara perubahan gaya hidup makan mengikuti perubahan waktu kerja, akses pangan, pendapatan, dan budaya konsumsi. Ketiganya tidak berdiri sendiri, melainkan membentuk lingkaran sebab-akibat yang memengaruhi kesehatan masyarakat, ketahanan pangan dan arah pembangunan nasional.

Indonesia mengalami perubahan penting dalam konsumsi pangan. Penelitian jangka panjang menunjukkan bahwa urbanisasi dan pembangunan ekonomi mendorong peningkatan konsumsi pangan hewani, makanan kemasan, dan makanan siap saji, meskipun pangan sereal dan produk nabati masih dominan dalam pola makan masyarakat. Studi lain menemukan bahwa konsumsi gandum, ayam, ikan, minuman manis, makanan olahan, ultra olahan, dan siap saji meningkat, sementara konsumsi sayuran hijau dan kacang-kacangan segar menurun di berbagai wilayah Indonesia.

Bab ini membahas hubungan antara transisi demografi, urbanisasi, dan perubahan gaya hidup makan. Pembahasan diarahkan untuk memahami mengapa pola makan masyarakat berubah, siapa kelompok yang paling rentan, serta bagaimana kebijakan pangan dan kesehatan dapat merespons perubahan tersebut.

Konsep Transisi Demografi

Transisi demografi adalah pola kematian dan kelahiran dalam suatu masyarakat dari kondisi tinggi menuju kondisi rendah. Pada tahap awal, angka kematian dan kelahiran sama-sama tinggi sehingga pertumbuhan penduduk relatif lambat. Seiring perbaikan gizi, sanitasi, layanan kesehatan, dan pendidikan, angka kematian menurun lebih cepat daripada angka kelahiran (Sitohang 2023). Akibatnya, jumlah penduduk meningkat pesat dan struktur usia bergeser.

Tahap berikutnya ditandai oleh menurunnya angka kelahiran. Penurunan ini dipengaruhi oleh meningkatnya partisipasi perempuan dalam pendidikan dan pekerjaan, melambatnya pernikahan dini, meningkatnya biaya pengasuhan anak, serta meluasnya akses terhadap informasi dan layanan kesehatan reproduksi (Ramadhani and Sugiharti 2022). Pada tahap lanjut, angka kelahiran dan kematian sama-sama rendah, sehingga pertumbuhan penduduk melambat dan proporsi penduduk usia lanjut meningkat (Sitohang 2023).

Bagi Indonesia, transisi demografi membawa peluang berupa bonus demografi, yaitu kondisi ketika penduduk usia produktif lebih banyak daripada penduduk usia tidak produktif. Namun peluang ini hanya bermanfaat apabila penduduk usia produktif sehat, terdidik, memiliki keterampilan, dan memperoleh lapangan kerja yang layak (Yusuf et al. 2023). Sebaliknya, transisi demografi juga menimbulkan tantangan, termasuk meningkatnya kebutuhan layanan kesehatan kronis, jaminan sosial (Sitohang 2023), dan pangan bergizi bagi kelompok usia lanjut (Mustofa et al. 2025).

Urbanisasi dan Perubahan Ruang Lingkup

Urbanisasi adalah proses meningkatnya proporsi penduduk yang tinggal di wilayah perkotaan. Proses ini terjadi melalui migrasi desa-kota, pertumbuhan penduduk di kota, perluasan wilayah perkotaan, serta perubahan fungsi wilayah perdesaan menjadi semakin terhubung dengan pusat ekonomi kota (Buchori 2022). Urbanisasi bukan sekadar perpindahan penduduk, ia mengubah cara orang bekerja, bergerak, berbelanja, bersosialisasi dan makan.

Di kota, banyak pekerjaan menuntut mobilitas tinggi dan jam kerja panjang. Waktu untuk memasak menjadi terbatas (Colozza 2024), sementara akses terhadap jasa pesan antar makanan, warung makan, minimarket, dan makanan cepat saji semakin mudah (Nadziroh, Nugraheni, and Lisnawati 2024). Lingkungan pangan perkotaan cenderung menawarkan makanan tinggi energi, gula, garam, dan lemak dengan harga relatif terjangkau serta penyajian cepat (Colozza 2024). Kondisi ini mempermudah munculnya pola makan yang praktis, tetapi berisiko bagi kesehatan (Ramadhani and Sugiharti 2022).

Daftar Pustaka

- Andriani, Helen, Erlin Friska, Miftahul Arsyi, Alphyanto Eko Sutrisno, Alexander Waits, And Nurul Dina Rahmawati. 2023. "A Multilevel Analysis Of The Triple Burden Of Malnutrition In Indonesia: Trends And Determinants From Repeated Cross-Sectional Surveys." *BMC Public Health* 23(1): 1836. Doi:10.1186/S12889-023-16728-Y.
- Annear, Michael. 2022. "Sedentary Behavior And Physical Inactivity In The Asia-Pacific Region: Current Challenges And Emerging Concerns." *International Journal Of Environmental Research And Public Health* 19(15). Doi:10.3390/Ijerph19159351.
- Anyanwu, Oyedolapo A, Elena N Naumova, Virginia R Chomitz, Fang-Fang Zhang, Kenneth Chui, Martha I Kartasurya, And Sara C Folt. 2022. "The Socio-Ecological Context Of The Nutrition Transition In Indonesia: A Qualitative Investigation Of Perspectives From Multi-Disciplinary Stakeholders." *Nutrients* 15(1). Doi:10.3390/Nu15010025.
- Buchori, Imam. 2022. "Reclassification Of Urban Growth In Rural Area, Temanggung Regency, Indonesia." *Journal Of Geomaticsand Planning* 9(1): 1–16. Doi:10.14710/Geoplanning.9.1.1-16.
- Colozza, David. 2024. "A Qualitative Exploration Of Ultra-Processed Foods Consumption And Eating Out Behaviours In An Indonesian Urban Food Environment." *Nutrition And Health* 30(3): 613–23. Doi:10.1177/02601060221133897.
- Costlow, Leah, Rachel Gilbert, William A Masters, Flaminia Ortenzi, And Ty Beal. "Healthy Diets Are Affordable But Often Displaced By Other Foods In Indonesia."
- Gonzalez, Wendy, Eny Kurnia Sari, Aang Sutrisna, Zineb Félix, Nabila Ernada, Adhika D Dibyareswati, And Lindsey Smith Taillie. 2025. "Indonesian Adolescents' Perceptions Of Front-Of-Package Labels On Packaged Food And Drinks." *Current Developments In Nutrition* 9(4): 104586. Doi:10.1016/J.Cdnut.2025.104586.
- Kurniawan, Farid, Fathimah S Sigit, Stella Trompet, Em Yunir, Tri Juli E Tarigan, Dante S Harbuwono, Pradana Soewondo, Dicky L Tahapary, And Renée De Mutsert. 2024. "Lifestyle And Clinical Risk

- Factors In Relation With The Prevalence Of Diabetes In The Indonesian Urban And Rural Populations: The 2018 Indonesian Basic Health Survey." *Preventive Medicine Reports* 38: 102629. Doi:10.1016/J.Pmedr.2024.102629.
- Mahmudiono, Trias, Qonita Rachmah, Diah Indriani, Erwanda Anugrah Permatasari, Nur Alifia Hera, And Hsiu-Ling Chen. 2022. "Food And Beverage Consumption Habits Through The Perception Of Health Belief Model (Grab Food Or Go Food) In Surabaya And Pasuruan." *Nutrients* 14(21). Doi:10.3390/Nu14214482.
- Martha, Evi, Dian Ayubi, Dina Rahmawati, Aisyah Putri, Yoslien Sopamena, Miranda Astari, And Siti Zulfa. 2023. "Use Of Online Food Delivery Services Among Young Adults In Depok City : Factors Affecting The Frequency Of Online Food Ordering And Consumption Of High-Risk Food Entre Jovens Adultos Em Depok City : Fatores Que AfetaM." : 1–19.
- Mohamad Nizam Mohamed Shapie, Muhammad Dzikry Abdullah Al Ghazaly, Reshandi Nugraha, Rozita Abdul Latif, Wahidah Tumijan. 2026. "Trends In Adult Obesity Across Southeast Asia: Implications For Public Health And Community-Based Physical Activity." *Journal Of Physical Education For Secondary Schools* (1): 531–42.
- Muharram, Farizal Rizky, Sydney Tjandra, Nya Jeumpa Madani, And Claudia Rokx. 2025. "Trends In The Double Burden Of Malnutrition Among Indonesian Adults , 2007 To 2023." (29): 1–11.
- Mustofa, Vina Firmanty, Budi Prasetyo, Diah Indriani, And Nur Anisah Rahmawati. 2025. "OPEN Manajemen Gizi Mikro Dan Dampak Kesehatan Pada Lansia : Literature Review Management Of Micro Nutrition And Health Impacts On The Elderly : Literature Review." *Amerta Nutrition* 7(1): 37–46. Doi:10.20473/Amnt.V7i1sp.2023.36-45.
- Nadziroh, Minnatun, Sri Achadi Nugraheni, And Naintina Lisnawati. 2024. "Media Kesehatan Masyarakat Indonesia Kontribusi Tingkat Kecukupan Protein Dan Lemak Dari Food Delivery Dan Makanan Harian Terhadap Kejadian Overweight Pada Mahasiswa Universitas Diponegoro." *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT*

INDONESIA 2024(23): 379–86.

- Nur Fitri Widya Astuti, Emy Huriyati, Susetyowati Susetyowati. 2020. "Prevalensi Dan F Alensi Dan Faktor Yang Berhubungan Dengan T Ang Berhubungan Dengan Terjadiny Erjadinya Beban Gizi Ganda Pada Keluarga Di Indonesia." *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia* 16(1).
- Nurhasan, Mulia, Desy Leo, Ariesta Mia, Mustika Hutria, Mochamad Fahim, And Nia Aprillyana. 2024. "Dietary Transitions In Indonesia : The Case Of Urban , Rural , And Forested Areas." *Food Security*: 1313–31. Doi:10.1007/S12571-024-01488-3.
- Ramadhani, Shafira, And Lilik Sugiharti. 2022. "Pengaruh Faktor Demografi Dan Nondemografi Terhadap Fertilitas Di Indonesia The Effect Of Demographic And Non-Demographic Factors On Fertility In Indonesia." *Jurnal Kepundudukan Indonesia* 17(1): 15–28. Doi:10.14203/Jki.V17i1.679.
- Rowland, Dominic, Ratna C Purwestri, Bronwen Powell, Mia Mustika, Hutria Utami, Nia N Wirawan, Edi Waliyo, Maxi Lamanepa, And Amy Ickowitz. 2026. "Agricultural Commercialization And Dietary Transitions In Traditional Food Systems In Indonesia." *Current Developments In Nutrition* 10(8): 109418. Doi:10.1016/J.Cdnut.2026.109418.
- Sitohang, Marya Yenita. 2023. "UNDERSTANDING AGEING POPULATIONS IN HIGH- INCOME COUNTRIES : Lesson Learned For Indonesia." *Journal Of Indonesian Social Sciences And Humanities*.
- Yusuf, Marlon, Gabriel Poetiray, Daru Purnomo, And Alvianto Wahyudi Utomo. 2023. "Peluang Dan Tantangan Pemanfaatan Bonus Demografi Pada Aspek Ketenagakerjaan Di Kota Salatiga Opportunities And Challenges Of Utilizing The Demographic Dividend In The Employment Aspect In Salatiga City." *Jurnal Kependudukan Indonesia* 18(1): 1–14. Doi:10.55981/Jki.2023.1387

PROFIL PENULIS



Inna Mukhaira, S.KM., M.Si.

Penulis lahir di Padang pada tanggal 5 Februari 1994. Penulis merupakan dosen tetap pada Program Studi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Yatsi Madani, sekaligus menjabat sebagai Ketua Program Studi (Kaprodi) Gizi Program Sarjana di institusi yang sama. Penulis menyelesaikan pendidikan Sarjana Kesehatan Masyarakat (S1) pada Program Studi Gizi Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas (2015), dan melanjutkan pendidikan Magister Sains (S2) pada Program Studi Ilmu Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor (2019).

Penulis aktif menjalankan tridharma perguruan tinggi meliputi pengajaran, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat, dengan fokus pada bidang gizi masyarakat, kesehatan ibu dan anak, serta pencegahan stunting. Saat ini penulis juga berperan sebagai Tenaga Ahli Audit Kasus Stunting di Kecamatan Tigaraksa, Kabupaten Tangerang, serta sebagai Pengajar/Fasilitator dan Supervisor pada Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), sebuah survei gizi balita berskala nasional. Penulis telah aktif mempublikasikan artikel ilmiah baik pada jurnal nasional maupun internasional. Penulis dapat dihubungi melalui email mukhairainna@gmail.com.



BAB 10

GLOBALISASI PANGAN, *FAST FOOD*, DAN PERGESERAN POLA KONSUMSI

Dessya Putri Ayu, S.KM.,M.Kes.
Politeknik Negeri Jember



Globalisasi Pangan

Globalisasi pangan merupakan proses meningkatnya keterhubungan antarnegara dan masyarakat dalam produksi, distribusi, perdagangan, pemasaran, serta konsumsi pangan. Proses ini memungkinkan bahan pangan, produk olahan, teknologi pengolahan, dan kebiasaan makan bergerak melintasi batas geografis. Dampaknya tidak terbatas pada ketersediaan makanan, tetapi juga menyentuh preferensi, identitas budaya, dan praktik konsumsi. Dalam antropologi pangan, makanan dipahami bukan hanya sebagai sumber energi dan zat gizi, melainkan juga sebagai bagian dari sistem sosial, ekonomi, dan budaya. Mintz dan Du Bois (2002) menunjukkan bahwa kajian pangan berkaitan dengan identitas, relasi sosial, ekonomi, serta kekuasaan. Oleh karena itu, globalisasi pangan mengubah apa yang dikonsumsi sekaligus cara pangan diperoleh, disiapkan, dimaknai, dan dimakan dalam kehidupan sehari-hari.

1. Globalisasi pangan dalam perspektif sejarah dan budaya

Pertukaran pangan antarwilayah telah berlangsung selama berabad-abad melalui perdagangan, migrasi, kolonialisme, dan pertukaran budaya. Komoditas seperti gula, rempah-rempah, kopi, dan teh turut membentuk kebiasaan makan masyarakat. Mintz (1985) menjelaskan bahwa gula berubah dari komoditas yang relatif eksklusif menjadi bagian dari konsumsi sehari-hari seiring perkembangan perdagangan global, kolonialisme, dan industrialisasi. Sejarah ini memperlihatkan bahwa pola konsumsi pangan berkaitan erat dengan perkembangan ekonomi dan struktur sosial. Saat ini, perdagangan internasional, industri makanan, jaringan restoran multinasional, dan teknologi informasi mempercepat penyebaran produk kuliner. Masyarakat dapat mengenal makanan dari berbagai negara tanpa harus mengunjungi negara asalnya. Hal ini memperluas pilihan pangan sekaligus mempertemukan tradisi kuliner lokal dengan pengaruh global.

2. Mekanisme globalisasi pangan

Globalisasi pangan berlangsung melalui sejumlah mekanisme yang saling berkaitan. Pertama, perdagangan dan distribusi internasional memungkinkan bahan pangan serta produk olahan dipasarkan lintas negara. Kedua, perkembangan industri pangan

termasuk teknologi pengolahan, pengemasan, penyimpanan, dan transportasi, mendukung produksi skala besar serta distribusi yang lebih luas. Standardisasi juga membuat karakteristik produk relatif seragam di berbagai lokasi.

Ketiga, ekspansi perusahaan pangan dan jaringan restoran menyebarkan produk, merek, dan sistem pelayanan ke berbagai negara. Keempat, media dan teknologi digital mempercepat penyebaran tren melalui media sosial, iklan, konten kuliner, dan layanan pesan antar. Kelima, migrasi membawa tradisi kuliner ke lingkungan baru; makanan yang diperkenalkan oleh kelompok migran dapat diterima, diadaptasi, dan menjadi bagian dari kebiasaan masyarakat setempat. Dengan demikian, globalisasi pangan tidak hanya bergerak melalui perdagangan, tetapi juga melalui mobilitas manusia, informasi, dan pengetahuan kuliner.

3. Globalisasi pangan dan perubahan budaya makan

Globalisasi dapat mengubah kebiasaan makan melalui ketersediaan produk, selera, dan makna sosial makanan. Produk global terkadang diasosiasikan dengan modernitas, kepraktisan, atau budaya populer. Namun, penerimaan makanan baru tetap dipengaruhi oleh harga, aksesibilitas, cita rasa, nilai agama, dan kebiasaan keluarga. Pilihan makanan tidak hanya ditentukan oleh rasa dan kebutuhan, tetapi juga banyak faktor yang mempengaruhi seperti pengalaman, lingkungan sosial, *figure publik*, *influencer* (pemberi pengaruh), serta budaya yang berkembang di masyarakat. Sebagai contoh, masuknya tren makanan Korea ke Indonesia tidak terlepas dari pengaruh drama Korea, demam grup penyanyi Korea, dan budaya Korea yang semakin dikenal melalui berbagai media.

Pertukaran budaya pangan juga berlangsung dari lokal ke global. Rendang, sate, dan nasi goreng, misalnya, dapat dikenal lebih luas melalui pariwisata, media digital, dan perdagangan. Proses penyesuaian unsur global dengan konteks lokal disebut glokalisasi. Dalam praktiknya, produk internasional dapat dimodifikasi melalui bahan atau cita rasa setempat, sedangkan makanan tradisional dapat dikembangkan melalui inovasi

Daftar Pustaka

- Aiswarya, B., & Ramasundaram, G. (2024). Online *food* delivery technology and family *food* traditions: A sociocultural perspective. *Journal of Information Technology Teaching Cases*, 14(1), 68–73. <https://doi.org/10.1177/20438869221150826>
- Boyland, E., Backholer, K., Potvin Kent, M., Bragg, M. A., Sing, F., Karupaiah, T., & Kelly, B. (2024). Unhealthy *food* and beverage marketing to children in the digital age: Global research and policy challenges and priorities. *Annual Review of Nutrition*, 44, 471–497. <https://doi.org/10.1146/annurev-nutr-062322-014102>
- Gupta, A., Huggins, C. E., Salahshoorneshad, S., Bennett, R., Backholer, K., & Peeters, A. (2026). Digital marketing techniques within online *food* retail platforms: A scoping review. *BMC Medicine*, 24, Article 30. <https://doi.org/10.1186/s12916-025-04553-6>
- Jia, S. S., Bennett, R., & Gupta, A. (2025). The emergence of meal delivery applications: A research agenda to advance the next decade of progress in nutrition. *European Journal of Clinical Nutrition*, 79(8), 701–704. <https://doi.org/10.1038/s41430-025-01597-y>
- Lane, M. M., Gamage, E., Du, S., Ashtree, D. N., McGuinness, A. J., Gauci, S., Baker, P., Lawrence, M., Rebholz, C. M., Srour, B., Touvier, M., Jacka, F. N., O'Neil, A., Segasby, T., & Marx, W. (2024). Ultra-processed *food* exposure and adverse health outcomes: Umbrella review of epidemiological meta-analyses. *BMJ*, 384, Article e077310. <https://doi.org/10.1136/bmj-2023-077310>
- Mintz, S. W. (1985). *Sweetness and power: The place of sugar in modern history*. Viking.
- Mintz, S. W., & Du Bois, C. M. (2002). The anthropology of *food* and eating. *Annual Review of Anthropology*, 31, 99–119. <https://doi.org/10.1146/annurev.anthro.32.032702.131011>
- Ritzer, G. (2011). *The McDonalidization of society* (6th ed.). Pine Forge Press

PROFIL PENULIS



Dessya Putri Ayu, S.K.M., M.Kes.

Penulis merupakan akademisi berlatar belakang Kesehatan Masyarakat yang menjalankan tugas akademik pada bidang Gizi Masyarakat. Pendidikan sarjana ditempuh di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin (2009–2013) dilanjutkan pendidikan magister di Universitas Airlangga (2014–2016) Fakultas Kesehatan Masyarakat.

Minat keilmuan penulis mencakup gizi masyarakat, promosi kesehatan, perilaku kesehatan, serta faktor sosial dan budaya yang memengaruhi praktik konsumsi pangan dan status gizi masyarakat. Dalam kegiatan akademik, penulis berfokus pada pengembangan pendidikan gizi yang mengintegrasikan perspektif kesehatan masyarakat dengan kondisi sosial budaya masyarakat. Pendekatan ini menempatkan perilaku konsumsi pangan sebagai fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh pengetahuan, kebiasaan keluarga, lingkungan sosial, kondisi ekonomi, serta perubahan gaya hidup. Melalui perspektif tersebut, penulis memandang bahwa upaya perbaikan gizi tidak cukup dilakukan melalui pendekatan individual, tetapi juga memerlukan pemahaman terhadap lingkungan dan budaya yang membentuk perilaku makan masyarakat. Ketertarikan ini menjadi landasan dalam mengkaji hubungan antara pangan, budaya, dan dinamika konsumsi di tengah perkembangan globalisasi. Melalui kontribusi dalam buku *Gizi Budaya: Antropologi Pangan dan Dinamika Konsumsi Masyarakat*, penulis berharap dapat memperkaya wawasan pembaca mengenai keterkaitan antara pangan, perilaku, budaya, dan kesehatan masyarakat serta mendukung pengembangan pendekatan gizi yang kontekstual, berkelanjutan, dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Email: dessya.putri@polije.ac.id



BAB 11

PERSEPSI

MASYARAKAT

TENTANG SEHAT,

SAKIT, DAN FUNGSI

TUBUH

Martina Pakpahan, S.Kep., M.K.M.
Universitas Pelita Harapan



Pendahuluan

Masyarakat di berbagai belahan Nusantara memiliki *ethno-physiology* (pemahaman lokal mengenai struktur dan fungsi tubuh) yang membentuk keputusan dalam memilih, mengolah, dan mengonsumsi makanan (Foster, G. M., & Anderson, 2021). Asupan gizi dan proses metabolisme tubuh kerap dipahami sebagai fenomena biologis yang objektif. Namun, bila dikaitkan dengan konteks masyarakat, tubuh manusia bukan sekadar kumpulan sel dan organ, melainkan kanvas tempat nilai-nilai budaya, norma sosial, dan sistem kepercayaan diproyeksikan (Helman, 2020; Singer et al., 2020).

Di sisi lain, persepsi masyarakat terhadap kondisinya dalam Health-Illness Continuum ini sangat terdistorsi oleh konstruksi budaya dan pemahaman gizi yang terbatas. Di banyak komunitas lokal, "sehat" masih didefinisikan secara sempit sebatas ketiadaan rasa sakit (*absence of illness*). Akibatnya, kondisi seperti malnutrisi, gizi lebih, atau defisiensi zat gizi mikro kerap diabaikan dan dianggap "sehat" selama individu masih mampu beraktivitas sehari-hari. Kebiasaan makan pun sering kali didikte oleh mitos atau simbol sosial, seperti anggapan bahwa tubuh berisi merupakan penanda kemakmuran. Memahami persepsi emik, yaitu persepsi masyarakat lokal mengenai sehat, sakit, dan fungsi tubuh, merupakan syarat mutlak untuk merancang program perbaikan gizi dan promosi kesehatan yang efektif, peka terhadap budaya, dan berkelanjutan (Pakpahan et al., 2021; Pattola et al., 2021).

Untuk meningkatkan kesehatan masyarakat menuju high-level wellness, diperlukan pendekatan yang mampu mengubah persepsi dan perilaku kesehatan mereka. Dalam konteks inilah *Health Belief Model* (HBM) hadir sebagai kerangka teori yang relevan. Model ini menyatakan bahwa perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh persepsi pribadi mereka terhadap ancaman penyakit serta evaluasi terhadap efektivitas tindakan yang diambil. HBM memungkinkan akademisi, peneliti dan praktisi untuk membedah bagaimana persepsi budaya, pemahaman gizi, serta evaluasi terhadap risiko dan manfaat saling berinteraksi dalam memicu tindakan kesehatan individu secara nyata.

Persepsi Sehat-Sakit dalam Masyarakat

Pemahaman masyarakat mengenai kondisi sehat dan sakit beroperasi dalam rentang yang dinamis dan tidak dapat disederhanakan secara dikotomis. Konsep *Health-Illness Continuum* menegaskan bahwa status kesehatan individu bergerak secara fleksibel antara kondisi sejahtera optimal dan tingkat penderitaan yang berat, di mana penilaian terhadap posisi tersebut sangat bergantung pada konstruksi sosial-budaya setempat (Helman, 2020; Foster, G. M., & Anderson, 2021). Sementara dunia medis Barat berpatokan pada indikator kuantitatif-biologis (seperti tekanan darah, Indeks Massa Tubuh (IMT), dan parameter laboratorium), masyarakat awam cenderung mendefinisikan kesehatan secara pragmatis dan fungsional (kemampuan untuk berfungsi). Dalam persepsi lokal, seseorang dianggap berada dalam kondisi "sehat" selama ia masih memiliki kapasitas fisik untuk bekerja, menjalankan kewajiban keluarga, serta berpartisipasi dalam kehidupan bermasyarakat tanpa keluhan fisik yang melumpuhkan (Foster, G. M., & Anderson, 2021; Singer et al., 2020).

Perbedaan cara pandang ini memicu diskoneksi antara penilaian klinis (*disease*) dan pengalaman subjektif penderita (*illness*). Suatu kelainan patologis yang terdeteksi secara medis sering kali tidak dirasakan sebagai masalah kesehatan oleh individu jika gangguan tersebut belum mengganggu fungsi sosial dan ekonomi sehari-hari mereka (Wiley, A. S., & Allen, 2021). Kondisi ini dibentuk oleh interaksi kompleks antara variabel bioekologis dan struktur sosial-politik yang memengaruhi bagaimana rasa sakit ditoleransi atau dinormalisasi dalam komunitas (Singer et al., 2020). Akibatnya, ketidaksesuaian antara indikator objektif biomedis dan persepsi fungsional masyarakat menjadi tantangan utama dalam mendorong kesadaran akan deteksi dini serta kepatuhan terhadap upaya pencegahan penyakit pada tingkat populasi (Helman, 2020; Wiley, A. S., & Allen, 2021).

1. Indikator Emik Tubuh Sehat

Bagi sebagian besar komunitas perdesaan dan agraris di Indonesia, kriteria utama tubuh yang sehat mencakup tiga elemen mendasar:

Daftar Pustaka

- Adi, Y. A., Pujihartati, S. H., Humsona, R., & Wirasisya, D. G. (2026). Cultural barriers to stunting prevention: A case study of the Baduy indigenous tribe in Indonesia. *Frontiers in Sociology*, 11, 1724639. <https://doi.org/10.3389/FSOC.2026.1724639/TEXT>
- Anyanwu, O. A., Naumova, E. N., Chomitz, V. R., Zhang, F. F., Chui, K., Kartasurya, M. I., & Foltz, S. C. (2022). The Socio-Ecological Context of the Nutrition Transition in Indonesia: A Qualitative Investigation of Perspectives from Multi-Disciplinary Stakeholders. *Nutrients*, 15(1), 25. <https://doi.org/10.3390/NU15010025>
- Chen, N. N. (2008). C. U. P. (2008). *Food, medicine, and the quest for good health: Nutrition, medicine, and culture*. Columbia University Press.
- Cuj, M., & Scrimshaw, S. (2022). *Anthropological approaches to food and nutrition*. In S. C. Scrimshaw, S. D. Lane, R. A. Rubinstein, & J. Fisher (Eds.), *The SAGE handbook of social studies in health and medicine* (pp. 162–176). SAGE Publications.
- Diana, R., Rachmayanti, R. D., Khomsan, A., & Riyadi, H. (2022). Influence of eating concept on eating behavior and stunting in Indonesian Madurese ethnic group. *Journal of Ethnic Foods* 2022 9:1, 9(1), 48-. <https://doi.org/10.1186/S42779-022-00162-3>
- Febriyanti, R. M., Saefullah, K., Susanti, R. D., & Lestari, K. (2024). Knowledge, attitude, and utilization of traditional medicine within the plural medical system in West Java, Indonesia. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/S12906-024-04368-7>
- Foster, G. M., & Anderson, B. G. (2021). *Medical anthropology* (2nd ed.). John Wiley & Sons.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (Eds.). (2008). *Health behavior and health education: Theory, research, and practice* (4th ed.). Jossey-Bass.
- Helman, C. G. (2020). *Culture, health and illness* (6th ed.). CRC Press.

- Iradukunda, F. (2020). *Food taboos during pregnancy. Health Care for Women International*, 41(2), 159–168.
<https://doi.org/10.1080/07399332.2019.1574799>
- Juhannis, H., Nildawati, Habibi, Satrianegara, M. F., Amansyah, M., & Syarifuddin, N. (2021). Community beliefs toward causes of illness: cross cultural studies in Tolotang and Ammatoa Ethnic in Indonesia. *Gaceta Sanitaria*, 35, S19–S22.
<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.12.006>
- Khasanah, U., Efendi, F., Has, E. M. M., Adnani, Q. E. S., Ramadhan, K., Arna, Y. D., & Almutairi, W. M. (2023). Healthcare-seeking behavior for children aged 0–59 months: Evidence from 2002–2017 Indonesia Demographic and Health Surveys. *PLOS ONE*, 18(2), e0281543. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0281543>
- Olajide, B. R., van der Pligt, P., & McKay, F. H. (2024). Cultural food practices and sources of nutrition information among pregnant and postpartum migrant women from low- and middle-income countries residing in high-income countries: A systematic review. *PLOS ONE*, 19(5), e0303185.
<https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0303185>
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Tasnim, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Sianturi, E., Tompunu, M. R. G., & Sitanggang, Y. F. (2021). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Pattola, P., Nur, A., Atmadja, T. F. A. G., Yuniarto, A. E., Rasmaniar, R., Marzuki, I., Unsunnidhal, L., Siregar, D., Puspita, R., Pakpahan, M. and, & Purba, A. M. V. (2021). *Gizi Kesehatan dan Penyakit*. Yayasan Kita Menulis. <https://kitamenulis.id/2020/11/19/gizi-kesehatan-dan-penyakit/>
- Rachmawati, W. C. (2019). Health Promotion and Behavior Sciences. *Wineka Media*, 1–52.
<https://kitamenulis.id/2021/02/19/promosi-kesehatan-dan-perilaku-kesehatan/>
- Singer, M., Baer, H. A., Long, D., & Pavlotski, G. (2020). *Introducing medical anthropology: A discipline in action (3rd ed.)*. Rowman &

Littlefield.

Suarilah, I., Widyawati, I. Y., Umam, K., Lin, C. C., Purwanti, R., Supriyono, S., & Mundt, K. (2024). The Javanese Cultural Beliefs and Practices Among Patients With End-Stage Renal Disease Undergoing Hemodialysis. *Journal of Transcultural Nursing : Official Journal of the Transcultural Nursing Society*, 35(4), 271–279. <https://doi.org/10.1177/10436596241239304>

Wehbe-Alamah, H. B. (2018). *Transcultural Food Functions, Beliefs, and Practices / Leininger's Transcultural Nursing: Concepts, Theories, Research & Practice, 4e.* McGraw Hill Medical. https://apn.mhmedical.com/content.aspx?bookid=3193§ionid=265919728&utm_source=chatgpt.com

Wiley, A. S., & Allen, J. S. (2021). *Medical anthropology: A biocultural approach (4th ed.)*. Oxford University Press.

World Health Organization; United Nations Children's Fund (UNICEF); The World Bank Group. (2025). Joint Child Malnutrition . *Levels and Trends in Child Malnutrition: UNICEF / WHO / World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates: Key Findings of the 2025 Edition*, 24. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240112308>

Yau, S. Y., & Zheng, T. (2026). *Socio-ecological Lens Towards Health Behaviours*. 1–35. https://doi.org/10.1007/978-981-97-1788-0_22-1

PROFIL PENULIS



Martina Pakpahan, S. Kep., M.K.M.

Ketertarikan penulis terhadap kesehatan membuat penulis memilih untuk melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi di bidang kesehatan. Penulis berhasil menyelesaikan studi S1 dan Ners di Fakultas Keperawatan Universitas Indonesia pada tahun 2009, serta menyelesaikan studi S2 di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia pada tahun 2016. Penulis memulai kariernya sebagai dosen pada tahun 2017 di Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan. Penulis memiliki keahlian di bidang keperawatan dan kesehatan masyarakat. Sebagai dosen profesional, penulis aktif dalam berbagai kegiatan Tridharma. Penulis banyak terlibat dalam berbagai penelitian, baik yang didanai internal perguruan tinggi, eksternal di dalam dan di luar negeri, maupun yang didanai oleh Hibah Kemenristek DIKTI dan BRIN. Selain itu, penulis juga aktif menghasilkan publikasi ilmiah, menjadi editor jurnal *Nursing Current Jurnal Keperawatan UPH*, Komite *Research, Community Service and Training (RCTC)*, reviewer internal LPPM UPH, serta reviewer untuk jurnal nasional dan internasional. Sebagai bentuk komitmen dan prestasi, penulis memperoleh jenjang akademik dosen sebagai Lektor Kepala pada tahun 2025.

Email Penulis: martina.pakpahan@uph.edu



BAB 12

INTERAKSI GIZI BUDAYA DENGAN BEBAN GANDA MASALAH GIZI

Denisius Umbu Pati, SKM.,M.Kes.
Universitas Kristen Wira Wacana Sumba



Pendahuluan

Masalah gizi di Indonesia saat ini tidak dapat dipisahkan dari konteks sosial, ekonomi, lingkungan dan budaya masyarakat. Makanan bukan hanya sumber energi dan zat gizi, tetapi juga merupakan bagian dari identitas, tradisi atau budaya, sistem kekerabatan, praktik pengasuhan, aktivitas ekonomi, serta kehidupan sosial masyarakat.

Beban ganda yang sering terjadi pada masalah gizi tersebut merupakan tantangan kesehatan masyarakat yang ditandai oleh keberadaan masalah kekurangan gizi, seperti *stunting*, *wasting*, dan *underweight*, secara bersamaan dengan masalah gizi lebih dan penyakit tidak menular yang berkaitan dengan pola konsumsi masyarakat. Fenomena tersebut semakin kompleks ketika masalah gizi berinteraksi dengan tradisi atau budaya pangan, kondisi sosial ekonomi, lingkungan, akses pangan, serta praktik pengasuhan masyarakat (Chandra & Fatmariza, 2020).

Kabupaten Sumba Timur merupakan bagian dari Provinsi Nusa Tenggara Timur merupakan salah satu kabupaten yang tidak terlepas dari persoalan atau permasalahan gizi serta perubahan pola konsumsi dan lingkungan pangan. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 menunjukkan prevalensi stunting NTT sebesar 37,0%, sedangkan di Kabupaten Sumba Timur prevalensi stunting menurut SSGI 2024 mencapai 30,9%, *underweight* 31,2%, *wasting* 13,0%, dan *overweight* 1,6%. Pada 2025, data yang diperbarui pada 2026 menunjukkan 3.266 (17,68%) balita stunting (Tianingrum & Sari, 2026).

Kabupaten Sumba Timur memiliki karakteristik geografis, sosial, ekonomi dan tradisi atau budaya yang khas. Masyarakat memiliki sejarah panjang dalam memanfaatkan berbagai sumber pangan lokal seperti jagung, padi, sorgum, jewawut (*Setaria italica*) dalam Bahasa sumba timurnya Uhu Kanu/Uhu Marrak, ubi kayu, ubi jalar, kacang-kacangan, sayuran serta berbagai sumber pangan hewani. Kajian mengenai sumber daya hayati pangan di Sumba Timur menunjukkan bahwa padi dan jagung merupakan pangan pokok, sementara masyarakat juga mengenal berbagai sereal lokal seperti sorgum, jewawut serta berbagai jenis umbi-umbian. Pada masa paceklik, pangan lokal tersebut mempunyai peran penting sebagai sumber

pangan rumah tangga. Keberadaan sumber pangan lokal tidak secara otomatis menjamin tercapainya status gizi yang baik. Hal inilah yang masih menjadi persoalan permasalahan gizi di Kabupaten Sumba Timur Provinsi Nusa Tenggara Timur.

Kabupaten Sumba Timur, persoalan gizi tidak dapat dipisahkan dari budaya pangan lokal, kemiskinan, ketahanan pangan rumah tangga, akses sanitasi, preferensi makanan, serta perubahan lingkungan pangan (Widowati & Nurfitriani, 2023). Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik Pada 2025, tingkat kemiskinan Sumba Timur masih 25,64% atau sekitar 70.350 penduduk, meskipun menurun dari 27,04% pada 2024. Akses sanitasi layak mencapai 70,10% pada 2025, sementara konsumsi energi rata-rata penduduk Sumba Timur pada 2024 mencapai 2.072 kkal/kapita/hari. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa peningkatan ketersediaan energi tidak selalu identik dengan kecukupan kualitas dan keberagaman pangan.

Dengan demikian, masalah gizi saat ini tidak dapat lagi dipandang hanya sebagai masalah “kekurangan makanan”. Masyarakat dapat mengalami kekurangan zat gizi tertentu sekaligus mengonsumsi makanan yang tinggi energi, gula, garam, dan lemak. Beberapa kasus yang dijumpai dimasyarakat saat ini dimana terdapat dalam satu keluarga yang sama, misalnya seorang ibu mengalami anemia, anak mengalami stunting, sementara anggota keluarga lainnya mengalami *overweight* atau obesitas.

Budaya atau tradisi memiliki posisi yang sangat penting dalam kondisi tersebut. Budaya menentukan makanan apa yang dianggap layak dikonsumsi, makanan apa yang dianggap tabu, siapa yang memperoleh makanan terlebih dahulu, bagaimana makanan dibagikan dalam keluarga, bagaimana makanan diberikan kepada bayi dan anak, serta bagaimana masyarakat memahami tubuh yang sehat. Oleh sebab itu, intervensi gizi yang tidak mempertimbangkan budaya berpotensi mengalami kegagalan meskipun secara ilmiah (Sholeha & Puspikawati, 2025a).

Daftar Pustaka

- Al Khairiyah, H., Hardinsyah, H., Dewi, M., Alamsyah, P. R., & Riawan, A. (2025). Differences in the Nutritional and Micronutrient Malnutrition Status Among Primary School Children Aged 8–13 Years in Bogor, Indonesia: Perbedaan Status Gizi dan Malnutrisi Mikronutrien pada Anak Sekolah Dasar Usia 8–13 Tahun di Bogor, Indonesia. *Amerta Nutrition*, 9(4), 586–595.
- Chandra, K. Y., & Fatmariza, F. (2020). Beban Ganda: Kerentanan Perempuan Pada Keluarga Miskin. *Journal of Civic Education*, 3(4), 430–439.
- Dalimoenthe, I. (2021). *Sosiologi gender*. Bumi Aksara.
- Fitrian, Z. A. (2025). BAB 2 MAKRONUTRIENT DAN MIKRONUTRIENT UNTUK ATLET. *GIZI OLAHRAGA*, 15.
- Hamidah, I. (2017). Studi tentang pola konsumsi masyarakat pesisir Indramayu. *Jurnal Mangifera Edu*, 1(2), 46–51.
- Kadir, S., & Kes, M. (2022). *Gizi Masyarakat*. Absolute Media.
- Krisdayani, D. D., Agustina, A., & Hanifah, L. (2023). Hubungan Pola Makan, Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Sosial Budaya Dengan Status Gizi Calon Pengantin. *Gizi Indonesia*, 46(1), 11–22.
- Rahayu, A. (2020). *Buku Ajar: Dasar Dasar Gizi*. CV. Mine, Yogyakarta.
- Sholeha, R. K., & Puspikawati, S. I. (2025a). *Tinjauan Pustaka: Peran Budaya, Adat dan Tradisi dalam Pola Asuh sebagai Faktor Penyebab Beban Gizi Ganda pada Ibu Hamil*.
- Sholeha, R. K., & Puspikawati, S. I. (2025b). *Tinjauan Pustaka: Peran Budaya, Adat dan Tradisi dalam Pola Asuh sebagai Faktor Penyebab Beban Gizi Ganda pada Ibu Hamil*.
- Sudargo, T., Wahyuningtyas, R., Prameswari, A. A., Aulia, B., Aristasari, T., & Putri, S. R. (2022). *Budaya makan dalam perspektif kesehatan*. Ugm Press.
- Tianingrum, N. A., & Sari, R. M. (2026). An Ecological Study and Disparities Analysis of Stunting and Its Predictors in Indonesia Based on SSGI 2024. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 8(1), 277–289.

- Wardani, P., Khasanah, Z., & Sumarmi, S. (2024). Faktor sosial budaya yang mempengaruhi keragaman konsumsi pangan pada balita. 5. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3).
- Wells, J. C., Sawaya, A. L., Wibaek, R., Mwangome, M., Poullas, M. S., Yajnik, C. S., & Demaio, A. (2020). The double burden of malnutrition: aetiological pathways and consequences for health. *The Lancet*, 395(10217), 75–88.
- Widowati, S., & Nurfitriani, R. A. (2023). *Diversifikasi pangan lokal untuk ketahanan pangan: perspektif ekonomi, sosial, dan budaya*. Penerbit BRIN.
- Yuliawati, D. (2021). *Konsep Dasar Ilmu Gizi*.

PROFIL PENULIS



Denisius Umbu Pati, SKM., M.Kes.

Penulis tertarik terhadap ilmu Kesehatan dalam hal ini Kesehatan Masyarakat dimulai pada tahun 2010 silam. Hal tersebut membuat penulis memilih untuk masuk ke Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 2 Waingapu Kota Waingapu dengan memilih Jurusan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) dan berhasil lulus pada tahun 2010. Penulis kemudian melanjutkan pendidikan ke Perguruan Tinggi dan berhasil menyelesaikan studi S1 di prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat dengan Peminatan Kesehatan Lingkungan dan Kesehatan Kerja Universitas Nusa Cendana pada tahun 2010 dan penulis menyelesaikan studi S1 pada tahun 2014. Dua tahun kemudian, penulis menyelesaikan studi S2 di prodi Kesehatan Masyarakat Program Pasca Sarjana Universitas Nusa Cendana dan menyelesaikan studinya pada tahun 2016. Penulis memiliki kepakaran dibidang Kesehatan Masyarakat dengan konsentrasi Kesehatan Lingkungan dan Kesehatan Kerja. Dan untuk mewujudkan karir sebagai dosen profesional, penulis pun aktif sebagai peneliti dibidang kepakarannya tersebut. Beberapa penelitian yang telah dilakukan didanai oleh internal perguruan tinggi dan juga Kemenristek DIKTI. Selain peneliti, penulis juga aktif menulis buku dengan harapan dapat memberikan kontribusi positif bagi bangsa dan negara yang sangat tercinta ini.

Email Penulis: denis@unkriswina.ac.id



BAB 13

INTERVENSI PROGRAM GIZI BERBASIS PENDEKATAN SOSIO- KULTURAL

Ayu Mardian
Poltekkes Kemenkes Padang



Pendahuluan

Masalah gizi merupakan fenomena kesehatan masyarakat yang terbentuk melalui interaksi faktor biologis, ekonomi, sosial, lingkungan, dan kebudayaan. Pilihan pangan tidak hanya ditentukan oleh kandungan zat gizi, tetapi juga oleh makna makanan, kebiasaan keluarga, tradisi, kemampuan ekonomi, akses pangan, jaringan sosial, serta norma yang berlaku dalam masyarakat. Karena itu, intervensi gizi yang hanya mengandalkan penyampaian informasi mengenai makanan sehat sering kali belum cukup untuk menghasilkan perubahan perilaku yang bertahan lama.

Pendekatan sosiokultural menempatkan perilaku makan sebagai bagian dari kehidupan sosial. Makanan dapat berfungsi sebagai simbol identitas, media interaksi, penanda status, bagian dari ritual, dan sarana mempertahankan hubungan antaranggota komunitas. Konsekuensinya, rekomendasi gizi yang secara biologis tepat belum tentu dapat diterapkan apabila bertentangan dengan kebiasaan, nilai, kemampuan ekonomi, atau struktur pengambilan keputusan dalam keluarga. Bukti yang dirangkum dalam bahan sumber menunjukkan bahwa relevansi budaya, keterlibatan masyarakat, penelitian formatif, serta pemanfaatan struktur sosial lokal merupakan unsur yang berulang dalam intervensi gizi berbasis sosio-kultural (Nu & Bersamin, 2017; Rascón et al., 2022; Greene et al., 2023).

Intervensi berbasis sosiokultural tidak berarti mempertahankan seluruh praktik tradisional tanpa penilaian kritis. Pendekatan ini berupaya mengenali praktik yang mendukung kesehatan, menyesuaikan praktik yang kurang sesuai, dan merancang perubahan bersama masyarakat tanpa menghilangkan identitas budaya. Dengan cara tersebut, perubahan perilaku gizi tidak diposisikan sebagai instruksi dari luar, melainkan sebagai proses adaptasi yang dapat diterima secara sosial.

Bab ini membahas konsep, determinan, landasan teoritis, tahapan perencanaan, strategi implementasi, pemberdayaan masyarakat, pemanfaatan pangan lokal, intervensi pada kelompok rentan, monitoring dan evaluasi, serta tantangan keberlanjutan. Pembahasan diarahkan pada penerjemahan pengetahuan mengenai gizi budaya menjadi rancangan program yang operasional, kontekstual, dan dapat dipertahankan oleh masyarakat.

Konsep Intervensi Gizi Berbasis Pendekatan Sosio-Kultural

Intervensi gizi berbasis pendekatan sosio-kultural merupakan upaya terencana untuk memperbaiki perilaku konsumsi, kualitas diet, akses pangan, atau status gizi dengan mempertimbangkan nilai, norma, kepercayaan, praktik makan, struktur sosial, kondisi ekonomi, dan lingkungan tempat masyarakat hidup. Orientasi program tidak berhenti pada perubahan pengetahuan individu, tetapi juga mencakup kondisi keluarga, komunitas, organisasi, dan lingkungan yang membentuk pilihan pangan.

Karakter utama pendekatan ini adalah relevansi budaya dan penerimaan sosial. Intervensi perlu menghormati tradisi pangan setempat, menggunakan bahan pangan yang dikenal, menyesuaikan bahasa dan cara komunikasi, serta memperhatikan siapa yang memiliki pengaruh dalam keputusan makan. Tinjauan mengenai relevansi budaya pada intervensi kuliner dan gizi menunjukkan pentingnya penyesuaian materi dan strategi dengan konteks kelompok sasaran (Villalona et al., 2022).

Komponen berikutnya adalah keterlibatan masyarakat. Masyarakat ditempatkan sebagai mitra dalam identifikasi masalah, penentuan prioritas, penyusunan pesan, pemilihan media, pelaksanaan, dan evaluasi. Intervensi berbasis komunitas yang menggunakan tenaga kesehatan masyarakat atau figur lokal dapat memanfaatkan kepercayaan dan pengetahuan kontekstual yang telah terbentuk. Program *Comprando Rico y Sano*, misalnya, menggunakan pendekatan berbasis komunitas dan promotor untuk meningkatkan pengetahuan gizi, pola makan sehat, dan akses pangan pada kelompok Latino berpendapatan rendah (Rascón et al., 2022).

Penelitian formatif juga menjadi fondasi penting. Sebelum program dilaksanakan, perlu dipahami bagaimana makanan dipilih, disiapkan, dibagikan, dan dimaknai. Penelitian formatif membantu mengidentifikasi hambatan yang tidak terlihat dalam survei kuantitatif, seperti rasa malu, gengsi, aturan tidak tertulis dalam keluarga, persepsi mengenai makanan tertentu, atau tuntutan sosial ketika menghadiri kegiatan komunal. Informasi tersebut menentukan apakah rekomendasi program dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Daftar Pustaka

- Di Noia, J., Furst, G., Park, K., & Byrd-Bredbenner, C. (2013). Designing culturally sensitive dietary interventions for African Americans: Review and recommendations. *Nutrition Reviews*.
- Greene, M., Houghtaling, B., Sadeghzadeh, C., et al. (2023). African Americans' perceptions of nutrition interventions: A scoping review. *Nutrition Research Reviews*.
- Hitachi, M., Wanjihia, V., Nyandieka, L., et al. (2020). Improvement of dietary diversity and attitude toward recommended *feeding* through novel community based nutritional education program in coastal Kenya—an intervention study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Jacob, M. C. M., Teixeira, C. D., Bautista, D. A., & Ramos, V. A. N. (2021). Ethnonutrition. *Ethnobiology and Conservation*.
- Kaur, J., Kaur, M., Chakrapani, V., & Kumar, R. (2020). Multilevel influences on fat, sugar, salt, fruit, and vegetable consumption behaviors among urban Indians: Application of the Social Ecological Model. *SAGE Open*.
- Nu, J., & Bersamin, A. (2017). Collaborating with Alaska Native communities to design a cultural *food* intervention to address nutrition transition. *Progress in Community Health Partnerships: Research, Education, and Action*.
- Oldroyd, J., Burns, C., Lucas, P., Haikerwal, A., & Waters, E. (2008). The effectiveness of nutrition interventions on dietary outcomes by relative social disadvantage: A systematic review. *Journal of Epidemiology and Community Health*.
- Rascón, M. S., Garcia, M. L., Nguyen-Rodriguez, S. T., et al. (2022). Comprando Rico y Sano: Increasing Latino nutrition knowledge, healthful diets, and *food* access through a national community-based intervention. *American Journal of Health Promotion*.
- Talegawkar, S. A., Lancki, N., Jin, Y., et al. (2020). Social network characteristics are correlated with dietary patterns among middle aged and older South Asians living in the United States. *BMC*

Nutrition.

- Viajar, R. V., Dorado, J. B., Rongavilla, E. O., et al. (2022). Monitoring the implementation of nutrition intervention at the local level. *Evaluation and Program Planning*.
- Villalona, S., Ortiz, V., Castillo, W. J., & Garcia Laumbach, S. (2022). Cultural relevancy of culinary and nutritional medicine interventions: A scoping review. *American Journal of Lifestyle Medicine*.
- Weng, V., Wiles, N., Jenkins, D., et al. (2024). The effectiveness of a home-based dietetic intervention for community-dwelling older adults. *Australasian Journal on Ageing*.

PROFIL PENULIS



Ayu Mardian, S.KM, M.Kes

Penulis lahir di Payakumbuh pada 30 September 1982. Bekerja sebagai dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang di Jurusan Kesehatan Gigi, mengajar dalam area ilmu promosi kesehatan, ilmu perilaku, menempuh jenjang pendidikan Diploma 3 Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Jakarta 1, S1 Promosi Kesehatan Universitas Fort de Kock, S2 Ilmu Kedokteran Gigi

Komunitas FKG Universitas Indonesia, dan saat ini sedang menempuh pendidikan Strata 3 di FKM Universitas Indonesia dengan peminatan di bidang *community health development*.

Email: ayumardian5@gmail.com

BAB 14

MASA DEPAN GIZI

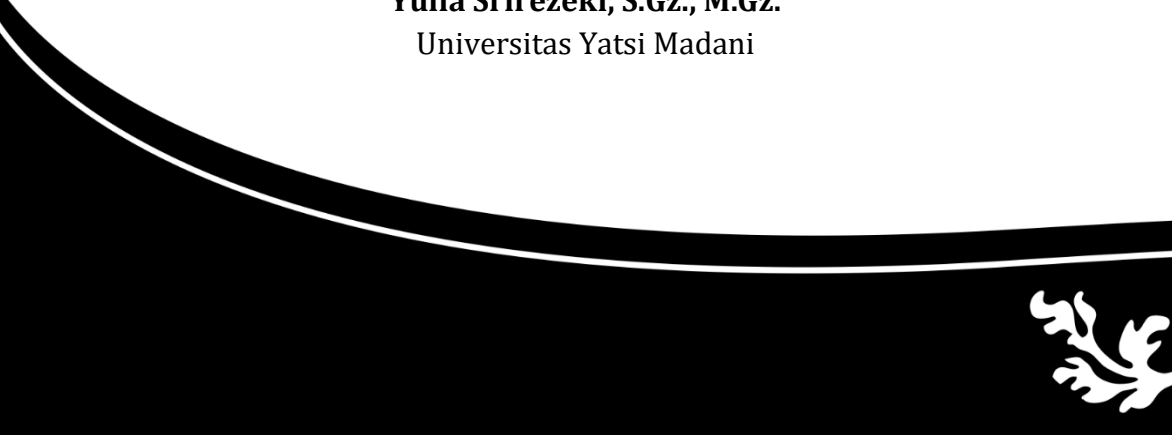
BUDAYA: PRESERVASI

KULINER LOKAL DAN

KEBERLANJUTAN

PANGAN

Yulia Srirezeki, S.Gz., M.Gz.
Universitas Yatsi Madani



Konsep Gizi Budaya (*Nutritional Anthropology*) dan Sistem Pangan (*Food System*)

Dalam perspektif gizi budaya dan sistem pangan, makanan berfungsi sebagai arena dinamis yang merefleksikan konstruksi gender, ras, dan kelas sosial. Penyiapan makanan (*feeding work*) yang acap kali dibebankan kepada perempuan dalam struktur patriarkis sebenarnya menyimpan potensi pemberdayaan melalui penguasaan dapur dan resep tradisional. Perempuan serta kelompok marginal mengekspresikan kesadaran kritis (*differential consciousness*) untuk mentransfer nilai budaya dan membangun kemandirian. Selain itu, praktik pangan menjadi sarana resistensi kultural terhadap penstigmaan rasial dan hierarki kelas, di mana hidangan warisan dijadikan simbol identitas serta perlawanan politik terhadap asimilasi dan konsumerisme modern. Keterkaitan kompleks ini terlihat nyata dalam kehidupan sehari-hari, mulai dari edukasi sejarah keluarga saat memasak bersama hingga pembentukan kebun komunitas (*community garden*) oleh masyarakat berpenghasilan rendah sebagai aksi nyata merebut kembali kedaulatan pangan lokal dari ketimpangan sistem kapitalis (Counihan & Esterik, 2013).

Dalam kaji gizi budaya, tubuh manusia bertindak sebagai media simbolis yang merefleksikan moralitas, identitas, dan wacana kesehatan modern. Praktik kuliner berbasis kepercayaan seperti puasa dan pantangan makan (*food taboos*) menjadi sarana mengekspresikan disiplin spiritual, kesucian moral, serta solidaritas komunal. Namun, di era modern, konstruksi tubuh kian terdistorsi oleh standar estetika media yang memicu tekanan citra tubuh (*body image*) hingga perilaku makan menyimpang (*eating disorders*) seperti anoreksia dan *orthorexia*. Di sisi lain, prinsip inkorporasi kultural "*you are what you eat*" menjadikan pilihan pola makan seperti veganisme atau konsumsi *fast food* sebagai pernyataan gaya hidup, posisi politik, dan identitas kelas. Maraknya patologisasi dan medikalisasi tubuh juga menggeser makna kebiasaan makan dari tradisi kultural yang kaya menjadi sekadar pemenuhan indikator medis, yang pada akhirnya melahirkan stigma moral serta kontrol biopolitik atas tubuh "sehat" versus "sakit" (Counihan & Esterik, 2013).

Fenomena globalisasi pangan mendorong homogenisasi kultural melalui ekspansi industri multinasional yang memicu transisi zat gizi dan pergeseran pola penyakit degeneratif. Namun, arus ini tidak sepenuhnya menghapus tradisi lokal, melainkan melahirkan glokalisasi dan hibriditas kuliner, di mana masyarakat mengadaptasi hidangan asing agar selaras dengan nilai sosiokultural setempat. Di sisi lain, pergerakan manusia antarnegara memperkuat peran makanan bagi komunitas diaspora sebagai jangkar emosional, penanda identitas etnis, dan pemelihara ingatan kolektif. Interaksi pangan global ini juga diwarnai ketimpangan sistemik akibat dominasi kapitalisme industri pangan, yang pada akhirnya memicu gerakan perlawanan seperti *fair trade* dan *slow food* guna memperjuangkan kedaulatan serta keadilan sistem pangan lokal (Counihan & Esterik, 2013).

Transformasi sistem pangan global didorong oleh aktivisme kedaulatan pangan (*food sovereignty*) dan keadilan pangan (*food justice*) yang menentang dominasi agribisnis korporat serta membongkar ketimpangan akses akibat diskriminasi ras dan kelas, seperti fenomena *food deserts*. Sebagai aksi nyata, masyarakat memperkuat sistem pangan alternatif (*alternative food networks*) melalui pasar petani dan kebun komunitas untuk memotong rantai pasok sekaligus membangun ketahanan pangan lokal yang ekologis. Perubahan ini diimbangi oleh politik konsumsi etis (*voting with your fork*) dan advokasi kebijakan publik guna menciptakan regulasi nasional yang menjamin hak petani, pekerja pangan, serta keberlanjutan lingkungan (Counihan & Esterik, 2013).

Perspektif antropologi gizi membahas pemahaman terhadap perilaku konsumsi masyarakat yang memerlukan pendekatan holistik melalui Model Sistem Pangan Sosio-Budaya (*Socio-cultural Food System Model*) yang mengonstruksi bahwa kebiasaan makan tidak hanya dibentuk oleh aspek biologis dan ketersediaan fisik, melainkan juga merupakan hasil interaksi dinamis antara lingkungan biofisik, teknologi, struktur sosial, dan sistem ideologi. Contoh konstruksi ideologi dan simbolisme pangan di Indonesia adalah tradisi nasi tumpeng dalam ritual Jawa. Selain itu, terdapat tradisi sasi pangan di

Daftar Pustaka

- Bryant, C. A., DeWalt, K. M., Courtney, A., & Schwartz, J. H. (2003). *The Cultural Feast: An Introduction to Food and Society* (2nd ed.). Thomson.
- Counihan, C., & Esterik, P. Van. (2013). *Food and Culture* (C. Counihan & P. Van Esterik (eds.); 3rd ed.). Routledge.
- Jamil, S. N. A., Sandra, L., Sutrisno, E., Purnamasari, S., Mardiyah, U., Fitriyani, E., Halvina Grasela Saiya, Nurhayati, A., Kamarudin, A. P., & Nurhayati. (2021). *Ekologi pangan dan gizi masyarakat* (E. Sutrisno (ed.); 1st ed.). Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia.
- Jawan, A. J., Tokan, F. B., & Dhosa, D. D. (2025). KEARIFAN LOKAL MASYARAKAT ADAT DALAM MENJAGA KETAHANAN PANGAN MELALUI TRADISI REWA ` NG PLEA “ (Studi Kasus Desa di Daniwato Kecamatan Solor Barat Kabupaten Flores Timur).” *Education and Government Wiyata*, 3(4), 243–273.
- Kuhnlein, H. V., Erasmus, B., & Spigelski, D. (2009). *Indigenous Peoples ' food systems: the many dimensions of culture, diversity, and environment for nutrition and health*. FAO.
- Nikmatullah, M., Kalima, T., Fathi, M., Ningrum, L. W., Hasanah, I. F., & Hukum, A. (2023). Dinamika Hukum di Indonesia : Merawat Kearifan Lokal , Mencapai Ketahanan Pangan. In M. Helmiawan & A. Winarko (Eds.), *Diversifikasi Pangan Lokal untuk Ketahanan Pangan: Perspektif Ekonomi, Sosial, dan Budaya* (1st ed., Issue 1, pp. 247–279). Penerbit BRIN.
<https://doi.org/10.55981/brin.918.c797>
- Popkin, B. M. (2006). Technology, transport, globalization and the nutrition transition *food policy*. *Food Policy*, 31(6), 554–569.
- Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Garnett, T., Tilman, D., Declerck, F., Crona, B., Fox, E., Bignet, V., Troell, M., Lindahl, T., Singh, S., Cornell, S. E., Reddy, K. S., Narain, S., Nishtar, S., & Murray, C. J. L. (2019). The Lancet Commissions *Food in the Anthropocene: the EAT – Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems*. *The Lancet Comissions*, 6736(18), 1–47.

[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31788-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4)

Yuliani, A., & Umar. (2025). Optimalisasi Pangan Lokal sebagai Solusi Berkelanjutan untuk Mengurangi Stunting di Pedesaan Kecamatan Jereweh. *Empiricism*, 6(3), 1002–1009.

PROFIL PENULIS



Yulia Srirezeki, S.Gz., M.Gz.

Ketertarikan penulis terhadap ilmu gizi dimulai pada tahun 2016. Hal tersebut membuat penulis memilih untuk masuk ke Program Studi Gizi, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta (UPNVJ) dan menyelesaikannya pada tahun 2020. Satu tahun kemudian, penulis memilih melanjutkan pendidikan ke Program Studi S-2 Ilmu Gizi, Institut Pertanian Bogor (IPB) dan menjadi salah

satu *awardee* Beasiswa Unggulan Program Pascasarjana, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan pada tahun 2022. Saat ini, penulis sedang merintis karier sebagai Dosen Gizi, Program Sarjana, Universitas Yatsi Madani sejak Maret 2026 dan memiliki kepakaran berkaitan dengan status kesehatan dan gizi ibu dan anak, sistem ketahanan pangan dan gizi, perencanaan, implementasi, dan evaluasi program gizi, serta penyakit tidak menular. Sebelumnya, penulis memiliki track record sebagai enumerator, asisten peneliti, penanggung jawab teknis kota/kab hingga proyek coordinator pada riset maupun proyek gizi serta gender dan anak. Harapannya, buku ini dapat dijadikan salah satu referensi dalam proses pembelajaran maupun tugas akhir dan dapat dijadikan ide penelitian maupun pengabdian untuk dapat dikembangkan dan berdampak lebih luas dalam bidang Tridharma.

Email Penulis: yuliasrirezeki@gmail.com

GIZI BUDAYA

Antropologi Pangan dan
Dinamika Konsumsi Masyarakat

Pangan pada hakikatnya bukan sekadar urusan pemenuhan nutrisi biologis untuk bertahan hidup, melainkan sebuah konstruksi sosial yang sangat kompleks. Makanan adalah bahasa tanpa kata yang berbicara tentang identitas, kelas sosial, sejarah, hingga kepercayaan suatu komunitas. Seringkali, pendekatan klinis dan biomedis semata tidak cukup untuk mengurai masalah kesehatan di masyarakat seperti *stunting*, gizi buruk, atau tingginya angka penyakit tidak menular tanpa memahami akar sosiologis dan kebiasaan konsumsinya. Buku ini hadir untuk menjembatani disiplin ilmu gizi klinis dan kesehatan masyarakat dengan ilmu antropologi dan sosiologi. Secara sistematis, buku ini mengupas bagaimana budaya membentuk persepsi masyarakat terhadap makanan, mencakup mitos dan pantangan (tabu) makanan, ritual adat yang melibatkan pangan, hingga pergeseran gaya hidup dan pola konsumsi akibat arus modernisasi serta globalisasi. Di sisi lain, buku ini juga menyoroti pentingnya pendekatan kultural dalam merancang program-program intervensi gizi yang efektif dan dapat diterima oleh masyarakat lokal. Karya ini diharapkan dapat menjadi referensi berharga bagi para mahasiswa (khususnya dari program studi Ilmu Gizi, Kesehatan Masyarakat, Antropologi, dan Sosiologi), para akademisi, praktisi kesehatan, pekerja sosial, perumus kebijakan, maupun masyarakat luas yang peduli terhadap isu ketahanan pangan dan dinamika sosial-budaya.