

## MAKANAN TABU DI JENEPONTO SULAWESI SELATAN

(*Taboo Food In Jeneponto South Sulawesi*)

Dadang Sukandar<sup>1</sup>

### ABSTRACT

*Food taboo is one of nutrition problem in Indonesia. Solution to overcome this problem is therefore needed. Objectives of this study are to identify taboo foods and to reduce community food taboo believe through conducting training on basic nutrition knowledge. Study was conducted in Jeneponto South Sulawesi from December 1995 to November 2006. A sample of size 45 households was drawn randomly from household population of size 226. The households population is household farmer who are beneficiary of Special Program for Food Security, Food and Agriculture Organization. Data were analyzed quantitatively and qualitatively and presented in one way table. Results show that groups which had a large number of food taboo were pregnant women group. There are 20 taboo foods for pregnant women and 7 taboo food for lactating mother. Some taboo foods for pregnant women are squid, pari fish, toka-toka fish, papaya, pineapple, etc. Some taboo foods for lactating mother are chicken, chili, shrimp, pari fish, etc. After attending training, the knowledge on basic nutrition knowledge of the farmers increase significantly, therefore it is hoped that their knowledge can reduce their believe of the food taboo.*

*Keywords: food, nutrition, pregnant women, lactating mother.*

### PENDAHULUAN

#### Latar Belakang

Tabu makanan adalah suatu larangan dalam mengonsumsi makanan tertentu karena ada beberapa ancaman atau hukuman bagi orang yang mengonsumsinya. Dalam ancaman ini, terdapat kekuatan supranatural dan mistik yang akan menghukum mereka yang melanggar aturan ini atau tabu (Susanto, 1977)

Dasar dari kebiasaan pangan dicirikan dalam suatu sistem nilai seseorang dalam memilih makanan yang boleh dikonsumsi dan tidak boleh dikonsumsi. Sistem nilai tersebut pada dasarnya berasal dari tiga sumber kebenaran yang dipercayai yaitu

- 1) Agama dan kepercayaan kepada Tuhan,
- 2) Adat-adat yang berasal dari moyang,
- 3) Pengetahuan yang diperoleh dari proses pendidikan formal.

Selain itu, sistem nilai tersebut disosialisasikan dalam keluarga dan dalam pendidikan informal melalui media masa (Nikmawati, 1999).

Tabu makanan di Indonesia masih menjadi masalah karena masih banyak makanan yang seharusnya dikonsumsi tapi masih ditabukan. Akibat tabu makanan tersebut ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan anak-anak tidak berani mengonsumsi makanan tertentu sehingga da-

pat mengurangi asupan makanan yang pada akhirnya akan menurunkan status gizi mereka.

#### Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengidentifikasi makanan yang ditabukan.
2. Mengidentifikasi makanan yang ditabukan bagi ibu hamil, ibu menyusui, bayi, balita laki-laki, balita perempuan, laki-laki dewasa, perempuan dewasa dan orang sakit.
3. Mencari alasan-alasan tabu makanan.
4. Mengurangi kepercayaan tabu makanan melalui pelatihan pengetahuan gizi dasar.

### METODE

#### Desain, Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan cara survai. Penelitian dilakukan di Jeneponto, provinsi Sulawesi Selatan. Penelitian dilakukan dari Desember 2005 sampai November 2006.

#### Prosedur Penarikan Contoh

Populasi didefinisikan sebagai kumpulan keluarga petani yang tergabung dalam kelompok tani yang mendapat bantuan dari *Special Program for Food Security, Food and Agriculture Organization*. Jumlah populasi tersebut yaitu sebanyak 1401 di lima provinsi di Indonesia dan 226 keluarga di Jeneponto. Dari

<sup>1</sup> Staf Pengajar Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB

populasi tersebut ditarik sampel melalui teknik penarikan contoh acak berlapis, dalam hal ini kelompok tani berdiri sebagai lapis. Penentuan ukuran sampel didasarkan pada penarikan contoh acak sederhana dengan formula (Cochran, 1982) sebagai berikut:

$$n = \frac{n_o}{1 + \frac{n_o - 1}{N}}$$

keterangan:

$$n_o = \frac{p(1-p)t_{\alpha/2}^2(v)}{d^2}$$

- n = ukuran sampel rumahtangga
- P = penduga proporsi keluarga yang intake energi dan proteinnya di bawah 70 % (rendah)
- d = keakurasian mutlak perbedaan antara parameter p dan p
- t<sub>α/2</sub>(v) = suatu nilai sehingga P(-t<sub>α/2</sub>(v) < t < t<sub>α/2</sub>(v)) = 1-α, t adalah peubah acak fungsi kepekatan t-student dengan derajat bebas v
- N = ukuran populasi

Dasar untuk penentuan ukuran contoh adalah penduga proporsi keluarga yang konsumsi energi dan proteinnya rendah. Agar contoh serupa dengan populasinya, α dan d yang dipilih harus rendah. Untuk menentukan n, α=0.05 dan d=0.053958 dipilih karena cukup baik.

Ali Khomsan *et al.* (2005) menunjukkan bahwa proporsi keluarga yang konsumsi energi dan proteinnya di bawah 70% adalah p>0.4 oleh karena itu p=0.5 dipilih untuk menduga ragam p(1-p). Substitusi α=0.05, d=0.053958, p=0.4 dan N=1401 ke dalam formula menghasilkan ukuran contoh untuk Jeneponto sebesar n=45.

Penarikan contoh acak berlapis dengan alokasi proporsional digunakan untuk menentukan ukuran contoh dari tiap kelompok tani. Ukuran contoh dari kelompok tani ditentukan sebagai berikut:

$$n_i = \frac{N_i}{N} n$$

keterangan:

- n<sub>i</sub> = ukuran contoh kelompok tani ke-i
- N<sub>i</sub> = ukuran kelompok tani ke-i
- N = ukuran populasi di lima provinsi di Indonesia
- n = ukuran contoh

Dengan menggunakan formula tersebut, ukuran contoh untuk semua kelompok tani didaftarkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Daftar Ukuran Contoh Kelompok Tani (n<sub>i</sub>)

| Kelompok Tani       | N <sub>i</sub> | n <sub>i</sub> |
|---------------------|----------------|----------------|
| 1. Bajiminasa       | 31             | 6              |
| 2. Citarum          | 30             | 6              |
| 3. Sipitangari      | 30             | 6              |
| 4. Mawar Berkembang | 30             | 6              |
| 5. Ternak Mulia     | 35             | 7              |
| 6. Buntulu Jaya     | 31             | 6              |
| 7. Kulang Jaya      | 39             | 8              |
| Jumlah              | 226            | 45             |

### Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan mencakup data nama anggota keluarga, jenis kelamin; umur; fisiologi; nama-nama makanan yang ditabukan; nama-nama makanan yang ditabukan bagi: bayi, laki-laki dewasa, perempuan dewasa, balita laki-laki, balita perempuan, perempuan hamil, perempuan menyusui, dan orang sakit; dan alasan tabu.

### Pelatihan

Pelatihan dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama dilakukan terhadap para pelatih yang berasal dari dinas kesehatan Jeneponto Pelatihan tahap pertama dilakukan pada bulan maret 2006 selama 7 hari. Materi yang diberikan adalah pengetahuan gizi dasar. Tahap kedua adalah pelatihan terhadap seluruh populasi petani yang dilakukan oleh para pelatih yang telah mengikuti tahap pelatihan sebelumnya. Pelatihan tahap kedua dilakukan dari Juni sampai Agustus 2006. Kegiatan dalam pelatihan diawali dengan *pre-test* lalu diakhiri *post-test* untuk setiap materi.

### Pengolahan dan Analisis Data

Pengolahan data mencakup editing, penyusunan struktur file, data entry, editing data pada file komputer dan sorting. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan *MS. Office Excel for Windows*.

Analisis data mencakup tabulasi data menurut kelompok orang, nama makanan yang ditabukan dan alasan tabu. Komputasi dilakukan untuk menduga mean, simpangan baku, nilai minimum dan maksimum untuk pengetahuan gizi awal dan akhir, hasilnya disajikan

dalam tabel. Analisis data dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Analysis System (SAS) (1985)*.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Jumlah anggota keluarga

Rata-rata jumlah anggota keluarga yang tergolong sedang yaitu sebesar 4.7 orang per keluarga seperti dapat dilihat pada Tabel 2. Keragaman jumlah anggota keluarga tergolong sedang, yaitu ditunjukkan dengan simpangan baku sebesar 1.4 orang. Jumlah anggota keluarga minimum 2 orang dan maksimum 7 orang.

Tabel 2. Statistik Jumlah Anggota Keluarga

| Statistik | Jumlah Anggota keluarga |
|-----------|-------------------------|
| mean      | 4.7                     |
| std       | 1.4                     |
| min       | 2.0                     |
| max       | 7.0                     |

#### Pendidikan dan umur suami istri

Rata-rata umur suami istri tergolong pertengahan. Rata-rata umur istri adalah 39 tahun, sedangkan umur suami 44 tahun. Umur istri berkisar antara 20 sampai 75 tahun, sedangkan umur suami berkisar antara 23 sampai 75 tahun seperti dapat dilihat pada Tabel 3.

Rata-rata pendidikan suami istri tergolong rendah. Rata-rata pendidikan istri adalah 5.5 tahun atau setara kelas 5 SD, sedangkan rata-rata pendidikan suami 5.2 tahun atau juga setara kelas 5 SD. Pendidikan suami dan istri berkisar dari 0 sampai 15 tahun seperti dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Statistik Umur dan Pendidikan Suami-Istri

| Statistik (tahun) | Istri |      | Suami |      |
|-------------------|-------|------|-------|------|
|                   | Umur  | Pddk | Umur  | Pddk |
| mean              | 39    | 5.5  | 44    | 5.2  |
| std               | 11    | 4.1  | 13    | 4.3  |
| min               | 20    | 0    | 23    | 0    |
| max               | 75    | 15   | 75    | 15   |

Catatan: Pddk = Pendidikan

#### Makanan Tabu Bagi Ibu Hamil

Makanan yang ditabukan bagi ibu hamil sangat banyak yaitu ada 20 makanan. Pepaya, lombok dan jantung pisang adalah makanan yang mempunyai alasan tabu paling banyak bagi ibu hamil. Alasan yang diberikan oleh responden tidak ada yang logis. Sebagai contoh

pepaya ditabukan karena akan menyebabkan bayinya susah keluar, anak dalam perut akan sakit, akan sakit waktu melahirkan dan lain-lain. Makanan lainnya yang ditabukan beserta alasannya dapat dilihat pada Tabel 4. Cumi-cumi, ikan pari dan ikan coka sangat baik baik ibu hamil karena merupakan sumber protein namun sayangnya ditabukan. Hal ini jelas akan mempengaruhi *intake* protein karena ibu hamil tersebut tidak berani mengonsumsi makanan tersebut.

Tabel 4. Daftar Makanan Tabu Bagi Ibu Hamil

| No | Makanan          | Alasan Tabu   |
|----|------------------|---|
| 1  | Air kelapa       | Bayi influenza dalam kandungan<br>Anak flu  |
| 2  | Buah tala        | Mata bayinya bola   |
| 3  | Cuka             | Mengakibatkan keguguran   |
| 4  | Cumi-cumi        | Anaknya akan berkulit hitam   |
| 5  | Daun kelor       | Anak yang dilahirkan gampang terkena penyakit   |
| 6  | Es               | Nanti bayinya menderita flu<br>Bayi yang dikandung influenza<br>Anaknya nanti besar   |
| 7  | Gurita           | Anaknya mirip gurita  |
| 8  | Ikan pari        | Anak yang dilahirkan menjadi loyo, tidak kekar seperti ikan pari  |
| 9  | Ikan toka-toka   | Anaknya mirip toka-toka   |
| 10 | Jantung pisang   | Badannya sakit<br>Takut anaknya hangus<br>Takut ari-arinya mengumpul seperti jantung pisang<br>Kalau lahir anaknya akan sakit<br>Bayi sulit keluar saat melahirkan  |
| 11 | Kepiting         | Bayinya sulit keluar  |
| 12 | Lombok           | Anak bayinya merasa pedas<br>Takut bayinya kepanasan<br>Anaknya mudah sakit<br>Bayinya akan terasa panas<br>Anaknya sakit<br>Anaknya akan sakit mata<br>Ibunya terkena sariawan parah                     |
| 13 | Nanas muda       | Keguguran   |
| 14 | Nenas            | Mengakibatkan keguguran   |
| 15 | Pepaya           | Bayinya akan susah keluar<br>Anak dalam perut bisa sakit<br>Sakit waktu melahirkan<br>Badannya sakit<br>Sakit pada buah-buahan (perut)<br>Terlalu keras saat melahirkan<br>Selalu sakit sampai melahirkan |
| 16 | Pepaya muda      | Getahnya bisa membuat mules   |
| 17 | Pisang dempet    | Anaknya kembar<br>Bayinya lahir kembar siam<br>Bayinya kembar menempel  |
| 18 | Sayur daun kelor | Anaknya lahir kembar air  |
| 19 | Terong           | Anak lahir benjol-benjol  |
| 20 | Tude             | Anaknya selalu laki-laki  |

**Makanan Tabu bagi Ibu menyusui**

Makanan yang ditabukan bagi ibu menyusui ditemukan sebanyak 7 macam. Daftar makanan tersebut dapat dilihat pada Tabel 5. Cabe rawit merupakan makanan yang mempunyai alasan tabu paling banyak. Jika ibu menyusui makan cabe rawit, mereka percaya akan menyebabkan anak mencret, pedasnya menular ke anak dan pantatnya akan merah. Ayam, ikan pari dan udang sebagai sumber protein ditabukan bagi ibu menyusui. Hal ini tentunya akan memberikan dampak yang tidak baik bagi ibu menyusui karena mereka takut mengonsumsi pangan sumber protein tersebut dan tentu saja keadaan ini jadi sangat tidak menguntungkan bagi ibu menyusui.

Tabel 5. Daftar Makanan yang Ditabukan Bagi Ibu Menyusui

| No | Makanan        | Alasan Tabu                             |
|----|----------------|---|
| 1  | Ayam           | Badan anak yang disusui akan bau busuk  |
| 2  | Cabe rawit     | Anak mencret                            |
|    |                | Pedasnya menular ke anak                |
|    |                | Pantat anak merah                       |
| 3  | Daun kelor     | Anak yang disusui akan sakit perut      |
| 4  | Ikan pari      | Anaknya akan lahir lumpuh               |
| 5  | Jantung pisang | Ari-arinya berbentuk jantung pisang     |
| 6  | Pisang dempet  | Anaknya lahir dempet                    |
| 7  | Udang          | Anak yang disusui akan kena sakit cacar |

**Makanan Tabu bagi bayi, balita dan anak**

Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa tidak ada makanan yang ditabukan untuk kelompok bayi, balita dan anak. Hal ini tentu saja merupakan hal yang sangat mengembirakan karena para orang tua tidak takut untuk memberikan beragam makanan pada bayi, balita dan anaknya.

**Makanan Tabu bagi Perempuan Dewasa**

Makanan tabu bagi perempuan dewasa ditemukan ada 6 macam. Ke enam macam makanan tersebut dapat dikelompokkan dalam dua golongan yaitu kelompok mangga dan kelompok ikan. Daftar nama makanan serta dan alasan tabu bagi perempuan dewasa ini dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Daftar Makanan Tabu Bagi Perempuan Dewasa

| No | Makanan                      | Alasan Tabu  |
|----|------------------------------|--|
| 1  | Mangga                       | Bau badan  |
|    |                              | Haidnya tidak berhenti   |
| 2  | Mangga muda                  | Bau badan  |
| 3  | Ikan balle-balle             | Sumpah nenek moyang untuk tidak memakan ikan tersebut karena mereka pernah ditolong oleh ikan tersebut   |
| 4  | Ikan balana                  | Sumpah nenek moyang untuk tidak memakan ikan tersebut karena mereka pernah ditolong oleh ikan tersebut   |
| 5  | Ikan hiu                     | Sumpah nenek moyang untuk tidak memakan ikan tersebut karena mereka pernah ditolong oleh ikan tersebut   |
| 6  | Ikan Ciko (ikan merah kecil) | Sumpah nenek moyang untuk tidak memakan ikan tersebut karena mereka pernah ditolong oleh ikan tersebut. Jika ada yang makan, akan menderita penyakit kulit |

**Makanan Tabu bagi Laki-laki Dewasa**

Hanya ditemukan satu jenis makanan yang ditabukan bagi laki-laki dewasa. Makanan tersebut adalah kelor. Mereka mengatakan jika kelor tersebut dimakan maka badannya akan pegal-pegal.

**Makanan Tabu bagi orang sakit**

Makanan yang ditabukan bagi orang sakit hanya satu jenis. Makanan tersebut adalah pisang ambon yang dimakan pada pagi hari. Mereka mengatakan kalau pisang tersebut dimakan pada pagi hari maka mereka akan sakit perut.

**Hasil Pelatihan**

Materi pengetahuan gizi dasar yang diberikan mencakup jenis-jenis pangan sumber zat tenaga, sumber zat pembangun, dan sumber zat pengatur. Selain itu diberikan pula materi mengenai fungsi, akibat kekurangan dan akibat kelebihan dari karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan responden sebesar 4.8 dalam skala 0-10 dengan simpangan baku sebesar 2.6. Nilai minimum 0 dan maksimum 10. Setelah pelatihan, hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan dengan rata-rata 7.0 atau meningkat sebesar 2.2. Peningkatan ini diharapkan akan meningkatkan kesadaran ibu rumah tangga dan anggota keluarga akan

pentingnya zat gizi yang terkandung dalam makanan untuk memperbaiki status gizi mereka. Diharapkan pengetahuan gizi tersebut dapat mengurangi kepercayaan akan tabu makanan yang merugikan bagi gizi dan kesehatan mereka .

Tabel 7. Hasil *Pre-* dan *Post-Test* Pelatihan Pengetahuan Gizi Dasar

| Test | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | Delta |
|------|-----------------|------------------|-------|
| mean | 4.8             | 7                | 2.2   |
| std  | 2.6             | 2.2              | 2.6   |
| min  | 0               | 1                | -5    |
| max  | 10              | 10               | 10    |

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Masih banyak makanan yang ditabukan bagi ibu hamil dan Jumlah makanan yang ditabukan tersebut mencapai 20 jenis. Makanan tersebut mencakup pangan sumber zat tenaga, pembangun dan pengatur.
2. Jumlah makanan yang ditemukan sebagai tabu bagi ibu menyusui sebanyak 7 macam namun jenis makanan tersebut mencakup sumber protein, vitamin dan mineral.
3. Tidak ditemukan makanan yang ditabukan bagi bayi, balita dan anak.
4. Makanan yang ditabukan bagi perempuan ada 6 macam. Ke enam makanan tersebut adalah mangga dan beberapa jenis ikan.
5. Makanan yang ditabukan bagi laki-laki dewasa hanya daun kelor. Menurut mereka daun apabila dimakan akan menyebabkan pegal-pegal
6. Makanan yang ditabukan untuk orang sakit hanya pisang ambon. Mereka mengatakan bahwa apabila pisang ambon dimakan pagi hari akan menyebabkan sakit perut.
7. Pelatihan telah dapat meningkatkan pengetahuan gizi dasar sebesar 2.2 poin yaitu dari 4.8 menjadi 7.0.

### Saran

Upaya penurunan kepercayaan akan tabu makanan masih sangat perlu dilakukannya makanan tabu bagi hamil dan ibu menyusu.

sui. Upaya ini dapat dilakukan oleh para petugas Dinas Kesehatan dan kader-kader posyandu secara terus-menerus.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terima kasih kepada Dr. Syaifuddin Sirajuddin sebagai koordinator penelitian dan kepada para dosen serta para mahasiswa dari jurusan Gizi Masyarakat, Fakultas Kesehatan Universitas Hasanudin yang telah membantu kegiatan penelitian mulai dari pengumpulan hingga entri data.

Terima kasih juga disampaikan kepada koordinator pelatihan dari Dinas Pertanian Jeneponto, Nasrun AR dan stafnya serta para pelatih dari Dinas Kesehatan Jeneponto sehingga pengetahuan petani tentang pengetahuan gizi bertambah secara nyata.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cochran WG. 1982. Sampling Technique. John Wiley & Sons.
- Harper LJ, Deaton, & Driskel JA. 1985. Food, Nutrition and Agriculture. UI Press, Jakarta.
- Khomsan A, Dadang S, Faisal A, Hadi R. & Eddy SM. 2005. Research on Food and Nutritional Status of Poor Households in Highland and Coastal Areas. Bogor Agricultural University, Bogor
- Nikmawati EE. 1999. Pola Konsumsi Pangan, Kecukupan dan Status Gizi yang berhubungan dengan Kebiasaan Makan Singkong di Masyarakat Cireundeu, Cimahi, Jawa Barat. Thesis Program Pasca Sarjana, IPB, Bogor.
- SAS Institute Inc. 1985. Procedure Guide for Personal Computer, Version 6 Edition. Cary, North Carolina.
- Susanto D. 1991. Fungsi-fungsi Sosio-Budaya Makanan. Majalah Pangan No 9, Juli, 51-56.