

KAJIAN TENTANG POLA KONSUMSI MAKANAN UTAMA MASYARAKAT DESA GUNUNG SERENG KECAMATAN KWANYAR KABUPATEN BANGKALAN MADURA

Dwi Margareta

Program Studi S-1 Pendidikan Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya
retha_makcik@ymail.com

Dra. Niken Purwidiani, M.Pd

Dosen Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya
niken_purwidiani@yahoo.co.id

Abstrak

Pola makan masyarakat Desa Gunung Sereng Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan Madura memanfaatkan jagung sebagai makanan pokok sehari-hari, hal ini dikarenakan produktivitas hasil pertanian jagung sangat tinggi dan budaya yang dimiliki masyarakat. Hidangan pelengkap makanan pokok berupa lauk pauk yang berasal dari ikan, karena lokasi yang dekat dengan laut dan sayur yang diperoleh dari hasil pertanian masyarakat setempat. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui: 1) kebiasaan makan; 2) pola konsumsi makanan utama; dan 3) seberapa besar faktor geografis, budaya, pengetahuan, dan pendapatan mempengaruhi pola konsumsi makan masyarakat. Rancangan penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Tempat penelitian berada di Desa Gunung Sereng Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan Madura. Pengambilan data dilakukan dengan cara wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Subjek penelitian sebanyak dua belas orang yang meliputi tokoh masyarakat, perangkat desa, dan masyarakat. Analisis data menggunakan analisis kualitatif yang meliputi reduksi data, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini adalah: 1) kebiasaan makan masyarakat dipengaruhi oleh cara mendapatkan sumber pangan, pemilihan bahan makanan, penyusunan menu makan sehari-hari, pengolahan dan penyajian makanan, pendistribusian makanan, frekuensi makan, tabu makanan, dan nilai sosial makanan; 2) pola konsumsi makan masyarakat yaitu memanfaatkan jagung untuk dijadikan nasi jagung murni dan paron dan sebagian mengkonsumsi nasi putih sebagai makanan pokoknya dan hidangan pelengkap nasi jagung ini berupa lauk pauk dan sayur sesuai dengan tingkat kemampuan daya beli rumah tangga; 3) faktor yang mempengaruhi pola konsumsi makan masyarakat adalah letak geografis, budaya, pengetahuan ibu rumah tangga, pendapatan, dan pekerjaan keluarga.

Kata Kunci: Pola Konsumsi, Makanan Utama

Abstract

Society diet of Sereng Mountain Village, Kwanyar District Bangkalan Madura Regency utilizing corn as a main food everyday, this is because corn agricultural productivity is very high and culture of society. Complement dish of main food is side dishes from fish, because the location is close to the sea and vegetable crops were obtained from the local society. This study aims to determine: 1) eating habits; 2) The main food consumption patterns; and 3) how large geographical factors, culture, knowledge, and income affect food consumption patterns of society. The design of this research is qualitative research. Research site is located in Sereng Mountain Village, Kwanyar District Bangkalan Madura Regency. Data collection was conducted by means of in-depth interviews, observation, and documentation. Research subjects as 12 people who include society leaders, village device, and society. Analysis of the data using qualitative analysis includes data reduction, presentation, and drawing conclusions. The results of this study are: 1) people's eating habits are influenced by how to get a source of food, the selection of groceries, forming daily menu, the processing and presentation of food, distribution of food, frequency of feeding, food taboos, and social value of food; 2) food consumption patterns of society that utilizes corn to be used as pure corn rice and anvil and partially consume white rice as a main food and corn rice dish is a complementary side dishes and vegetables in accordance with the level of household purchasing power; 3) factors affecting food consumption patterns of society is the geographic location, culture, knowledge housewives, income, and family work.

Keywords: Food Consumption Pattern, Main Meal

PENDAHULUAN

Indonesia secara astronomis berada antara 6°LU dan 95°BT-141°BT yang merupakan lintang rendah yang menyebabkan beriklim tropis. Secara topografi Indonesia merupakan negara kepulauan dengan sumber daya alam melimpah baik dari hasil darat dan laut. Madura khususnya adalah salah satu wilayah yang berada di Indonesia secara astronomis berada antara 6° 45' LS - 7° 15' LS dan 112° 15' BT - 114° 05' BT. Secara topografi pulau ini berada pada ketinggian antara 2-471 meter di atas permukaan laut. Curah hujan tidak merata sepanjang tahun dan musim kering sangat lama di bagian timur. Sekitar 55% dari luas pulau ini merupakan tanah kering, 10% merupakan tanah kritis, dan selebihnya adalah sawah dan tegalan (11%) yang secara keseluruhan pulau ini kurang air tanah dan terbilang kurang subur. Tanaman yang tumbuh subur di Madura ini adalah jagung dan tembakau (Data BPS Madura, 1995).

Ketersediaan bahan pangan di suatu daerah berpengaruh pada pola konsumsi makan masyarakat setempat. Suatu daerah akan menggunakan hasil alamnya untuk mencukupi semua kebutuhan masyarakatnya. Kebutuhan pangan masyarakat antara satu daerah dengan daerah lain memiliki berbagai macam perbedaan, termasuk masyarakat Madura. Konsumsi bahan makanan yang dilakukan secara terus menerus dikatakan sebagai kebiasaan makan yang akan membentuk suatu pola makan. Keragaman konsumsi makan masyarakat Madura dapat diketahui dari pola konsumsi makan di daerah yang bersangkutan, yaitu kebiasaan makan yang mencakup ragam jenis bahan pangan dan jumlah pangan yang dikonsumsi serta frekuensi dan waktu makan, yang secara kuantitatif semuanya menentukan jumlah bahan pangan yang dikonsumsi.

Kebiasaan makan masyarakat yang berbeda-beda pada dasarnya membentuk pola makan yang sama. Pola makan masyarakat termasuk masyarakat Madura didasarkan pada jenis hidangan yang dikonsumsi. Adapun hidangan yang dikonsumsi sebagai makanan sehari-hari masyarakat pada umumnya terbagi menjadi tiga macam hidangan yaitu makanan utama, makanan selingan atau kudapan, dan minuman. Diantara ketiga jenis hidangan tersebut, makanan utama merupakan hidangan yang menjadi pangan utama masyarakat karena makanan utama merupakan makanan yang dikonsumsi sehari-hari.

Salah satu wilayah yang berada di Madura adalah Kabupaten Bangkalan. Di Kabupaten Bangkalan terdapat suatu daerah pegunungan yang memiliki struktur tanah berbatu dan sulit digunakan sebagai lahan pertanian yaitu Desa Gunung Sereng Kecamatan Kwanyar. Hasil pertanian penduduk Desa Gunung Sereng dengan kondisi wilayah yang dekat dengan pegunungan menghasilkan sumber pertanian yang kurang beragam. Masyarakat menggantungkan hidup dengan mengkonsumsi hasil panen yang ada,

sehingga makanan utama yang dikonsumsi bergantung pada bahan pangan yang tersedia di Desa Gunung Sereng. Ketersediaan bahan pangan di Desa Gunung Sereng ketersediannya terbatas dari jenis dan jumlahnya, sehingga diperlukan adanya masukan bahan pangan lain untuk melengkapi kebutuhan makan sehari-hari.

Seiring dengan perkembangan zaman, ketersediaan makanan lebih beragam karena pengaruh era globalisasi dan kemajuan teknologi saat ini. Dengan kemajuan teknologi yang pesat, maka masyarakat akan mudah mendapatkan informasi dan pengetahuan dari media elektronik seperti televisi dan akses yang mudah untuk masuk ke dalam desa. Berdasarkan hal tersebut, maka secara umum pola konsumsi makan masyarakat Desa Gunung Sereng sangat mungkin mengalami perubahan. Umumnya pola konsumsi telah beralih ke bahan pangan yang lebih bergizi dan beragam. Berdasarkan observasi awal, faktor pola konsumsi makanan yang berada di Desa Gunung Sereng dipengaruhi oleh letak geografis, budaya, dan kesadaran masyarakatnya tentang pendidikan yang menghasilkan pengetahuan dan pendapatan keluarga.

Faktor utama yang mempengaruhi pola konsumsi makan di Desa Gunung Sereng adalah faktor geografis. Keadaan wilayah yang ada sangat mempengaruhi pola konsumsi makan pada masyarakat di Desa Gunung Sereng. Hasil pertanian penduduk Desa Gunung Sereng dengan kondisi wilayah yang dekat dengan pegunungan menghasilkan beberapa sumber pertanian. Masyarakat menggantungkan hidup dengan mengkonsumsi hasil panen yang ada yaitu jagung. Jagung digunakan sebagai makanan pokok yang diolah dalam bentuk nasi jagung, sekitar 70% masyarakat Desa Gunung Sereng mengkonsumsinya setiap hari.

Selain faktor kondisi alam yang mendorong masyarakat Desa Gunung Sereng tetap mempertahankan dengan bergantung pada hasil pertanian. Faktor lain yang menunjang adalah faktor pendapatan, pengetahuan, dan adanya faktor budaya berupa tradisi yang dilaksanakan secara turun temurun. Dipandang dari segi budaya yang berhubungan dengan budaya makan di Desa Gunung Sereng kurang beragam dimulai dari bagaimana masyarakat memperoleh bahan makanan, mengolah, serta mengkonsumsinya. Pola makan yang kurang beragam tersebut dipengaruhi oleh keterbatasan akses yang sulit dan pengetahuan masyarakat yang kurang potensial untuk memenuhi kebutuhan makanan yang beragam dan bervariasi, sehingga tradisi makan yang telah membudaya tidak bermacam-macam.

Pengetahuan ibu rumah tangga tentang ketersediaan konsumsi makan keluarga mencakup tentang pemilihan bahan makanan, cara pengolahan, dan cara penyajian. Jadi dengan penyediaan konsumsi makan yang baik diharapkan masyarakat Desa

Gunung Sereng dapat mengubah sikap dan perilaku makan terhadap bahan makanan dengan lebih baik lagi. Faktor lain yang berpengaruh dalam pola konsumsi makan adalah pendapatan. Pendapatan rumah tangga adalah jumlah pendapatan yang diperoleh dari masukan semua anggota rumah tangga dari berbagai kegiatan ekonomi sehari-hari perbulan. Seiring makin meningkatnya pendapatan, maka kecukupan akan makanan dapat terpenuhi.

Berdasarkan analisis lapang penelitian tentang pola konsumsi makanan, maka besar kemungkinan sikap dan perilaku makan masyarakat sudah berubah, karena meningkatnya arus informasi yang sudah masuk ke dalam desa. Ditemukan adanya keterbatasan konsumsi makanan utama yang meliputi makanan pokok dan hidangan pelengkap oleh masyarakat Desa Gunung Sereng. Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut gambaran pola konsumsi makanan masyarakat yaitu "Kajian tentang Pola Konsumsi Makanan Utama Masyarakat Desa Gunung Sereng Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan Madura".

METODE

Rancangan penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan secara mendalam terhadap suatu yang ada dalam latar penelitian (Maloeng, 2006: 149). Analisis kualitatif ini digunakan untuk membahas dan menerangkan hasil penelitian tentang berbagai gejala atau kasus yang dapat diuraikan dengan kalimat (Sugiono, 2008). Penelitian kualitatif mempelajari masalah-masalah yang ada dalam penduduk dan lebih mengarah ke studi kasus, antara lain adalah cara yang berlaku dalam penduduk serta situasi tertentu termasuk tentang hubungan, sikap, kegiatan, pandangan, serta proses yang berlangsung dan pengaruh dari suatu fenomena yang terdapat di penduduk. Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kualitatif dengan menggunakan metode etnografi.

Tempat penelitian merupakan lokasi yang digunakan untuk melakukan suatu kegiatan penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Gunung Sereng Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan Madura. Waktu penelitian dilaksanakan selama lima bulan yaitu antara bulan Maret sampai bulan Juli 2014 dimulai dari kegiatan observasi awal hingga pengambilan data.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah: 1) data primer, yaitu tokoh masyarakat, perangkat desa, dan masyarakat Desa Gunung Sereng. 2) data sekunder, yaitu berupa arsip yang diperoleh dari perangkat Desa Gunung Sereng yang berisi tentang gambaran umum lokasi, jumlah penduduk, tingkat pendidikan, monografi desa, dan mayoritas agama yang dianut oleh masyarakat setempat.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah pedoman wawancara, alat tulis, dan catatan. Uji validitas dilakukan oleh Prof. Dr. Luthfiyah Nurlaela, M.Pd sebagai validator I, Dr. Mutimmatul F, S.Ag, M.Ag sebagai validator II, dan C. Anna Nur Afifah, S.Pd, M.Si sebagai validator III.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Uji kesahihan instrumen dan data penelitian kualitatif menggunakan metode triangulasi, yaitu mengumpulkan data dengan menggunakan beberapa bentuk metode, dimana antara data yang diperoleh dibandingkan dengan tujuan kenyataannya yang tujuannya untuk mengabsahkan data. Triangulasi meliputi empat hal, yaitu: metode, teori, sumber data dan triangulasi antar peneliti (Rahardjo: 2010).

Teknik analisis data dalam penelitian kualitatif terdapat tiga tahapan yaitu : reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data adalah kegiatan pemilihan, pemusatan perhatian dan penyederhanaan data kasar yang diperoleh dilapangan. Penyajian data adalah kegiatan ketika sekumpulan informasi disusun sehingga memberikan kemungkinan akan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Kesimpulan diperoleh melalui berbagi informasi yang diperoleh dimulai pada saat pengumpulan data hingga pengolahan data yang kemudian diperkuat dengan bukti-bukti teoritis yang mendukung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Profil Desa Gunung Sereng

Desa Gunung Sereng merupakan salah satu desa dari enam belas desa di Kecamatan Kwanyar yang berada di Kabupaten Bangkalan Madura. Nama Desa Gunung Sereng ini karena letak desa yang dekat dengan pegunungan yang bernama Sereng. Desa Gunung Sereng terletak pada bagian utara Kabupaten Bangkalan, sekitar 30 km dari Kabupaten Bangkalan. Luas wilayah Desa Gunung Sereng adalah 447.303 Ha yang terdiri dari lahan pertanian, kemudian persawahan tadah hujan sekitar 100 Ha, lalu ladang kering/tegal sekitar 650 Ha, untuk pemukiman 12,80 Ha dan sisanya daerah hutan serta fasilitas umum sekitar 142,20 Ha. Ragam tanam yang digunakan oleh penduduk Desa Gunung Sereng merupakan pertanian tanaman pangan, karena penduduk Desa Gunung Sereng hanya menanam tanaman pangan pada lahan pertaniannya yang digunakan sebagai kebutuhan makan sehari-hari, yaitu seperti jagung, kacang tanah, kacang kedelai, dan singkong.

Desa Gunung Sereng saat ini dikepalai oleh seorang Kepala Desa yang bernama Bapak Amir Mahmud dengan masa bakti tahun 2013-2018. Penduduk Desa Gunung Sereng pada tahun 2014 sejumlah 5.840 jiwa dengan rincian 2.750 jiwa jumlah penduduk laki-laki dan 3.090 jiwa jumlah

penduduk perempuan dengan jumlah kepala keluarga (KK) 1.224.

Mata pencaharian sebagian besar penduduk Desa Gunung Sereng adalah sebagai petani dan buruh tani, hal ini dilatar belakangi oleh letak Desa Gunung Sereng yang terpencil jauh dari pusat Kabupaten Bangkalan, sehingga untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dilakukan dengan cara bertani menggunakan lahan kering dengan sistem pertanian tadah hujan. Selain sebagai petani dan buruh tani, penduduk Desa Gunung Sereng juga mengembangkan ternak sapi dan kambing.

Secara keseluruhan seluruh penduduk Desa Gunung Sereng menganut Agama Islam dengan jumlah pemeluk 5.840 jiwa. Dari banyaknya jumlah penduduk yang seluruhnya menganut Agama Islam. Tingkat pendidikan penduduk Desa Gunung Sereng sebagian besar adalah lulusan SD/MI dan SMP/MTs, dan terdapat sebagian penduduk Desa Gunung Sereng yang tidak sekolah.

B. Kebiasaan Makan

1. Cara mendapatkan sumber pangan

Dalam memenuhi kebutuhan makanan yang akan dikonsumsi, cara yang dilakukan oleh masyarakat Desa Gunung Sereng berbeda-beda, hal ini disebabkan proses mendapatkan dari mana asal bahan pangan tersebut didapatkan. Untuk memperoleh sumber pangan di Desa Gunung Sereng yaitu masyarakat yang memiliki lahan pertanian dan masyarakat yang tidak memiliki lahan pertanian.

2. Pemilihan bahan makanan

Pemilihan bahan makanan yang akan diolah sebagai makanan sehari-hari ini ditentukan oleh ibu rumah tangga. Peran ibu rumah tangga adalah mulai dari menyusun menu sampai menyajikan makanan. Dalam menentukan makanan pokoknya, mayoritas masyarakat Desa Gunung Sereng memilih jagung yang diolah sebagai nasi jagung sebagai makanan pokoknya. Sedangkan dalam memilih hidangan pelengkap, para ibu rumah tangga memilih lauk pauk yang berasal dari hewani dan nabati dengan harga yang terjangkau atau murah. Untuk menentukan jenis sayuran yang akan diolah, biasanya masyarakat Desa Gunung Sereng mengambil sayuran yang tersedia di sawah. Pengolahan sayur ini tidak disesuaikan dengan jenis lauk pauk yang dimasak.

3. Penyusunan menu makan sehari-hari

Penyusunan menu sehari-hari ini disesuaikan dengan jumlah pendapatan keluarga setiap harinya. Bagi rumah tangga yang mempunyai penghasilan yang rendah, maka akan menyusun menu makan sehari-hari yang sederhana dan tidak bervariasi. Berbeda dengan rumah tangga yang

mempunyai penghasilan sedang dan tinggi, maka akan menyusun menu makan sehari-hari dengan hidangan pelengkap yang beragam.

4. Pengolahan dan penyajian makanan

Pengolahan makanan sehari-hari pada masyarakat Desa Gunung Sereng, tidak ada cara pengolahan yang khusus pada makanan tertentu. Dalam pengolahan nasi jagung tersebut, tidak ada cara khusus atau tertentu dalam mengolah jagung menjadi sebuah makanan pokok yang merupakan salah satu makanan yang berkarbohidrat tinggi seperti di Desa Gunung Sereng. Sama seperti halnya dengan pengolahan nasi jagung, hidangan pelengkap baik berupa lauk-pauk dan sayur juga tidak ada cara khusus untuk mengolahnya, biasanya teknik pengolahan yang sering dilakukan adalah merebus, menggoreng, dan mengukus. Cara penyajian nasi jagung dan hidangan pelengkapnya ini biasanya disajikan di meja makan.

5. Pendistribusian makanan

Dalam proses pendistribusian makanan dalam keluarga, masyarakat Desa Gunung Sereng terdapat kecenderungan untuk memprioritaskan suami daripada anggota rumah tangga lainnya. Suami biasanya diberikan keistimewaan dalam beberapa hal, seperti mendapatkan makanan yang paling banyak. Tetapi masyarakat Desa Gunung Sereng tidak mempunyai prioritas kepada anggota keluarga untuk menikmati makanan dahulu, jadi setiap anggota keluarga boleh menikmati makanan secara langsung.

6. Frekuensi makan sehari-hari

Frekuensi konsumsi nasi jagung dan hidangan pelengkap ini dilakukan setiap hari dengan frekuensi makan sehari dalam 3 kali yaitu makan pagi yaitu sekitar pukul 06.00 – 10.00, makan siang berkisar pukul 11.30 – 14.00, dan makan malam yang berkisar pukul 18.00 – 20.00.

7. Tabu atau pantang makanan

Pada masyarakat Desa Gunung Sereng terdapat salah satu bahan makanan yang pantang atau tidak boleh dikonsumsi oleh masyarakat setempat yaitu ikan mundung. Konsumsi ikan mundung ini dianggap tabu dikarenakan masyarakat Desa Gunung Sereng menganggap dan mempercayai bahwa jika mengkonsumsi ikan mundung ini dapat mengganggu kesehatan yaitu menyebabkan gatal-gatal pada kulit. Oleh karena itu, ikan mundung merupakan makanan yang dipantang oleh masyarakat Desa Gunung Sereng.

8. Nilai sosial makan

Makanan sebagai arti budaya: masyarakat Desa Gunung Sereng tidak boleh mengkonsumsi ikan mundung, karena dianggap ikan ini dapat menyebabkan gangguan kesehatan pada semua masyarakat. Makanan sebagai simbol kekuasaan: dalam distribusi makanan utama pada keluarga masyarakat Desa Gunung Sereng, makanan suami atau kepala keluarga harus diutamakan, karena suami adalah pencari nafkah utama.

C. Pola Konsumsi Makanan Utama

1. Makanan pokok

Jagung putih merupakan jagung yang dikonsumsi sebagai makanan pokok oleh masyarakat Desa Gunung Sereng. Jagung putih mempunyai tekstur bijinya yang keras, warna yang sedikit terang, dan mencolok, sehingga bagus untuk dibuat nasi jagung. Penanaman jagung putih tidak memakan waktu yang sangat lama untuk proses penanamannya.

Jagung putih lokal sudah biasa ditanam petani di lahan kering dataran tinggi di Desa Gunung Sereng karena kebanyakan di wilayah Desa Gunung Sereng Kecamatan Kwanyar menggunakan jagung putih sebagai makanan pokok sebagai bahan makanan, jagung putih ini banyak mengandung karbohidrat, protein, lemak dan nutrisi. Masyarakat Desa Gunung Sereng memanfaatkan jagung putih sebagai makanan pokok sehari-hari, karena jagung merupakan hasil komoditas utama pertaniannya. Konsumsi jagung sebagai makanan pokok ini dipengaruhi oleh kondisi alam setempat yang menghasilkan produktivitas tanaman jagung putih yang tinggi.

Masyarakat Desa Gunung Sereng mengkonsumsi makanan yang berasal dari jagung sudah sejak lama yaitu sejak dari kecil. Dimana mereka kenal dengan masakan nasi jagung dikenalkan oleh orang tua mereka, karena pada saat kecil Ibu mereka sering menghadirkan makanan tersebut di meja makan. Menurut Ibu Martamah selain mengkonsumsi nasi jagung sebagai makanan pokok sehari-hari, biasanya masyarakat mengkonsumsi nasi jagung pada acara-acara khusus seperti acara keagamaan dan acara yang diadakan seperti bersih desa, acara maulid nabi, isro miroj, dan hataman Quran. Nasi jagung yang disajikan pada acara-acara tertentu biasanya disajikan dalam nampan atau baki yang terbuat dari bambu atau seng. Makanan pokok nasi jagung ini berfungsi juga sebagai simbolis hubungan sosial antara masyarakat setempat.

Nasi jagung atau biasa orang menyebut di Desa Gunung Sereng dengan sebutan *nasek jegung* telah lama dikenal oleh masyarakat, namun karena proses membuat dari bentuk jagung pipil hingga nasi yang lama, meliputi proses penumbukan berulang serta penjemuran, tetapi penerimaannya sebagai makanan pokok masih lebih tinggi daripada nasi biasa. Pola makan masyarakat Desa Gunung Sereng terhadap jagung khususnya nasi jagung selayaknya mengkonsumsi makanan sehari-hari yaitu makan pagi, makan siang, dan makan malam yang disajikan dengan hidangan pelengkap berupa lauk pauk dan sayur. Berikut merupakan proses pengolahan nasi jagung sebagai makanan pokok di Desa Gunung Sereng ini terbagi menjadi 2 yaitu:

a. Nasi jagung murni (*Nasek jegong murni*)

Nasi jagung murni adalah nasi jagung yang diolah tanpa campuran beras padi sedikitpun. Hidangan nasi jagung murni ini biasanya dikonsumsi oleh masyarakat yang mempunyai tingkat sosial yang rendah, karena biaya yang digunakan untuk membuat nasi jagung murni relatif lebih murah dibandingkan dengan nasi jagung campuran beras padi. Sajian nasi jagung murni bisa dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1: Nasi jagung murni
Sumber: Dokumentasi pribadi

b. Nasi jagung campuran (*Nasek jegong paron*)

Nasi jagung campuran adalah nasi jagung yang diolah dengan menggunakan campuran beras padi. Perbandingan nasi jagung campuran ini adalah antara $\frac{1}{4}$ sampai $\frac{1}{2}$ beras dari padi. Nasi jagung campuran ini diperuntukkan kepada anak-anak remaja yang kurang suka dengan nasi jagung murni. Biasanya nasi jagung campuran ini dikonsumsi oleh masyarakat yang mempunyai tingkat sosial sedang. Sajian nasi jagung campuran bisa dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2: Nasi jagung campuran
Sumber: Dokumentasi pribadi

c. Nasi putih

Nasi putih adalah nasi putih yang diolah dari beras padi. Hidangan nasi putih ini biasanya dikonsumsi oleh sebagian masyarakat pendatang baru dan anak-anak. Alasan mereka mengonsumsi nasi putih ini dikarenakan lidah mereka masih belum bisa menerima bahwa nasi jagung sebagai makanan pokok sehari-hari.

Alasan masyarakat mengonsumsi makanan yang berasal dari jagung ini sangat beragam. Masyarakat yang bekerja sebagai petani dan buruh tani mengatakan bahwa dengan mengonsumsi makanan pokok yaitu nasi jagung merasa lebih kenyang dan tahan lapar. Hal itu dikarenakan karbohidrat yang berada di jagung lebih tinggi dari padi, fungsi karbohidrat di dalam tubuh berperan sebagai energi utama, sehingga tidak mengherankan masyarakat meyakini tubuh mereka akan lebih sehat dan kuat setelah mengonsumsi jagung dalam bentuk nasi jagung. Selain dari itu, alasan lain masyarakat Desa Gunung Sereng mengonsumsi jagung adalah karena jagung dinilai harganya relatif terjangkau dari harga beras padi, dan memiliki rasa yang lebih enak dan gurih. Harga 1 kg beras adalah Rp. 9.000,00/kg sedangkan harga dari jagung halus adalah Rp.6.000,00/kg dan jagung kasar adalah Rp. 5.000,00/kg.

Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa pola konsumsi makanan pokok masyarakat Desa Gunung Sereng adalah nasi jagung sebagai pengganti nasi, karena rasa yang dihasilkan agak tawar hampir sama dengan rasa nasi. Rasa nasi jagung sama seperti halnya nasi dari beras, karena dipengaruhi oleh kandungan amilosa. Makin rendah kandungan amilosa, rasa nasi jagung menjadi semakin pulen (Madaniyah, 2004). Pati jagung normal mengandung 74-76% amilopektin dan 24-26% amilosa. Dengan kadar amilosa tersebut diharapkan nasi yang terbentuk dari beras jagung masih bersifat pulen dan tidak keras saat dingin karena kadar amilosa yang tidak terlalu tinggi.

2. Hidangan pelengkap

Dalam memenuhi pelengkap makanan pokok nasi jagung ini, disediakan berbagai macam hidangan pelengkap yang terdiri dari lauk-pauk yang terdiri dari hewani dan nabati, serta sayur-mayur. Hidangan pelengkap yang disajikan masyarakat Desa Gunung Sereng ini disesuaikan dengan tingkat pendapatan ekonomi keluarga masing-masing.

a. Jenis lauk hewani dan nabati

Makanan sumber protein hewani dari keluarga informan sebagian besar berasal dari lokal adalah ikan pindang, tongkol, selar, bandeng, sedangkan lauk hewani yang

dikonsumsi yang berasal dari non lokal adalah ikan mas dan ikan nila. Makanan sumber protein nabati dari keluarga informan sebagian besar berasal dari pangan lokal juga, yaitu memanfaatkan kacang tanah dan kacang kedelai untuk dibuat sebagai tempe dan tahu. Bahan baku tahu dan tempe adalah kacang kedelai, dengan banyaknya bahan baku tersebut mendorong masyarakat untuk membuat tahu dan tempe sebagai hidangan pendamping dari lauk pauk hewani.

Sumber lauk hewani seperti ikan pindang, tongkol, selar, bandeng diperoleh dari tambak atau kolam yang dimiliki oleh sebagian masyarakat Desa Gunung Sereng. Bagi masyarakat yang tidak mempunyai tambak, maka memperoleh ikan tersebut di pasar tradisional. Lauk hewani selain dari macam-macam ikan adalah seperti telur, ayam, dan daging sapi. Tetapi untuk mengonsumsi sehari-hari lauk tersebut sangat jarang, karena masyarakat Desa Gunung Sereng lebih menyukai hidangan pelengkap yang berasal dari ikan. Konsumsi seperti daging ayam dan daging sapi ini hanya pada kesempatan-kesempatan khusus. Jumlah lauk pauk untuk tiap sajian makan sekitar 30% dari jumlah makanan pokoknya.

b. Jenis sayur

Berdasarkan sumber sayuran yang digunakan oleh masyarakat sebagian besar dari hasil pertaniannya yaitu daun bayam, daun kelor, daun singkong, dan daun ketela rambat. Dalam pengolahan sayuran ini biasanya diolah dengan cara direbus seperti sayur bayam, sayur asam, sayur lodeh nangka, sayur maronggi (daun kelor) dan sayuran sebagai lalapan seperti urap-urap, lalapan. Jumlah sayur untuk tiap sajian makan sekitar 15% dari jumlah makanan pokok. Sajian sayur bisa dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3: Sayur lodeh
Sumber: Dokumentasi pribadi

c. Sambal-sambalan

Pelengkap hidangan dari lauk pauk pada masyarakat Desa Gunung Sereng biasanya menggunakan sambal terasi dan sambal bajak. Bahan pembuat sambal terasi ini adalah cabe rawit, cabe besar, bawang merah, bawang

putih, terasi bakar, garam, dan gula. Sajian sambal bisa dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4: Sambal terasi
Sumber: Dokumentasi pribadi

d. Goreng-gorengan

Pelengkapan hidangan lauk pauk yang proses pemasakannya digoreng yaitu biasanya perkedel jagung, kering tempe, kerupuk, dan rempeyek. Sajian gorengan bisa dilihat pada Gambar 5.



Gambar 5: Tempe goreng
Sumber: Dokumentasi pribadi

Dalam mengolah dan menyajikan hidangan pelengkap makanan sehari-hari ini disesuaikan dengan pendapatan keluarga masing-masing. Untuk keluarga dengan pendapatan yang rendah biasanya mengkonsumsi hidangan pelengkap yang sederhana. Jumlah porsi makanan dalam satu piring antara anggota keluarga biasanya berbeda-beda. Porsi yang paling banyak adalah suami/ayah, karena disini ayah merupakan kepala keluarga yang mencari nafkah sehari-hari, sehingga memerlukan asupan jumlah makan yang banyak. Jumlah nasi jagung sebagai makanan pokok biasanya sekitar 3 centong nasi yaitu sekitar 200 gr, jumlah sayur sekitar 4 irus yaitu sekitar 150 ml, dan lauk pauk sekadarnya. Berbeda dengan porsi yang dimakan oleh kepala keluarga yaitu bapak, Ibu rumah tangga dan anak-anak biasanya mengkonsumsi makan pokok hanya sekitar 1-2 entong nasi jagung yaitu sekitar 100-150 gr, sayur sekitar 2-3 irus yaitu sekitar 100 ml, dan lauk-pauk sekadarnya. Sajian hidangan lengkap makanan utama bisa dilihat pada Gambar 6.



Gambar 6: Hidangan lengkap
Sumber: Dokumentasi pribadi

Jumlah porsi makan antar anggota keluarga ini berbeda karena dipengaruhi oleh jenis kelamin dan jenis pekerjaan masing-masing individu. Individu yang berjenis kelamin laki-laki dominan jumlah porsi makan dalam sehari-hari banyak, ini dikarenakan jumlah kalori yang dibutuhkan juga banyak. Bagi individu yang jenis pekerjaannya berat, maka akan mengkonsumsi makanan dalam jumlah banyak, hal ini dikarenakan agar pada saat bekerja bisa kuat dan tahan lapar. Berbeda dengan individu yang pekerjaannya tidak melakukan aktivitas yang berat.

Berdasarkan hasil wawancara diatas, dapat diketahui adanya jenis dan jumlah keragaman hidangan lauk pauk sebagai hidangan pelengkap nasi jagung sebagai makanan pokok. Komponen lauk pauk yang memenuhi gizi seimbang adalah tersedianya sumber protein yaitu lauk pauk yang berasal dari hewani dan nabati, sumber vitamin dan serat yaitu sayur-sayuran.

3. Selingan atau kudapan

Berikut merupakan hasil olahan makanan yang berbasis dari jagung pada masyarakat Desa Gunung Sereng adalah sebagai berikut:

a. Bubur jagung

Bubur jagung merupakan hasil olahan dari jagung setengah tua yang diparut atau dihaluskan hingga menjadi tepung. Setelah menjadi tepung dengan butiran agak halus, tepung tersebut dimasak dengan santan yang diaduk-aduk hingga mengental. Dalam mengkonsumsi bubur jagung ini diberi tambahan larutan gula merah yang dibuat sirup kental sebagai tambahan rasa manis pada bubur jagung yang berasa gurih. Bubur jagung ini dibuat ketika ada acara selamatan atau ada acara khusus seperti panen desa, bersih-bersih desa di Desa Gunung Sereng.

b. Lepet jagung

Lepet jagung merupakan hasil olahan dari jagung muda yang diserut kasar lalu dilumatkan yang ditambahkan parutan kelapa, air, garam, dan gula pasir. Lalu adonan tersebut dimasukkan ke dalam kobot jagung yang sudah kering lalu dikukus selama lima belas menit. Lepet

jagung biasanya digunakan sebagai kudapan oleh masyarakat Desa Gunung Sereng, lepet ini juga biasanya disajikan dalam acara khusus atau selamatan. Sajian lepet jagung bisa dilihat pada Gambar 7.



Gambar 7: Lepet jagung
Sumber: Dokumentasi pribadi

Konsumsi jagung bagi kesehatan juga dapat mengurangi resiko penyakit diabetes, karena di dalam jagung terdapat serat pangan larut yang dapat memperlambat kemunculan glukosa dalam darah, sehingga insulin yang dibutuhkan untuk mentransfer glukosa ke sel tubuh dapat diubah menjadi energi semakin sedikit. Dalam hal ini, masyarakat Desa Gunung Sereng yang menjadikan jagung sebagai makanan pokok sehari-hari harus bisa mengkonsumsinya dengan makanan yang bergizi lainnya, seperti pelengkap dari protein hewani, nabati, sayur-sayuran, dan buah-buahan, agar makanan yang masuk ke dalam tubuh mempunyai nilai gizi yang seimbang. Dengan hal ini, masyarakat akan terhindar dari penyakit yang tidak diinginkan.

Dari hasil wawancara diatas, bahwa hasil pertanian utama Desa Gunung Sereng adalah jagung yaitu 55% dari keseluruhan tanaman yang dibudidayakan oleh petani. Oleh karena itu, masyarakat Desa Gunung Sereng mengkonsumsi makanan yang berbahan dasar olahan jagung. Jagung dijadikan makanan pokok masyarakat Desa Gunung Sereng sebagai pengganti beras karena padi tidak dapat tumbuh di lahan pertanian Desa Gunung Sereng.

Dengan demikian diharapkan jagung dapat mensukseskan program penganeekaragaman pangan pemerintah dan mengurangi ketergantungan Indonesia terhadap beras sehingga menciptakan swasembada pangan dan ketahanan pangan dapat terwujud. Dilihat dari keunggulan nasi jagung hal ini bisa di manfaatkan sebagai peluang bisnis kuliner dengan mengangkat makanan tradisional sebagai keunggulan kuliner yang ditawarkan. Selain itu banyak di kota-kota besar masyarakatnya belum mengenal dan mengetahui terhadap nasi jagung sehingga bisa ditawarkan sebagai makanan pokok alternatif baru yang lebih sehat.

D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi

Berikut terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pola konsumsi pada masyarakat Desa Gunung Sereng adalah:

1. Letak geografis

Berdasarkan letak geografisnya, Desa Gunung Sereng berada di dataran tinggi dengan struktur tanah kering bebatuan. Desa Gunung Sereng memiliki jenis tanah berwarna merah, tekstur tanah lempungan dan berbatu-batu. Kondisi lahan pertanian di Desa Gunung Sereng ada dua jenis yaitu lahan persawahan dengan sistem pertanian tadah hujan dan ladang kering atau tegal. Area persawahan tadah hujan sekitar 100 Ha dan ladang kering atau tegal sekitar 650 Ha. Ladang kering memiliki area yang cukup banyak dan luas, hal ini dikarenakan letak Desa Gunung Sereng yang berada di dataran tinggi dengan memiliki jenis tanah yang berwarna merah, tekstur tanah lempungan dan berbatu-batu. Dengan keadaan struktur tanah tersebut, maka berpengaruh dengan tanaman yang akan ditanam oleh petani penduduk Desa Gunung Sereng. Jagung dan kacang-kacangan merupakan pilihan tanaman yang dipilih untuk dibudidayakan di Desa Gunung Sereng, karena tanaman tersebut tidak memerlukan asupan air yang banyak.

Komoditas hasil pertanian jagung cukup banyak, oleh karena itu masyarakat Desa Gunung Sereng memanfaatkan dan menggunakan jagung sebagai makanan pokok sehari-hari yang diolah menjadi nasi jagung. Hidangan pelengkap nasi jagung ini dominan yang dikonsumsi oleh masyarakat sehari-hari adalah hasil dari laut dan tambak seperti ikan tongkol, bandeng, pindang, selar, serta pelengkap sayuran yang diperoleh dari menanam sendiri di ladang.

2. Faktor budaya

Nasi jagung merupakan makanan nenek moyang masyarakat Desa Gunung Sereng, sehingga melahirkan ikatan emosional bahwa untuk menghormati leluhur dan memberikan keselamatan bagi Desa Gunung Sereng bila melakukan apa yang sudah menjadi tradisi secara turun temurun. Pada masyarakat Desa Gunung Sereng terdapat salah satu bahan makanan yang pantang atau tidak boleh dikonsumsi oleh masyarakat setempat yaitu ikan mundung. Konsumsi ikan mundung ini dianggap tabu dikarenakan masyarakat Desa Gunung Sereng menganggap dan mempercayai, bahwa jika mengkonsumsi ikan mundung ini dapat menyebabkan gatal-gatal pada kulit. Oleh karena itu, ikan mundung

merupakan makanan yang dipantang oleh masyarakat Desa Gunung Sereng.

Pola kebiasaan makan sangat dipengaruhi oleh agama dan adat kepercayaan yang dianut oleh masyarakat. Ada pantang makan pada waktu-waktu tertentu dan jenis makanan-makanan yang tidak boleh dimakan karena agama atau adat serta ada makanan yang boleh dimakan hanya pada hari tertentu atau setelah melalui upacara sesuai dengan kepercayaan yang dianut oleh lapisan masyarakat tersebut.

3. Faktor pengetahuan ibu rumah tangga

Masyarakat yang ada di Desa Gunung Sereng didominasi oleh masyarakat yang rata-rata pendidikannya rendah yaitu hanya lulusan Sekolah Dasar (SD). Rendahnya tingkat pendidikan ibu rumah tangga di Desa Gunung Sereng ini disebabkan oleh: 1) pekerjaan mudah didapat yaitu sebagai petani dan buruh tani, untuk menjadi petani yang hebat atau juragan sawah tidak dibutuhkan pendidikan formal yang tinggi tapi memerlukan pengalaman atau masa kerja yang lama di sawah, 2) pesimistis yaitu masyarakat Desa Gunung Sereng beranggapan bahwa walaupun tingkat pendidikan tinggi tidak menjamin kehidupan mereka akan sejahtera atau tidak akan berubah nasib kehidupannya, tetap akan miskin, 3) keadaan atau tingkat ekonomi yang rendah dan tekanan kehidupan yang membuat mereka tidak bisa melanjutkan ke sekolah yang tinggi (hasil wawancara dengan Ibu Sutinah 30 tahun).

Dampak pengetahuan yang dimiliki oleh ibu rumah tangga berdampak terhadap pola konsumsi makan. Pengetahuan ibu rumah tangga berpengaruh tentang ketersediaan konsumsi makan keluarga mencakup tentang pemilihan bahan makanan, cara pengolahan, dan cara penyajian. Jadi dengan penyediaan konsumsi makan yang baik diharapkan masyarakat Desa Gunung Sereng dapat mengubah sikap dan perilaku terhadap bahan makanan dengan lebih baik lagi. Sehingga dapat memilih bahan makanan bergizi, mengerti cara pengolahan yang baik dan benar, mengaplikasikan cara penyajian yang menarik, serta menyusun menu seimbang sesuai dengan kebutuhan.

4. Faktor pendapatan dan pekerjaan keluarga

Masyarakat yang ada di Desa Gunung Sereng didominasi oleh masyarakat yang rata-rata kehidupan ekonominya berada pada golongan kelas menengah kebawah. Dengan demikian pola konsumsi makanan utama berbeda pula, yang sesuai dengan kemampuan daya beli mereka serta cara pengolahannya. Peneliti mencoba mengklasifikasikan rumah

tangga yang berada di Desa Gunung Sereng yang dikaitkan dengan ragam jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari yang mampu dikonsumsi secara berulang-ulang.

Kepala rumah tangga keluarga di Desa Gunung Sereng umumnya adalah sebagai petani. Pendapatan pokok petani yang mempunyai lahan pertanian sendiri umumnya berada dalam kelompok sejahtera II dan kepala rumah tangga sebagai buruh tani dengan menyewa lahan pertanian umumnya berada dalam kelompok sejahtera III (wawancara dengan Bapak Humri selaku Sekertaris Desa Gunung Sereng).

Rumah tangga petani umumnya adalah keluarga dengan pendapatan yang rendah, sehingga mereka terkadang lebih memilih untuk memenuhi kebutuhan pokoknya yaitu memenuhi kebutuhan untuk makan sehari-hari dalam keluarga. Pendapatan keluarga merupakan salah satu faktor penentu kualitas dan kuantitas konsumsi makan, karena adanya kecenderungan keluarga yang berpendapatan tinggi untuk lebih mementingkan kualitas makanan dibandingkan dengan keluarga yang berpendapatan rendah. Rumah tangga dengan penghasilan yang terbatas, maka pemilihan konsumsi makan masih didominasi oleh bagaimana memperoleh makanan secara cukup dan tidak memperhatikan gizi yang terkandung didalamnya.

Perbedaan tingkat pendapatan menimbulkan perbedaan-perbedaan pola distribusi pendapatan, termasuk pola konsumsi rumah tangga masyarakat Desa Gunung Sereng. Rumah tangga petani kecil atau buruh tani, karena pendapatannya relatif kecil untuk konsumsi rumah tangga hanya mampu mencukupi kebutuhan pokok saja, misalnya jagung dan lauk-pauk sekedarnya. Berbeda dengan petani yang bertanah luas yang berpendapatan besar mampu membeli kebutuhan barang-barang kebutuhan sekunder, seperti barang perlengkapan rumah tangga, alat transportasi, alat hiburan, dan lain-lain selain kebutuhan pokoknya.

PENUTUP

Simpulan

1. Kebiasaan makan masyarakat Desa Gunung Sereng dipengaruhi oleh cara mendapatkan sumber pangan, pemilihan bahan makanan, penyusunan menu makan sehari-hari, pengolahan dan penyajian makanan, pendistribusian makanan, frekuensi makan sehari-hari, tabu makanan, dan nilai sosial makan.

2. Pola konsumsi makan masyarakat Desa Gunung Sereng sama seperti pada masyarakat lainnya yaitu terdiri dari makanan pokok yaitu nasi jagung dan hidangan pelengkap berupa lauk pauk dan sayur. Masyarakat juga memanfaatkan hasil pertanian jagung yang melimpah untuk membuat kudapan yang berbahan dari jagung seperti bubur jagung dan lepet jagung.
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi makan masyarakat Desa Gunung Sereng adalah faktor geografis, faktor budaya, faktor pengetahuan ibu rumah tangga, dan faktor pendapatan, dan pekerjaan keluarga.

Saran

1. Penelitian ini memiliki keterbatasan jumlah informan yang diteliti. Pada penelitian lanjutan perlu penambahan jumlah informan yang lebih banyak, sehingga data yang diperoleh lebih variatif.
2. Eksistensi konsumsi yang berbasis jagung terutama makanan pokok bisa dipertahankan dengan cara menyajikan sajian lauk-pauk pelengkap yang lebih beragam.
3. Masyarakat Desa Gunung Sereng perlu mendapatkan penyuluhan tentang manfaat dan kandungan gizi yang terdapat pada jagung yang dikonsumsi sebagai makanan pokok sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistika Kabupaten Bangkalan Madura. 1995. *Hasil Sensus Penduduk Data Agregat Per Kecamatan*.
- Khomsan, A. 2004, *Peranan Pangan dan Gizi untuk Kualitas Hidup*. Jakarta: Grasindo,
- Kristiastuti, Dwi & Ismawati, Rita. 2004. *Pengolahan Makanan Nusantara*. Surabaya: University Press.
- Madanijah, S 2004, *Pola Konsumsi Pangan, dalam Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Maleong, Lexy. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rahardjo, M. 2010. *Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif*. Malang: UIM
- Saleha, Qoriyah. 2010. *Paper Pola Dan Kebiasaan Pangan Masyarakat Cirendeu*. Samarinda: Universitas Mulawarman
- Sediaoetama, A.D. 1999. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid II*. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV ALFABETA
- Suhardjo. 2006. *Pangan, gizi dan pertanian*. Jakarta: Ui press; Penerbit Universitas Indonesia.