

***PAMALI:***  
**PANTANGAN MAKAN MASA KEHAMILAN PADA ORANG**  
**JAWA DAN SUNDA DI LAMPUNG**

(Skripsi)

Oleh

**DHELIA APRILIANI**  
**NPM. 1816011030**



**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**  
**UNIVERSITAS LAMPUNG**  
**BANDAR LAMPUNG**

**2022**

## **ABSTRAK**

### ***PAMALI:***

### **Pantangan Makan Masa Kehamilan Pada Orang Jawa Dan Sunda Di Lampung**

**Oleh**

**Dhelia Apriliani**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami praktik *Pamali* pantang makan pada masa kehamilan bagi orang Jawa dan Sunda di Lampung serta perubahan kepercayaan pantang makan pada orang Jawa dan Sunda yang tinggal di Lampung. *Pamali* berupa pantang makan merupakan suatu subkultur kebudayaan Jawa dan Sunda yaitu kepercayaan atau keyakinan dari masyarakat yang mungkin saja sulit berubah. Pantang makan pada masa kehamilan merupakan kepercayaan untuk berpantang makan terhadap beberapa jenis makanan tertentu yang diyakini mampu membahayakan ibu hamil dan kandungan apabila mengonsumsi makanan tersebut. Pantang makan adalah resep sosial yang diformulasikan oleh orang tua dahulu dan diwariskan pada generasi selanjutnya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan metode pengumpulan data wawancara mendalam dan observasi partisipan. Hasil penelitian ditemukan bahwa ibu hamil melakukan pantang makan pada beberapa jenis makanan tertentu. Kepercayaan berpantang makan merupakan perintah dari orang tua sehingga ibu hamil patuh dan meyakini pantang makan yang dipercaya apabila melanggar dapat mendatangkan bahaya bagi dirinya dan bayi dalam kandungannya. Pantang makan mencerminkan adanya keterlibatan budaya pada aspek gizi masyarakat. Adanya sanksi terhadap pelanggaran memainkan peranan besar pada masyarakat dalam upaya mewujudkan pemaknaan *slamet* sebagai strategi menjauhkan segala bentuk *ciloko* atau *cilaka*. Oleh karena itu keberadaan *Pamali* pantang makan tetap dijunjung tinggi dan dipercayai ditengah perkembangan kehidupan masyarakat.

**Kata Kunci:** *Pamali*, pantang makan, budaya, Jawa, Sunda, ibu hamil

## **ABSTRACT**

***PAMALI:***

### **Abstinence of Eating During Pregnancy in Javanese and Sundanese in Lampung**

**By**

**Dhelia Apriliani**

*This study aims to understand the practice Pamali of abstinence during pregnancy for Javanese and Sundanese people in Lampung and changes in the belief in abstinence from eating in Javanese and Sundanese people living in Lampung. Pamali in the form of abstinence from eating is a subculture of Javanese and Sundanese culture, namely beliefs or beliefs of the community that may be difficult to change. Abstinence from eating during pregnancy is a belief to abstain from eating certain types of foods that are believed to harm pregnant women and the womb if they consume these foods. Food is a social recipe formulated by parents first and in subsequent generations. This study uses qualitative methods with in-depth data collection and participant observation. The results of the study found that pregnant women abstain from eating certain types of food. Believing not to eat is an order from parents so that pregnant women obey and believe in foods that are believed if violated can harm themselves and the baby in the womb. Abstinence from eating reflects cultural involvement in the nutritional aspects of the community. There are sanctions for violations that play a big role in society in an effort to realize the meaning of slamet as a strategy to build all forms of ciloko or cilaka. Therefore, the existence of Pamali who abstains from eating is still upheld and trusted in the midst of the development of people's lives.*

**Keywords:** *Pamali, abstinence from eating, culture, Javanese, Sundanese, pregnant mother*

***PAMALI:***

**Pantangan Makan Masa Kehamilan Pada Orang Jawa Dan Sunda Di  
Lampung**

**Oleh**

**DHELIA APRILIANI**

**Skripsi**

**Sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar**

**SARJANA SOSIOLOGI**

**Pada**

**Jurusan Sosiologi**

**Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik**



**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**

**UNIVERSITAS LAMPUNG**

**2022**

Skripsi : **PAMALI: PANTANGAN MAKAN MASA KEHAMILAN PADA ORANG JAWA DAN SUNDA DI LAMPUNG**

Nama Mahasiswa : **Dhelia Aprifiani**

Nomor Pokok Mahasiswa : **1816011030**

Jurusan : **Sosiologi**

Fakultas : **Ilmu Sosial dan Ilmu Politik**



1. **Komisi Pembimbing**

**Dra. Yuni Ratna Sari, M. Si.**  
NIP. 19690626 199303 2 002

2. **Ketua Jurusan**

**Dr. Bartoven Vivit Nurdin, M.Si.**  
NIP. 19770401 200501 2 003



**MENGESAHKAN**

1. Tim Penguji

Ketua : **Dra. Yuni Ratna Sari, M.Si.**

  
.....  
  
.....

Penguji Utama : **Dr. Bartoven Vivit Nurdin, M.Si.**

2. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



**Dra. Ida Nurhaida, M.Si.**  
NIP. 19610807 198703 2 001



Tanggal ujian skripsi: **21 Oktober 2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

- 1) Karya tulis saya, Skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana), baik di Universitas Lampung maupun perguruan tinggi lainnya.
- 2) Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari komisi pembimbing.
- 3) Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
- 4) Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi.

Bandar Lampung, 21 Oktober 2022

Yang membuat pernyataan,



**Dheha Apriliani**

**NPM. 1816011030**

## RIWAYAT HIDUP



Dhelia Apriliani, dilahirkan di Kampung Leuweung Gede, Desa Parahu, Kecamatan Sukamulya, Kabupaten Tangerang pada 14 April 2000. Anak pertama dari 3 bersaudara, hasil buah cinta dari Bapak Ruslan Hardiansyah dan Ibu Tusmiyatun. Mempunyai adik bernama Bagus Dwi Hardiansyah dan Muhammad Althaf Abiyasa. Berkebangsaan Indonesia, bersuku Sunda dan beragama Islam.

Penulis menempuh pendidikan di SDN Parahu 2 pada tahun 2006-2012, kemudian dilanjutkan di MTSN 4 Tangerang pada tahun 2012-2015, SMAN 19 Kabupaten Tangerang pada tahun 2015-2018, kemudian pada 2018 penulis terdaftar sebagai mahasiswa di Universitas Lampung Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Jurusan Sosiologi melalui jalur SBMPTN.

Pada tahun 2021 bulan Januari-Februari, penulis melakukan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Sentul, Kecamatan Balaraja, Kabupaten Tangerang. Pada tahun yang sama dibulan Agustus-September, penulis melaksanakan Praktik Kerja Lapangan (PKL) di Lembaga Anti Narkotika (LAN) Provinsi Lampung. Selama menjad mahasiswa, penulis aktif bergabung di Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) Sosiologi sebagai anggota Bidang Minat dan Bakat. Selanjutnya penulis bergabung dalam organisasi Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) Universitas pada periode tahun 2019-2020 sebagai anggota Bidang Sosial dan Masyarakat. Kemudian pada tahun 2021 penulis menjadi Sekretaris Bidang (Sekbid) Kajian Intelektual HMJ Sosiologi periode 2021-2022.



## MOTTO

“Pada akhirnya takdir Allah selalu baik walaupun terkadang perlu air mata untuk menerimanya”

(Umar bin Khattab)

“The possibility of all those possibilities being possible is just another possibility that can possibly happen”

(Mark Lee)

“Pada akhirnya ini semua hanyalah permulaan”

(Beranjak Dewasa-Nadin Amizah)

“Tetap hidup walaupun menyakitkan dan menyulitkan dan tetap semangat jangan kalah oleh keadaan”

(Penulis)

“Jika kamu merasa ragu atau merasa takut maka lihatlah kedalam dirimu, jadilah kuat. Dan akhirnya kamu akan melihat kebenaran bahwa seorang pemberani ada ddalam dirimu”

(Penulis)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan segala kerendahan dan keikhlasan hati, dan rasa syukur kepada Allah SWT maka aku persembahkan karya ilmiah kecil ini kepada:

Kedua Pahlawanku

**Bapak Ruslan Hardiansyah dan Mama Tusmiyatun**

Adik-adikku tersayang

**Bagus Dwi Hardiansyah dan Muhammad Althaf Abiyasa**

Keluarga tercinta

**Nursid Family dan Suyitno Family**

Dosen Pembimbing dan Dosen Pembahas

**Dra. Yuni Ratna Sari, M.Si. dan Dr. Bartoven Vivit Nurdin, M.Si.**

Teman-teman tersayang

**Meli, Yosi, Nadya, Imas, Deshwara, Fiken, Tika**

**ALMAMATERKU TERCINTA**

**KELUARGA BESAR JURUSAN SOSIOLOGI**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**

**UNIVERSITAS LAMPUNG**

## SANWACANA

*Bismillahirraahmanirahim,*

*Alhamdulillahirabbil'alamin,* puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan kasih sayang sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir sebagai mahasiswa jurusan Sosiologi dengan judul “*PAMALI: Pantangan Makan Masa Kehamilan Pada Orang Jawa dan Sunda di Lampung*” yang merupakan salah satu syarat untuk penulis untuk mendapatkan gelar sarjana Sosiologi dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lampung.

Dalam proses penyusunan tugas akhir ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung, pihak pendukung, dan pihak-pihak tercinta yang telah memberikan penguatan, arahan, hingga motivasi kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Tugas akhir yang telah disusun, penulis menyadari bahwa masih banyak ketidaksempurnaan baik dalam penulisan, pembahasan maupun materi yang disajikan. Sehingga penulis bersedia menerima segala bentuk arahan, kritikan atau masukan guna kemudian penulis dapat memperbaiki karya-karya selanjutnya di masa mendatang. Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang terlibat dan penguat selama penulis menyusun skripsi ini, teruntuk kasih sayang dan cintanya penulis ucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT dengan rahmat-Nya yang senantiasa selalu menyertai segala bentuk proses kehidupan penulis, menolong, memberi kasih sayang, dan tempat kembalinya penulis dengan keadaan yang variatif sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dan serangkaian prosesi akademik dengan baik.
2. Kedua orang tua, yaitu Bapak Ruslan Hardiansyah dan Mama Tusmiyatun, terimakasih atas doa, pengorbanan, arahan, bimbingan, dan kasih sayang yang tak henti-hentinya untuk aku. Terimakasih atas segala jerih payah kalian. Tak

henti-hentinya aku ucapkan terimakasih, kalian merupakan sosok orang tua yang sangat aku banggakan. Terimakasih banyak telah mendukung dan mengarahkan apapun pilihan ku. Tugas akhir dan gelar yang aku dapatkan aku persembahkan untuk orang tuaku tercinta, terimakasih telah melahirkan aku. Tidak mudah mencapai titik ini. Bapak, ketika aku bersedih, Bapak memberi bahagia. Ketika aku tidak bersyukur, Bapak kembali mengingatkanku akan segala hal yang patut disyukuri. Kelembutan hati Bapak selalu menjadi cemin bagiku. Mama, *I wish I could tell you how much you mean to me. But, there no word to describe, how much I admire you, how much I appreciate you, how much I thank you. For everything you've done.* Keteguhan cinta Bapak dan Mama akan aku jadikan bekal kehidupan. Terimakasih atas keteguhan cinta kalian. Semoga terus bersama sampai akhir hayat, untuk cinta, bahagia dan anak-anak kalian yaitu aku, Bagus dan Althaf. Semoga kalian sehat selalu, panjang umur, lancar rezeki, selalu bahagia, dan semoga kalian juga mampu melihat semua perkembangan yang terjadi pada aku dan adik-adik. Aku beruntung dan bangga jadi anak Bapak dan Mama. *I love Bapak & Mama, always.* Jika benar ada kehidupan kedua, aku ingin hidup dan terlahir menjadi anak Bapak dan Mama kembali.

3. Adikku tercinta dan tersayang, Bagus Dwi Hardiansyah. Terimakasih banyak telah memberi cinta dan kasih sayangnya yang terus-menerus. Terimakasih telah lahir dan menjadi adik yang selalu menemani dan mendukung aku. Selalu berusaha menguatkan aku. Terimakasih telah tumbuh menjadi anak yang baik. Semoga kelak nanti kamu menjadi anak yang sukses dan diberikan kemudahan dalam hal apapun.
4. Adikku tercinta dan tersayang, Muhammad Althaf Abiyasa. Terimakasih telah lahir ke dunia ini. Terimakasih telah menjadi warna baru dalam hidup aku dan keluarga. Terimakasih selalu menemani dan menghibur dikala aku lelah dan putus asa. Semoga kamu tumbuh menjadi anak yang baik, cerdas, bijaksana, rendah hati dan sukses. Semoga selalu diberikan kemudahan dalam hal apapun. Untuk adik-adikku tercinta dan tersayang. Semoga kalian lebih bahagia dari pada aku. Akan aku usahakan apapun demi kebaikan dan

kebahagiaan kalian berdua. Aku tidak masalah hancur, asal jangan adik-adikku.

5. Ibu Dra. Ida Nurhaida, M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung.
6. Bapak Dr. Dedy Hermawan, M.Si. selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung yang telah membantu segala urusan akademik penulis.
7. Ibu Dr. Bartoven Vivit Nurdin, M.Si. selaku Ketua Jurusan Sosiologi dan juga dosen penguji skripsi yang telah memberikan masukan, dukungan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi. Semoga ibu selalu diberikan kesehatan, kelancaran dalam setiap urusan dan kebahagiaan dunia dan akhirat.
8. Ibu Dra. Yuni Ratna Sari, M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi, terimakasih atas bimbingan, masukan, arahan, bantuan dan kebaikan ibu selama menyusun tugas akhir ini. Terimakasih telah sabar membimbing. Semoga ibu diberikan kesehatan, kelancaran dalam setiap urusan serta diberikan kebahagiaan dunia dan akhirat. Ibu adalah orang baik, semoga hal baik selalu menyelimuti ibu.
9. Prof. Dr. Hartoyo, M.Si. selaku dosen pembimbing akademik mahasiswa, terimakasih atas bimbingan, segala pembelajaran, nasihat, dorongan semangat dan dukungan yang telah diberikan kepada peneliti selama perkuliahan.
10. Seluruh dosen Sosiologi tercinta, terimakasih atas ilmu-ilmu yang telah diberikan, terimakasih atas segala nasihat yang telah kalian berikan.
11. Staff jurusan Sosiologi, Mas Rizki, Mas Edi dan Mas Daman yang telah membantu dalam mengurus segala keperluan administrasi.
12. Seluruh informan penelitian yang telah memberikan izin dalam mengumpulkan data terkait penelitian yang dilakukan.
13. Teman-teman yang telah menemani masa-masa studi di SMA yaitu Khoirunnisa, Siti Roudhotul Fadillah, Reka Amelia, Muzakki Iqbal dan Andhika Rahmadianyah. Terimakasih telah menemani dan tumbuh bersama. Terimakasih karena saling menguatkan. Segala tingkah konyol kalian terekam jelas dalam memori kenangan.



14. Teman-teman yang telah menemani masa-masa studi di Jurusan Sosiologi terutama Grup Bismillah Wisuda yaitu Meliana Oktavia, Nadya Mutiara, Yosi Linawati, Imas Salamah. Terimakasih telah menjadi teman seperjuangan. Terimakasih telah bersedia menjadi pendengar. Terimakasih telah tumbuh bersama dalam mengarungi rasa sakit yang sama. Terimakasih telah saling menguatkan. Terimakasih telah bertahan. Kalian hebat. Untuk Deshwara Aguelera, Fiken Yamida, Tika Salfira, Mira Antika dan Atthaya Salsabila yang telah memberikan warna selama masa-masa akhir perkuliahan ini sehingga hidup aku menjadi lebih bermakna dan berarti. Terimakasih kepada Henki Riyadin. *I'm very grateful to have yall.*
15. Teman-teman seperjuangan Sosiologi 2018 yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih atas kerjasama dan kebersamaan yang terjalin dari awal kuliah hingga akhir.
16. HMJ Sosiologi dan BEMU yang telah memberikan pengalaman dan pembelajaran.
17. Almamater tercinta, Universitas Lampung.
18. Bapak Nursid dan Emak Saemi beserta jajaran sepupu-sepupu ketje. Terimakasih telah hadir dan menjadi keluarga tempat aku pulang. Aku bersyukur bisa tumbuh bersama kalian.
19. Mbah Suyitno dan Alm. Nenek Sudini beserta para om dan Pakde Kiki yang selalu siap siaga dalam mendukung aku dan Mama. Terimakasih atas kepedulian kalian kepada Mama dan aku.
20. Kepada orang-orang baik yang hadir dalam hidup aku, yang telah aku anggap sebagai orang tuaku di tanah rantau ini yaitu tante Sulastri, Mama Imelda dan Papa Didi, Mbah Sumut. Terimakasih atas kebaikan kalian selama ini. Terimakasih atas segala dukungan dan doa. Semoga kalian senantiasa diberikan kesehatan dan kebahagiaan.
21. Untuk semesta, tolong selalu berikan kesehatan dan kebahagiaan bagi orang-orang baik yang telah hadir dalam hidup aku, yang telah mengajarkan arti kehidupan di setiap kehadiran mereka dalam proses kehidupanku.
22. *For the last*, aku ingin berterima kasih kepada diri sendiri. Maaf karena sering aku ajak memaklumi rasa sakit yang berulang-ulang. Maaf terkadang ada hari-

hari dimana harus memaksa tersenyum menyakitkan dan tertawa. Terimakasih telah menjadi pribadi yang hebat dan kuat. Terimakasih telah bertahan. Terimakasih untuk tidak pernah menyerah. Terimakasih untuk segala air mata yang menemani dan isak lirih doa yang tiada henti. Terimakasih sudah berjalan sejauh ini. Terimakasih kepada sosok terkuat dalam diri ini. *I'm so proud of myself*. Semua pasti tidak akan sia-sia, sebab tentang bahagia sudah ada porsi dan waktunya. Tetap utuh walaupun runtuh.

Penulis hanya bisa berdoa dan berharap agar Allah SWT membalas semua kebaikan, motivasi, dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis. Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, akan tetapi penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

*Wassalamualaikum Wr. Wb.*

## DAFTAR ISI

<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>SANWACANA.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>I. PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Masalah Penelitian.....	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Tinjauan tentang <i>Pamali</i> .....	11
2.1.1 <i>Pamali</i> .....	11
2.2 Tinjauan tentang Pantangan Makan.....	15
2.2.1 Pantang Makan.....	15
2.2.2 Pantangan Makan Pada Masa Kehamilan.....	16
2.3 Kajian Teori.....	19
2.4 Penelitian Terdahulu.....	22
<b>III. METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Penelitian Kualitatif.....	26
3.2 Setting Penelitian.....	26
3.3 Teknik Penentuan Informan.....	27
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.4.1 Wawancara Mendalam.....	28
3.4.2 Observasi Partisipan.....	28
3.4.3 Dokumentasi.....	29
3.5 Teknik Analisis Data.....	29
3.5.1 Reduksi data.....	30

3.5.2 Penyajian data .....	30
3.5.3 Penarikan kesimpulan atau verifikasi .....	30
<b>IV. SETTING PENELITIAN</b>	
4.1 Kebudayaan Jawa .....	32
4.2 Kebudayaan Sunda .....	34
4.3 Suku Jawa dan Sunda di Lampung .....	35
4.4 Kebudayaan Jawa di Desa Kebumen Tanggamus .....	36
4.5 Kebudayaan Sunda di Desa Sukabanjar Tanggamus .....	37
<b>V. HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
5.1 Profil Informan .....	39
5.2 Hasil Penelitian .....	47
5.2.1 Pemahaman <i>Pamali</i> .....	47
5.2.2 Pantangan pada Masa Kehamilan .....	49
5.2.3 Ada Sebab Ada Akibat .....	60
5.2.4 Pantangan; Perintah atau Kesadaran .....	63
5.2.5 Beda Generasi Beda Sudut Pandang .....	67
5.2.6 Peran Keluarga pada Masa Kehamilan .....	70
5.2.7 Kepercayaan <i>Pamali</i> pada Orang Jawa dan Sunda di Lampung ...	75
5.2.8 <i>Pamali</i> pada Orang Jawa dan Sunda di Lampung: Bertahan atau Tenggelam .....	81
5.3 Pembahasan .....	84
<b>VI. KESIMPULAN</b>	
6.1 Kesimpulan .....	91
6.2 Saran .....	92

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1.1 Jenis Makanan yang dipantang bagi Ibu Hamil.....	3
1.2 Angka Kecukupan Gizi (AKG) Beberapa Zat Gizi untuk Wanita Tidak Hamil dan Tambahan Gizi yang diperlukan ketika Hamil (perorang perhari).....	6
1.3 Prevalensi Resiko KEK Penduduk Wanita Umur 15-49 Tahun 2019 Menurut Kabupaten/Kota Provinsi Lampung 2018.....	8
2.1 Jenis Makanan yang dipantang bagi Ibu Hamil.....	18
2.2 Penelitian Terdahulu.....	22
3.1 Daftar Nama Informan.....	27
5.1 Perbedaan Pemahaman <i>Pamali</i> pada Orang Jawa dan Sunda.....	48
5.2 Pantangan perilaku pada Masa Kehamilan.....	58
5.3 Pantangan Makan pada Masa Kehamilan.....	58
5.4 <i>Pamali</i> yang baik dan tidak baik bagi Ibu Hamil.....	59
5.5 Anjuran atau Perintah Bagi Ibu Hamil.....	74
5.6 Perubahan <i>Pamali</i> pada Orang Jawa dan Sunda.....	81



## I. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Penelitian ini ingin mengkaji tentang *Pamali*. *Pamali* merupakan suatu konsep pantangan bagi kelompok-kelompok etnis tertentu khususnya Jawa dan Sunda. *Pamali* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pantangan pada masa kehamilan baik itu berupa pantangan makan atau pantangan-pantangan yang lainnya. *Pamali* merupakan suatu subkultur kebudayaan Jawa dan Sunda yaitu merupakan keyakinan atau kepercayaan dari masyarakat yang mungkin saja sulit berubah. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Robert Linton (1936) mengenai kebudayaan, ada kebudayaan yang sulit berubah dan kebudayaan yang mudah berubah. Kebudayaan yang sulit berubah disebut dengan inti kebudayaan dan kebudayaan yang mudah berubah disebut dengan kulit kebudayaan.

*Pamali* ini sendiri di masyarakat sangat familiar dalam subkultur masyarakat Jawa dan Sunda. Penelitian ini lebih menarik lagi karena yang diteliti adalah orang Jawa dan Sunda yang ada di Lampung yang tentu banyak terjadi perubahan-perubahan yang mereka alami karena mereka berinteraksi dengan banyak suku bangsa yang ada di Sumatera, perubahan yang terjadi sebagai akibat dari akulturasi, asimilasi dan amalgamasi. Bagaimana perubahan-perubahan tersebut juga dialami oleh keyakinan yang disebut dengan *Pamali*. Apakah ada perubahan yang terjadi pada masyarakat Jawa dan Sunda tentang konsep *Pamali* dan itu menjadi suatu hal yang penting untuk diteliti.

Berbicara mengenai *Pamali* pasti tidak akan lepas dari makna yang terkandung didalam suatu budaya yang berkembang dalam masyarakat. Semua budaya yang hidup dalam masyarakat memiliki pesan yang hendak disampaikan. *Pamali* jika dilihat dari segi arti bukan hanya sekedar istilah yang diucapkan

sembarangan, tapi dari *Pamali* tersebut mengandung nilai pendidikan yang mengajarkan secara tidak langsung agar anak-anak menuruti petuah baik yang diucapkan oleh orang tuanya atau orang terdahulu (Harpriyanti & Komalasari, 2018). Dalam konteks kebudayaan, *Pamali* dipercaya oleh masyarakat namun perlu dicatat bahwa ada *Pamali* yang baik dan yang tidak baik bagi kehamilan. Lain halnya dalam konteks medis bahwa *Pamali* memang tidak dibenarkan

Jika dinalar dengan rasional dan diteliti dari segi medis, banyak *Pamali* yang justru tidak rasional. Walaupun nasihat dari nenek moyang adalah baik, tapi tidak semua nasihat yang diberikan itu benar secara medis maupun ilmiah. *Pamali* atau tabu ini meliputi beberapa aspek dari tindak-tanduk ataupun semua hal yang berkaitan dengan keseharian ibu hamil. Permasalahan terkait perilaku ibu hamil biasanya tidak terlepas dari faktor-faktor lingkungan dan sosial budaya dimana masyarakat tersebut tinggal (Juariah, 2018). Faktor-faktor mengenai kepercayaan dan pengetahuan akan budaya seperti konsepsi tentang berbagai macam pantangan dan larangan, hubungan sebab dan akibat antara makanan dengan kondisi kesehatan, serta kebiasaan dan ketidaktahuan yang berdampak positif atau negatif bagi kesehatan ibu hamil (Pasaribu dkk., 2014).

Setiap daerah memiliki pola makan tertentu terkhusus bagi ibu hamil maupun pasca melahirkan. Pemilihan makanan pada ibu hamil dibentuk oleh resep sosial dan kepercayaan dari lingkungannya berupa anjuran dan larangan yang dilakukan oleh keluarga. Kepercayaan akan pantangan dan anjuran terhadap beberapa makanan seperti tidak memperbolehkan mengkonsumsi jenis makanan tertentu misalnya ikan, buah, sayuran dan makanan lainnya yang dianggap bisa mempengaruhi kesehatan ibu dan janin (Intan, 2018). Berbagai pantangan tampaknya dimaksudkan untuk menjaga kesehatan ibu dan janin. Namun, tujuan tersebut bahkan ada yang berakibat sebaliknya yaitu merugikan kondisi kesehatan ibu dan janin. Dampak pantangan makanan yang dilakukan dapat menimbulkan suatu masalah kecukupan nutrisi.

Nutrisi sangat penting selama masa kehamilan. Biasanya selama masa kehamilan, ibu akan melakukan berbagai upaya agar janin dan ibunya tetap sehat sehingga nanti dapat melahirkan dengan selamat dan kondisi bayi pun dilahirkan dengan normal. Hal tersebut yang mendorong masyarakat untuk mengikuti anjuran mengenai pantangan terhadap makanan-makanan tertentu. Jika ditinjau dari sudut pandang kesehatan, *Pamali* terhadap makanan tidak dibenarkan apalagi jika makanan tersebut kaya akan gizi (Kartikowati & Hindir, 2014).

*Pamali* yang eksis beredar dalam masyarakat ialah *Pamali* berupa pantangan makan pada masa kehamilan. *Pamali* ini mencakup tentang pantangan terhadap makanan tertentu yang apabila dilanggar dapat mendatangkan akibat atau konsekuensi yang diyakini oleh masyarakat yang memang mempercayainya (Irvan, 2019). Pada dasarnya setiap manusia ingin selalu tetap dalam kondisi sehat, sehingga mereka mengupayakan segala macam cara agar bisa tetap sehat. Sama halnya pada perilaku makan ibu hamil, selama masa mengandung atau pasca melahirkan, ibu mengupayakan segala cara untuk menjaga kesehatan dengan melakukan pemilihan jenis makanan untuk dikonsumsi. Mereka mempercayai jika adat istiadat yang mereka jalani adalah hal yang baik bagi masyarakat tersebut. Berikut merupakan jenis makanan yang dipantang bagi ibu hamil (Muhammad, Hamalding & Ahmad, 2019).

**Tabel 1.1 Jenis Makanan Yang Dipantang Bagi Ibu Hamil**

<b>Pantangan Makan</b>	<b>Akibat yang diyakini</b>
Nanas	Mengakibatkan keguguran
Durian	Mengakibatkan keguguran
Tape	Mengakibatkan keguguran
Jantung pisang	Mengakibatkan kepala bayi menjadi lonjong
Udang	Bayi menjadi bungkuk
Es	Bayi menjadi besar, bayi menjadi flu, darah menjadi kental
Daun melinjo	Mengakibatkan darah bau, sulit melahirkan dan ketiduran saat melahirkan
Gurita	Mengakibatkan janin akan terlilit ari-ari
Ikan asin	Mengakibatkan gatal pada ibu

<b>Pantangan Makan</b>	<b>Akibat yang diyakini</b>
Ikan gabus	Bisa membuat bayi hilang dari kandungan, anak akan suka menangis
Salak	Menyulitkan proses persalinan, bayi lahir cacat, ibu susah BAB, jalan lahir menjadi sempit, kulit anak menjadi kasar
Cumi-cumi dan sotong	Anak yang dilahirkan akan berjalan mundur seperti cumi-cumi, kulit anak menjadi biru atau hitam
Belut	Darah bau, perut ibu menjadi sakit, bayi menjadi Cacat
Kerang	Menyebabkan perdarahan, bau bayi menjadi amis/anyir
Telur	ASI menjadi bau
Ikan cakalang	Terjadi pendarahan saat melahirkan
Ikan lele	Bayi dapat mengalami alergi dan gatal-gatal, kumisnya dapat menyebabkan kesulitan pada saat melahirkan, darah menjadi bau, kepala bayi menjadi besar seperti lele, anak menjadi nakal, janin meninggal dalam kandungan
Ikan pari	Anak yang dilahirkan akan menjadi loyo dan tidak kekar seperti ikan pari, kulit menjadi rusak, anak mudah lemah karena tidak bertulang, bayi sulit dilahirkan, ari-ari lengket
Daging kambing	Khawatir terjadi abortus, dapat memicu hipertensi, membahayakan janin
Kacang mentah	Anak menjadi cacangan
Daun pepaya	Menghambat jalan lahir bayi
Kangkung	Vagina menjadi licin
Kol	Kepala bayi menjadi besar sehingga mempersulit persalinan
Pare	Menghambat jalan lahir bayi
Kelapa muda	Anak yang dilahirkan akan menjadi besar dan Sakit
Pepaya	Bayi akan susah keluar, anak dalam perut bisa sakit, sakit saat proses melahirkan, sakit perut pada saat melahirkan
Tebu	Sakit perut, pendarahan, sulit melahirkan, sakit ketika melahirkan, anak besar di dalam perut
Kepiting	Bayinya sulit keluar pada saat proses persalinan, bayi lahir cacat, anak yang lahir menjadi nakal, anak hanya memiliki 2 jari seperti kepiting, ari-ari lengket

Sumber: Chahyanto & Wulansari. 2018. Jenis makanan yang dipantang bagi ibu hamil(hasil telaah tiga puluh delapan artikel di Indonesia).

Berdasarkan tabel diatas, makanan yang paling banyak ditabukan adalah kelompok lauk pauk hewani, kemudian sayuran dan buah buahan. Hampir seluruh suku atau daerah di Indonesia menjadikan salah satu jenis makanan

lauk pauk hewani sebagai makanan yang ditabukan atau dilarang untuk dikonsumsi oleh ibu hamil. Hal ini sejalan dengan pandangan FAO (1997) bahwa makanan lauk pauk hewani merupakan jenis makanan yang paling banyak dipantangkan di dunia. Jika dilihat dari aspek gizi, lauk pauk hewani sangat dianjurkan untuk ibu hamil. Selama kehamilan, kebutuhan protein meningkat hingga 20 gram per hari untuk pertumbuhan janin dan mempertahankan kesehatan ibu (Chahyanto & Wulansari, 2018: 58).

Kehamilan merupakan proses alamiah yang dialami oleh perempuan. Pada umumnya, masa kehamilan berlangsung dalam kurun waktu 280 hari atau 40 minggu dan terbagi dalam 3 triwulan. Triwulan pertama dimulai dari hasil konsepsi sampai pada usia kehamilan 3 bulan. Triwulan kedua dimulai pada usia kehamilan bulan ke-4 sampai ke-6. Sedangkan untuk triwulan ketiga dari bulan ke-7 sampai pada usia 9 bulan (Mauaba, 2009 dalam Ernawati, 2017:62).

Perempuan hamil adalah salah satu kelompok yang rentan terhadap keseimbangan gizi. Kelompok rentan gizi adalah kelompok yang paling mudah mengalami gangguan kesehatan karena adanya indikasi kekurangan gizi. Oleh karena itu, peyediaan kebutuhan gizi selama masa kehamilan sangatlah penting supaya ibu hamil bisa mendapatkan gizi yang optimal. Dengan gizi yang baik, ibu hamil mampu menjalankan dan melewati masa kehamilan dengan aman, dapat melahirkan bayi dengan potensi fisik dan mental yang baik, serta memperoleh energi yang cukup untuk menyusui bayinya (Notoadmojo dalam Ernawati 2017: 62).

Gizi yang seimbang dapat dipenuhi melalui pengkonsumsian makanan-makanan yang dapat memenuhi kebutuhan untuk dirinya dan untuk pertumbuhan bayinya. Oleh sebab itu, ibu hamil memerlukan zat gizi yang lebih banyak dibandingkan dengan keadaan tidak hamil. Janin tumbuh dan berkembang dengan mengambil zat-zat gizi dari makanan yang dikonsumsi ibunya. Selama masa kehamilan, ibu harus menambah jumlah dan jenis



makanan yang dikonsumsi untuk mencukupi gizi dirinya dan janinnya. Apabila ibu hamil kekurangan zat gizi yang dibutuhkan, maka janin akan mengambil dan menyerap persediaan makanan seperti lemak dan zat besi dalam tubuh ibunya. Dengan demikian, ibu hamil harus memiliki status gizi yang baik dan mengonsumsi makanan yang tepat dan beranekaragam baik jumlah maupun porsinya (Kemenkes RI).

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, Nomor 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi, dimana dalam undang-undang ini dianjurkan bagi Bangsa Indonesia untuk memberi panduan tentang angka kebutuhan gizi berdasarkan jenis kelamin dan umur. Kebutuhan zat gizi yang akan meningkat selama kehamilan diantaranya adalah kebutuhan energi. Pertambahan kebutuhan energi utamanya terjadi pada trimester II dan III. Penambahan konsumsi energi pada trimester II diperlukan untuk pertumbuhan jaringan ibu seperti pertumbuhan uterus dan payudara, penumpukan lemak serta penambahan volume darah. Adapun penambahan konsumsi energi sepanjang trimester III digunakan untuk pertumbuhan janin dan plasenta (Arisman, 2004 dalam Ernawati, 2017: 62).

**Tabel 1.2 Angka Kecukupan Gizi (AKG) Beberapa Zat Gizi untuk Wanita Tidak Hamil dan Tambahan Gizi yang Dibutuhkan Ketika Hamil (per orang per hari).**

Zat Gizi	AKG Wanita Tidak Hamil		Tambahan Gizi Ibu Hamil		
	19-29 Tahun BB=54 kg, TB=159 Cm	30-49 Tahun BB=55kg , TB=159 Cm	Trimester 1	Trimester 2	Trimester 3
Energi (kkal)	2250	2150	+180	+300	+300
Protein (g)	56	57	+20	+20	+20
Lemak (g)	75	60	+6	+10	+10
Karbohidrat (g)	309	325	+25	+40	+40
Serat (g)	32	30	+3	+4	+4
Besi (mg)	26	26	+0	+9	+13
Yodium (mg)	150	150	+70	+70	+70

Sumber: Permenkes RI, Nomor 75 Tahun 2013

Berdasarkan tabel diatas maka dapat diketahui bahwa kebutuhan ibu hamil lebih tinggi dari pada kebutuhan sebelum hamil. Akan tetapi di Indonesia masih banyak ibu hamil yang mengalami masalah gizi kurang atau Kurang Energi Kronik (KEK) dan anemia (Kemenkes). Masalah gizi yang dialami ibu hamil akan menyebabkan terganggunya kesehatan ibu dan janin, oleh karena itu pemenuhan gizi pada ibu hamil sangatlah penting. Selain itu, akibat lain dari KEK adalah terjadinya kerusakan struktur susunan syaraf pusat terutama pada tahap pertama pertumbuhan otak yang terjadi selama dalam kandungan. Masalah kurang gizi pada masa dini perkembangan otak akan menghentikan sintesis protein dan DNA yang berakibat pada terganggunya pertumbuhan otak sehingga sel-sel otak yang berukuran normal lebih sedikit karena terganggu. Dampaknya akan terlihat dimasa mendatang yang berpengaruh pada intelektual anak (Soetjiningsih dalam Ernawati, 2017).

Berdasarkan sumber data laporan rutin Kemenkes tahun 2020 yang terkumpul dari 34 provinsi menunjukkan dari 4.656.382 ibu hamil yang diukur lingkaran atasnya (LiLA), diketahui sekitar 451.350 ibu hamil memiliki LiLA < 23,5 cm (mengalami risiko KEK). Dari perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa persentase ibu hamil dengan risiko KEK tahun 2020 adalah sebesar 9,7%. Jika capaian tersebut dibandingkan dengan ambang batas menurut WHO, maka persentase bumil KEK di Indonesia termasuk masalah kesehatan masyarakat kategori ringan (< 10 %) (Kemenkes, 2021).

Masalah KEK juga terjadi pada Provinsi Lampung, dimana berdasarkan data Dinkes Lampung (2017), prevalensi resiko KEK pada wanita hamil umur 15-49 tahun mencapai 21,3%. Prevalensi risiko KEK terendah berada di Kabupaten Tulang Bawang dan Pringsewu (9.5%) dan tertinggi di Kabupaten Lampung Tengah (52,8%), sedangkan diwilayah perkotaan KEK masih ditemukan khususnya di Kota Bandar Lampung KEK mencapai 21,0%. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwasannya KEK dapat terjadi dimanapun tidak melihat kondisi suatu wilayah (wilayah maju ataupun berkembang). KEK pada wanita hamil di Lampung masih menjadi masalah

gizi utama yang harus diselesaikan oleh semua pihak yang terkait, karena masalah gizi masyarakat masih menjadi isu pokok dalam pembangunan kesehatan di Provinsi Lampung (Dinkes Lampung, 2017).

**Tabel 1.3 Prevalensi Risiko KEK Penduduk Wanita Umur 15-49 Tahun 2019 Menurut Kabupaten/Kota Provinsi Lampung 2018**

Kabupaten/Kota	Proporsi KEK (LILA <23,5 cm)	
	Hamil	Tidak Hamil
Lampung Barat	7,3	14,4
Tanggamus	5,51	16,14
Lampung Selatan	9,56	9,50
Lampung Timur	14,67	9,06
Lampung Tengah	13,33	11,28
Lampung Utara	9,92	12,68
Way Kanan	20,86	11,07
Tulangbawang	2,81	7,34
Pesawaran	20,60	19,02
Pringsewu	8,06	13,84
Mesuji	49,30	16,18
Tulang Bawang Barat	26,08	14,09
Pesisir Barat	0	17,41
Kota Bandar Lampung	17,36	17,02
Kota Metro	32,71	14,48

Sumber: Riskesdas, 2018

Istilah KEK atau Kurang Energi Kronik merupakan istilah lain dan Kurang Energi Protein (KEP) yang diperuntukkan untuk wanita yang kurus dan lemah akibat kurang energi yang kronis. Menurut Arisman (2007) penyebab terjadinya KEK adalah karena kurangnya asupan makanan dan penyakit infeksi. Ibu hamil yang asupan makanannya cukup tetapi menderita sakit akan mengalami gizi kurang, adapula ibu hamil yang asupan makanannya kurang akan menyebabkan daya tahan tubuhnya melemah dan mudah terserang penyakit. Faktor lain yang menyebabkan terjadinya gizi kurang atau

KEK pada ibu hamil adalah pengetahuan tentang gizi yang kurang, pendidikan yang rendah, pendapatan keluarga tidak mencukupi, usia ibu kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun serta adanya *Pamali* atau pantangan (Ernawati, 2017: 64)

Dalam kajian mengenai gizi, pangan, dan kesehatan, banyak ditemukan permasalahan yang berkaitan dengan kepercayaan, mitos, pantangan dan tabu yang melarang orang untuk mengkonsumsi beberapa jenis makanan (Kristya dkk., 2021). Mengubah pola pikir atau kebiasaan tidaklah mudah dilakukan karena paradigma seperti ini sudah ditanamkan sejak masa kanak-kanak. Perilaku makan pada masa kehamilan dikemas dalam resep sosial yang memberikan petunjuk mengenai makanan yang boleh atau tidak boleh dikonsumsi ibu hamil. Namun terkadang larangan mengkonsumsi beberapa jenis makanan tertentu dapat menyebabkan ibu hamil mengalami kekurangan gizi atau KEK.

Pembatasan atau pantangan makan terhadap beberapa jenis makanan tertentu pada ibu hamil memberikan gambaran tentang bagaimana sebuah budaya hidup dan dijalankan oleh masyarakat. Disadari atau tidak, pengetahuan mengenai segala bentuk pantangan, kebiasaan, ketidaktahuan dan hubungan sebab akibat seringkali membawa dampak positif dan negatif terhadap kesehatan ibu hamil. Berdasarkan permasalahan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“PAMALI: PANTANGAN MAKAN MASA KEHAMILAN PADA ORANG JAWA DAN SUNDA DILAMPUNG”**.

### **1.1 Masalah Penelitian**

- a. Bagaimana praktik *Pamali* pada orang Jawa dan Sunda di Lampung?
- b. Bagaimana perubahan-perubahan *Pamali* yang terjadi pada orang Jawa dan Sunda di Lampung?

## **1.2 Tujuan Penelitian**

- a. Untuk mengetahui praktik *Pamali* pada orang Jawa dan Sunda di Lampung.
- b. Untuk mengetahui perubahan-perubahan *Pamali* yang terjadi pada orang Jawa dan Sunda di Lampung.

## **1.3 Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan pada penelitian penulis adalah :

### **1.3.1 Manfaat Akademik**

- a. Menambah ilmu pengetahuan dalam bidang sosiologi khususnya sosiologi kesehatan mengenai *Pamali* berupa pantangan makan pada masa kehamilan.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan informasi dan referensi bagi pihak-pihak yang bermaksud melakukan penelitian selanjutnya.

### **1.3.2 Manfaat Praktis**

Manfaat ini ditunjukkan bagi dinas kesehatan, posyandu atau kader kesehatan yang diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil melalui sosialisasi, penyuluhan kesehatan dan lain-lain.



## II. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Tinjauan tentang *Pamali*

#### 2.1.1 *Pamali*

Ungkapan *Pamali* diartikan sebagai ungkapan yang berisi nasihat, larangan dan pantangan dalam melakukan sesuatu sesuai dengan tradisi atau keyakinan adat istiadat dapat menyebabkan kesialan atau mendatangkan dampak buruk apabila dilanggar. Menurut Danadibrata (2009) *Pamali* adalah larangan yang dimaksudkan untuk tidak melakukan suatu kegiatan yang akan mendatangkan musibah. *Pamali* berisi larangan seputar kehidupan sehari-hari yang biasa ditemukan dalam kehidupan masyarakat. Biasanya konsekuensi pelanggaran terhadap ungkapan *Pamali* umumnya dikaitkan dengan urusan rezeki, kesehatan, jodoh, keselamatan, keturunan dan lain-lain (Widiastuti, 2015: 72).

Umumnya, penuturan *Pamali* dalam praktiknya dilakukan oleh orang tua kepada anak atau bisa juga dari orang tua kepada kaum muda dilingkup keluarga ataupun masyarakat. *Pamali* selalu dikaitkan dengan hal-hal tabu atau mitos. Walaupun terkadang ungkapan larangan tersebut tidak selalu berselaras dengan konsekuensinya, namun kepercayaan terhadap adat istiadat atau tradisi menjadikan *Pamali* ditaati dan dihormati. Demikian pula pada masyarakat yang memegang teguh budaya *Pamali* menganggap bahwa *Pamali* bukanlah sebuah ungkapan yang terkesan mengada-ngada tanpa ada makna dibalikinya.

*Pamali* selalu dituturkan secara wajar dan sederhana sehingga dapat diterima dan diyakini. Misalnya pada ungkapan “*Pamali duduk di depan pintu*”. Ungkapan ini melarang seseorang duduk di depan pintu karena akan mengganggu orang yang hendak keluar masuk rumah. Dengan demikian, *Pamali* mengandung nilai dan norma kesopanan. Oleh karena itu, *Pamali* masih tetap diwariskan kepada generasinya dengan harapan generasi selanjutnya dapat mematuhi demi keselamatan hidup yang akan dihadapinya (Uniwati, 2014 dalam Abdullah dkk., 2018: 953).

*Pamali* dianggap sebagai sebuah perwujudan sistem tradisi lisan yang mengandung makna pendidikan. *Pamali* juga dianggap sebagai pranata sosial dan norma sosial tidak tertulis yang mampu mengendalikan perilaku manusia yang dihormati dan dihayati oleh masyarakat. Dalam pewarisannya, terdapat tiga proses yaitu proses penuturan orang tua kepada anak, proses mendengarkan dan menyimak serta proses menaati *Pamali*. Setiap individu yang meyakini akan selalu menaati *Pamali* karena tidak ingin mendapat konsekuensi dan dianggap tidak menghormati adat istiadat.

*Pamali* berperan dalam kehidupan sosial yang tidak terlepas dari etika, sopan santun dan tata krama. *Pamali* dimanfaatkan oleh orang tua dalam menanamkan pemahaman tentang nilai kebaikan serta keburukan yang perlu dihindari sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat. *Pamali* mengandung kontrol perilaku seperti cara berperilaku, memperlakukan diri dan orang lain, menghormati orang lain serta cara berbicara. Proses itu dengan perlahan mampu mendorong kebiasaan dalam berperilaku positif di kehidupan sehari-hari. Dengan begitu, *Pamali* menjadi salah satu strategi yang efektif dalam menanamkan pendidikan dan nilai budi pekerti. Jika memakai perspektif budaya dalam konsep etnopedagogi, kepercayaan terhadap *Pamali* dipandang sebagai langkah untuk terus mempertahankan

tradisi lisan yang turun-temurun diwariskan oleh generasi sebelumnya (Kusaeri, 2018:144).

Di era modernisasi, kehidupan kini semakin bebas. *Pamali* dijadikan mekanisme pertahanan tradisional terhadap sikap dan perilaku yang melanggar etika dan nilai kesopanan. Melalui ungkapan *Pamali* ini, para leluhur secara sadar telah menyiapkan generasi selanjutnya menjadi manusia berbudi pekerti dalam menjalani kehidupan saat ini dan kehidupan masa depan. Dalam kehidupan sosial, etika dan nilai kesopanan merupakan kebutuhan manusia sehingga nilai pendidikan yang terkandung dalam ungkapan *Pamali* sangat relevan dengan kehidupan sosial saat ini. Terdapat harapan para leluhur terhadap generasi bangsa yang dapat menghargai dan melestarikan budaya, berbudi pekerti serta beradab dalam berperilaku. Dalam kondisi saat ini, *Pamali* digunakan untuk menjaga keseimbangan hidup manusia agar terjaga dengan baik yang kemudian akan berpengaruh pada sumber kehidupan sekitarnya (Rohaeni & Emilda, 2017: 63).

*Pamali* merupakan salah satu produk kearifan lokal. Kearifan lokal merupakan proses bagaimana pengetahuan dihasilkan, disimpan, diterapkan, diolah dan diwariskan. Kearifan lokal dijadikan pembelajaran dalam kehidupan masyarakat, sebab memiliki nilai-nilai pendidikan yang disampaikan secara tidak langsung. Kearifan lokal sebagai modal budaya Indonesia diharapkan mampu menumbuhkembangkan identitas ke-Indonesiaan. . Indonesia hanya dapat bersatu jika pluralitas yang menjadi kenyataan sosialnya dihormati (Brata, 2016:16).

*Pamali* tergolong kedalam bentuk folklor lisan, yakni suatu bentuk kebudayaan kolektif yang tersebar dan diwariskan secara turun-temurun melalui tradisi lisan masyarakat. Sebagai contoh, *Pamali* duduk dibantal karena bisa menyebabkan bisulan. Makna

sesungguhnya adalah agar kita menggunakan peralatan sesuai dengan fungsinya agar terjaga kebersihannya. *Pamali* bangun siang nanti rejekinya dipatok ayam, kiasan ini bermaksud bahwa kita tidak boleh bangun kesiangan agar kita disiplin. *Pamali* duduk didepan pintu karena bisa menghalangi jodoh, yang bermakna jika kita duduk didepan pintu akan menghalangi orang untuk masuk sehingga tidaklah sopan. *Pamali* tersebut merupakan bentuk kearifan lokal dalam menciptakan sistem nilai dan tata perilaku. Meskipun terkesan sederhana, namun larangan-larangan tersebut sarat akan makna.

*Pamali* sering disebut dengan istilah tabu. Tabu berasal dari bahasa polinesia yaitu taboo. Istilah tabu pertama kali diperkenalkan oleh James Cook. Faerberow mengatakan bahwa dalam kata taboo terdapat makna yang diperolehkan atau dilarang, yang harus dan tidak boleh dilakukan, dimana hal tersebut dilakukan oleh masyarakat untuk para anggotanya dengan tujuan untuk melindungi diri dan sebagai strategi dalam melestarikan tradisi. *Pamali* mengandung dua makna yang berlawanan arah, pada satu sisi bermakna suci atau kudus sedangkan di sisi lain bermakna terlarang, kotor dan berbahaya (Junaidi & Wardani, 2019: 3)

Adapun karakteristik dari *Pamali* itu sendiri adalah sebagai berikut (Fajarini & Dhanurseto, 2019:25):

1. *Pamali* dalam perkembangannya menjadi suatu aturan yang sudah melekat pada budaya lokal yang ada dan berkembang pada masyarakat.
2. *Pamali* dengan segala aturan-aturan khusus yang mempengaruhi perilaku masyarakat dan bersifat jangka panjang.
3. *Pamali* memandang bahwa alam dan budaya merupakan satu kesatuan yang memiliki hubungan timbal balik.
4. Terdapat komitmen yang mampu memandang bahwa lingkungan lokal bersifat unik dan merupakan tempat yang tidak dapat

berpindah-pindah.

Makna sesungguhnya dalam *Pamali* bukan hanya makna tekstual mengenai hal apa yang dipantang atau dilarang, melainkan makna kontekstualnya yang tersimpan dibalik teks atau ungkapan pantang larang itu. Makna *Pamali* ialah makna yang terkandung dalam setiap ungkapan larangan tersebut. Secara tidak langsung, semua *Pamali* yang ada dalam masyarakat mempunyai makna terdalam yang melebihi dari sekadar makna tekstual dan makna itulah yang harus didapatkan oleh setiap orang yang dikenai pantangan dan larangan, sebab makna terdalam inilah substansi dari komunikasi pantangan yang ada. Makna tersebut sebenarnya yang mengandung banyak bimbingan dan tuntunan hidup (Aisyah, 2020: 141).

## **2.2 Tinjauan tentang Pantangan Makan**

### **2.2.1 Pantangan Makan**

Tabu atau pantangan adalah suatu pelarangan sosial yang kuat terhadap kata, benda, tindakan, atau orang yang dianggap tidak diinginkan oleh suatu kelompok, budaya, atau masyarakat. Salah satu tabu yang masih banyak dijumpai dalam konteks masyarakat Indonesia hingga saat ini adalah tabu makanan, yaitu larangan untuk mengonsumsi makanan tertentu karena ada beberapa ancaman atau hukuman bagi orang yang mengonsumsinya. Dalam ancaman ini, terdapat kekuatan supranatural dan mistik yang mungkin dapat menghukum mereka yang melanggar tabu ini (Susanto, 1991).

Dalam siklus kehidupan manusia, termasuk dalam proses kehamilan misalnya, memang banyak sekali mitos dan tabu makanan yang dihadapi oleh perempuan, lebih daripada yang dijalani laki-laki. Padahal sebagaimana dinyatakan Saptandari (1996), bentuk-bentuk tabu bagi perempuan hamil itu tidak selamanya kondusif bagi kesehatan, misalnya pantangan untuk makan makanan tertentu

seringkali menyebabkan malnutrisi bagi diri si ibu maupun bayi yang dikandungnya. Berbagai tabu yang ada itu terkadang bila dicermati, bisa jadi sebenarnya merupakan rasionalisasi dari kondisi kemiskinan atau ketakutan mereka.

Faktor kultur baik sosial, ekonomi, politik, dan proses budaya mempengaruhi jenis pangan apa yang dipilih orang; bagaimana mengolahnya, bagaimana cara mengonsumsinya, kapan dan di mana mereka makan dan sebagainya. Swasono (2002) menyatakan bahwa makanan dalam pandangan sosial budaya memiliki makna yang lebih luas dari sekedar nutrisi, karena terkait dengan unsur-unsur kepercayaan, status, prestise, kesetiakawanan, dan ketentraman (Intan, 2018:237-238).

### **2.2.2 Pantangan Makan pada Masa Kehamilan**

Pantangan makan disini dimaksudkan kepada masa kehamilan pada ibu hamil. Bagaimana pantangan makan yang bertujuan untuk menjaga kesehatan baik untuk dirinya sendiri maupun untuk janinnya. Pandangan, keyakinan dan kepercayaan masyarakat dapat menentukan perilaku makan ibu hamil. Pada dasarnya pola berpikir manusia dipengaruhi oleh lingkungan sosial budayanya melalui interaksi yang terjadi. Kemudian mereka merepresentasikan dalam bentuk perilaku.

Pantangan dan kepercayaan yang berkembang di masyarakat merupakan sebuah paradigma yang tidak mudah untuk diubah atau dihilangkan yang sudah berakar dan turun-temurun dari leluhur. Sehingga alasan-alasan yang mendasari mereka patuh dan menghormati segala bentuk pantangan adalah karena kepercayaan yang telah ada sebelumnya. Dikaitkan dengan perilaku pantang makan, masih banyak praktik *Pamali* yang masih dilanggengkan salah satunya pada ibu hamil. Berbagai macam *Pamali* pantangan

makan yang boleh dan tidak boleh untuk dilakukan serta pantangan terhadap beberapa jenis makanan pada ibu hamil.

Ibu hamil adalah kelompok manusia yang rawan terhadap kesehatan terutama masalah gizi. Oleh karena itu, ibu hamil memerlukan makanan yang berkualitas baik, tidak berlebihan dan tidak kekurangan. Makanan yang dikonsumsi ibu hamil sebaiknya tidak hanya mengikuti selera makan saja, tetapi juga perlu dilihat kebutuhan makanan yang diperlukan untuk kesehatan. Ibu hamil yang mudah mengakses makanan memiliki kemungkinan memilih makanan yang baik. Menurut Rumdasih (2004: 7), pemilihan makanan yang baik adalah pemilihan makanan yang menyediakan gizi yang cukup untuk kebutuhan kesehatan kehamilan. Selain gizi yang cukup, pemilihan makanan juga dipengaruhi oleh kepercayaan, pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam memilih makanan (Rofi'ah, 2017:3).

Pada dasarnya setiap individu mempunyai keinginan untuk selalu berada dalam kondisi yang sehat dan normal sehingga jika merasa kondisi kesehatan terancam atau terganggu diakibatkan oleh penyakit maka mereka terdorong untuk melakukan sebuah upaya guna untuk mengembalikan dan meningkatkan kondisi kesehatan mereka. Pemahaman masyarakat mengenai timbulnya penyakit tertentu diakibatkan karena pelanggaran terhadap *Pamali*. Pemahaman serta keyakinan tersebut terbentuk berdasarkan pengalaman pribadi, serta informasi yang mereka dapatkan dari lingkungan terdekat, dan kemudian mendorong mereka untuk melakukan tindakan bertujuan untuk mempertahankan kondisi kesehatan mereka terlebih untuk pencegahan.



**Tabel 2.1 Jenis Makanan Yang Dipantang Bagi Ibu Hamil**

<b>Pantangan Makan</b>	<b>Akibat yang diyakini</b>
Nanas	Mengakibatkan keguguran
Durian	Mengakibatkan keguguran
Tape	Mengakibatkan keguguran
Jantung pisang	Mengakibatkan kepala bayi menjadi lonjong
Udang	Bayi menjadi bungkuk
Es	Bayi menjadi besar, bayi menjadi flu, darah menjadi kental
Daun melinjo	Mengakibatkan darah bau, sulit melahirkan dan ketiduran saat melahirkan
Gurita	Mengakibatkan janin akan terlilit ari-ari
Ikan asin	Mengakibatkan gatal pada ibu
Ikan gabus	Bisa membuat bayi hilang dari kandungan, anak akan suka menangis
Salak	Menyulitkan proses persalinan, bayi lahir cacat, ibu susah BAB, jalan lahir menjadi sempit, kulit anak menjadi Kasar
Cumi-cumi dan sotong	Anak yang dilahirkan akan berjalan mundur seperti cumi-cumi, kulit anak menjadi biru atau hitam
Belut	Darah bau, perut ibu menjadi sakit, bayi menjadi cacat
Kerang	Menyebabkan perdarahan, bau bayi menjadi amis/anyir
Telur	ASI menjadi bau
Ikan cakalang	Terjadi pendarahan saat melahirkan
Ikan lele	Bayi dapat mengalami alergi dan gatal-gatal, kumisnya dapat menyebabkan kesulitan pada saat melahirkan, darah menjadi bau, kepala bayi menjadi besar seperti lele, anak menjadi nakal, janin meninggal dalam kandungan
Ikan pari	Anak yang dilahirkan akan menjadi loyo dan tidak kekar seperti ikan pari, kulit menjadi rusak, anak mudah lemah karena tidak bertulang, bayi sulit dilahirkan, ari-ari lengket
Daging kambing	Khawatir terjadi abortus, dapat memicu hipertensi, membahayakan janin
Kacang mentah	Anak menjadi cacangan
Daun pepaya	Menghambat jalan lahir bayi
Jengkol	Darah menjadi bau, perut tidak kempis setelah melahirkan
Kangkung	Vagina menjadi licin
Kol	Kepala bayi menjadi besar sehingga mempersulit persalinan

<b>Pantangan Makan</b>	<b>Akibat yang diyakini</b>
Pare	Menghambat jalan lahir bayi
Kelapa muda	Anak yang dilahirkan akan menjadi besar dan sakit
Pepaya	Bayi akan susah keluar, anak dalam perut bisa sakit, sakit saat proses melahirkan, sakit perut pada saat Melahirkan
Tebu	Sakit perut, pendarahan, sulit melahirkan, sakit ketika melahirkan, anak besar di dalam perut
Kepiting	Bayinya sulit keluar pada saat proses persalinan, bayi lahir cacat, anak yang lahir menjadi nakal, anak hanya memiliki 2 jari seperti kepiting, ari-ari lengket

Sumber: Chahyanto & Wulansari. 2018. Jenis makanan yang dipantang bagi ibu hamil (hasil telaah tiga puluh delapan artikel di Indonesia).

Tabel diatas menunjukkan *Pamali* terhadap beberapa jenis makanan yang ditujukan bagi ibu hamil pada masyarakat secara umum. Secara garis besar *Pamali* pada makanan hampir sama pada setiap masyarakat di suku yang berbeda. Alasan yang melatarbelakangi percaya dan meyakini adalah karena menghormati adat dan mengikuti anjuran orang tua. Akibat yang diyakini jika melanggar *Pamali* merupakan suatu konstruksi sosial yang terbentuk dalam tatanan masyarakat yang dipahami secara kolektif.

## 2.3 Kajian Teori

### 2.3.1 Antropologi Gizi

Ratusan tahun lalu, jutaan orang di dunia menderita kekurangan gizi dan gizi buruk. Kekurangan gizi dapat menyebabkan rentanya terkena infeksi dan berbagai penyakit lainnya. Penyebab kekurangan gizi selain dari ketidakmampuan negara-negara non industri untuk menghasilkan kebutuhan atau kecukupan makanan penduduk ternyata juga disebabkan karena adanya kepercayaan-kepercayaan mengenai hubungan antara kesehatan dengan makanan. Dengan adanya kepercayaan dan pantangan menghambat seseorang memanfaatkan

makanan dengan sebaik-baiknya (Foster dan Anderson, 2006: 311).

Para ahli antropologi memandang kebiasaan makan sebagai suatu kompleks kegiatan masak-memasak, kearifan rakyat, pantangan, kepercayaan, takhayul yang berkaitan dengan pengkonsumsian makanan. Betapa kuatnya kepercayaan yang telah mengakar dalam masyarakat sehingga sangat sukar meyakinkan orang untuk menyesuaikan makanan tradisional untuk kepentingan gizi. Dengan kata lain penting untuk membedakan antara makanan dengan nutriment. Anderson (2006) mengemukakan bahwa nutriment adalah sebuah konsep biokimia yaitu suatu zat yang dapat memelihara dan menjaga kesehatan organisme yang menelannya. Sedangkan makanan merupakan suatu konsep budaya yang memberikan pernyataan “zat ini sesuai bagi kebutuhan gizi kita”. Dalam konteks budaya, bukan hanya seputar makanan saja yang dibatasi melainkan konsep tentang etika makan, kapan dimakannya dan terdiri dari apa (Foster dan Anderson, 2006: 317-320). Anderson (2006) menyatakan tentang makna simbolik dari makanan, diantaranya:

- a. Makanan sebagai ungkapan ikatan sosial
- b. Makanan sebagai ungkapan dari kesetiakawanan kelompok
- c. Makanan dan stress
- d. Simbolisme makanan dalam bahasa

Kebiasaan makan menjadi hal yang paling menentang dalam perubahan diantara semua kebiasaan. Apa yang disukai dan tidak disukai, kepercayaan terhadap beberapa makanan yang boleh atau tidak boleh dimakan, serta keyakinan-keyakinan adanya pengaruh antara makanan dengan kesehatan yang telah ditanamkan sejak kecil. Kebiasaan makan hanya dapat dimengerti dalam konteks budaya (Foster dan Anderson, 2006: 312).

Walaupun gizi buruk di dunia ini disebabkan oleh kekurangan pangan yang mutlak, masalahnya bertambah parah akibat berbagai

kepercayaan budaya dan segala pantang-pantangan yang membatasi orang untuk memanfaatkan makanan yang tersedia. Para antropologi budaya menaruh perhatian khusus terhadap peranan makanan dalam kebudayaan sebagai kegiatan ekspresif yang memperkuat kembali hubungan-hubungan, sanksi-sanksi, kepercayaan-kepercayaan dan agama. Sebagaimana sistem medis memainkan peranan dalam mengatasi persoalan kesehatan dan penyakit, begitu juga dengan kebiasaan makan memainkan peran dalam mengatasi soal makanan dan tubuh manusia (Foster dan Anderson, 2006: 313).

Antropologi gizi menaruh perhatian pada pantang makan pada masa kehamilan. Pembatasan pada beberapa jenis makanan mencerminkan adanya keterlibatan budaya pada aspek gizi masyarakat setempat yang mempercayai dan mempraktikkan. Ibu hamil diberikan perintah dan larangan seputar makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi walaupun memang seharusnya mereka mengonsumsi makanan yang mengandung nutrisi dan gizi yang baik dikarenakan mereka percaya bahwa makanan yang dipantang tersebut dapat berakibat buruk apabila dikonsumsi oleh ibu hamil. Kepercayaan terkait pantang makan mengakar dan diwariskan secara turun-temurun sehingga persoalan gizi tidak hanya diukur sebatas faktor ekonomi atau medis saja, melainkan keterlibatan kebudayaan.

Pantang makan menjadi sebuah simbol dalam konsep kebudayaan tertentu. Pantang makan menjadi hal penting apabila diidentifikasi sebagai suatu pelanggaran yang tampak mengancam individu yang bersangkutan dalam masyarakat. Sanksi akibat melanggar dianggap sebagai ganjaran bagi tindakan dan tingkah laku yang tidak sesuai dalam masyarakat. Adanya sanksi yang terlibat memainkan peranan besar pada masyarakat dalam upaya mempertahankan aturan-aturan. Selama masa kehamilan, makanan ibu hamil dipilih secara teliti, bukan karena kualitasnya yang positif terhadap kesehatan, melainkan karena makanan itu tidak akan merugikan ibu maupun anak. Sehingga

pembatasan pada makanan yang dianggap berbahaya dikeluarkan dari makanan-makanan yang diperbolehkan.

Masyarakat tradisional sering gagal dalam menilai kaitan antara makanan yang baik dengan kesehatan yang baik. Kebanyakan mereka sering melihat dalam konotasi negatif antara makanan dan penyakit. Artinya, pada saat perempuan sedang hamil, makanan-makanan yang sehat dan bergizi tinggi dan dibutuhkan terkadang sengaja tidak diberikan pada ibu hamil. Hal tersebut terjadi juga pada seseorang yang sedang sakit. Jika seseorang sedang dalam keadaan sehat, maka akan diperbolehkan untuk makan berbagai jenis makanan, begitu pula sebaliknya dalam keadaan sakit akan dibatasi dalam pemilihan makanan.

## 2.4 Penelitian Terdahulu

**Tabel 2.2 Penelitian Terdahulu**

1.	<b>Nama Peneliti</b>	Siti Zakiyatur Rofi'ah (2017)
	<b>Judul</b>	Perilaku Kesehatan Ibu Hamil Dalam Pemilihan Makanan Di Kecamatan Pucakwangi Kabupaten Pati
	<b>Tujuan</b>	Mendeskripsikan pengetahuan ibu hamil tentang cara memilih makanan untuk menjaga kesehatan kehamilan dan mendeskripsikan perilaku kesehatan mengenai pemilihan makanan pada masa kehamilan.
	<b>Metode</b>	Kualitatif
	<b>Hasil</b>	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil mengenai makanan dipengaruhi oleh berbagai informasi yang diterima dari luar, yaitu orang tua, bidan dan internet. Perbedaan informasi yang diterima, membuat ibu hamil merasa bingung mengenai makanan sehat yang seharusnya dimakan. Pengetahuan ibu hamil di Pucakwangi tidak sesuai dengan perilaku yang dilakukannya. Ibu hamil di Pucakwangi melakukan pemilihan makanan, karena rasa ingin menghormati orang tua dan menghindari berbagai konflik yang akan timbul ketika ibu hamil tidak melakukan pemilihan makanan sesuai kepercayaan masyarakat setempat. Kepercayaan budaya mengenai makanan sudah mulai luntur, tetapi ibu hamil tetap melakukan pemilihan makanan sesuai dengan yang diinginkan oleh orang tua.

	<b>Persamaan dan Perbandingan penelitian</b>	Persamaan penelitian ini dengan penelitian Siti Zakiyatur Rofi'ah adalah keduanya membahas tentang perilaku pemilihan makanan pada ibu hamil. Perbedaannya hanya terletak pada lokasi penelitian saja.
2.	<b>Nama Peneliti</b>	Bibi Ahmad Chahyanto dan Arnati Wulansari (2018)
	<b>Judul</b>	Aspek Gizi Dan Makna Simbolis Tabu Makanan Ibu Hamil Di Indonesia
	<b>Tujuan</b>	Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan jenis makanan yang ditabukan, makna simbolis tabu makanan bagi ibu hamil di Indonesia, dan aspek gizinya.
	<b>Metode</b>	<i>literature review</i> dengan mengumpulkan artikel melalui database secara online.
	<b>Hasil</b>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa makanan yang paling banyak ditabukan oleh ibu hamil adalah kelompok makanan lauk hewani yang berguna bagi pertumbuhan dan perkembangan janin, seperti cumi-cumi serta ikan lele. Perlu adanya edukasi terutama terhadap ibu hamil untuk mulai menghindari tabu makanan dan pentingnya asupan protein untuk perkembangan janin di awal siklus perkembangan manusia
	<b>Persamaan dan Perbandingan Penelitian</b>	Persamaan penelitian yang dilakukan Bibi Ahmad Chahyanto dan Arnati Wulansari dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang tabu/ <i>Pamali</i> pada ibu hamil. Namun perbedaannya terletak pada fokus penelitiannya. Fokus penelitian Bibi Ahmad Chahyanto dan Arnati Wulansari seputar aspek gizi dan makna simbolis tabu makanan, sedangkan penelitian ini memfokuskan pada praktik <i>Pamali</i> berupa pantangan makan dan perubahan yang terjadi.
3.	<b>Nama Peneliti</b>	Juariah (2018)
	<b>Judul</b>	Kepercayaan dan Praktik Budaya pada Masa Kehamilan Masyarakat Desa Karangsari, Kabupaten Garut
	<b>Tujuan</b>	Untuk mengeksplorasi kepercayaan dan praktik budaya masyarakat Desa Karangsari pada masa kehamilan, serta manfaat dan dampak dari praktik tersebut terhadap kesehatan ibu dan janinnya
	<b>Metode</b>	Deskriptif analisis, melalui pendekatan studi kasus
	<b>Hasil</b>	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masyarakat Desa Karangsari masih mengikuti kebiasaan yang harus dilakukan ibu pada saat hamil dan juga pantangan/larangan yang harus dihindari oleh ibu hamil, dengan keyakinan jika pantangan itu dilanggar akan mengakibatkan hal buruk pada ibu dan bayi yang dikandungnya. Masyarakat Desa Karangsari juga masih mempertahankan adat upacara opat bulanan dan nujuh bulanan walaupun dalam pelaksanaannya disesuaikan dengan kemampuan ibu hamil dan keluarganya. Suami

		terlibat dalam kehamilan istrinya dengan mengikuti keharusan dan pantangan dan meyakini akan ada akibat buruk jika tidak mengikuti kebiasaan tersebut. Tenaga kesehatan dan maraji pemanfaatannya saling berdampingan, walaupun maraji memiliki otoritas terutama dalam ritual seremonial.
	<b>Persamaan dan Perbandingan Penelitian</b>	Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Juariah dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas mengenai praktik budaya pada ibu hamil. Sedangkan perbedaannya terletak pada fokus penelitiannya. Fokus penelitian yang dilakukan oleh Juariah membahas praktik budaya berupa pantangan secara umum, seperti pantangan perilaku, kebiasaan dan makanan. Sedangkan penelitian ini mengkaji praktik <i>Pamali</i> berupa pantang makan pada masa kehamilan saja.
4.	<b>Nama Peneliti</b>	Muhammad Rofi'i (2017)
	<b>Judul</b>	Kepercayaan Wanita Jawa Tentang Perilaku Atau Kebiasaan Yang Dianjurkan Dan Dilarang Selama Masa Kehamilan
	<b>Tujuan</b>	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kepercayaan wanita jawa tentang perilaku atau kebiasaan yang dianjurkan dan dilarang selama masa kehamilan.
	<b>Metode</b>	Desain penelitian adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengambilan data dilakukan dengan cara melakukan wawancara mendalam (indepth interview).
	<b>Hasil</b>	Hasil penelitian ini ditemukan perilaku atau kebiasaan yang dianjurkan selama masa kehamilan yaitu berdoa, makan dicobek yang besar, ngepel saat hamil tua, minum jamu ditaruh daun lumbu, diberi minyak kelapa, posisi nungging, acara mitoni anak pertama, dan suami dan si ibu berdoa. Dampak apabila melakukan perilaku atau kebiasaan yang dianjurkan selama masa kehamilan adalah sehat dan selamat, melahirkan jadi mudah, menghindari sungsang, melahirkan gampang. Perilaku atau kebiasaan yang dilarang selama masa kehamilan adalah bepergian jauh, membunuh binatang, membatin orang, bepergian ditempat umum, memotong kaki binatang, makan didepan pintu, merendam baju atau pakaian atau cucian piring dan gelas, memancing ikan, menyakiti hewan, memotong ayam, duduk ditengah pintu, mandi saat maghrib, menyembelih ayam atau sapi, memukul hewan dan ke pasar atau tempat umum selama hamil tua. Dampak apabila melakukan perilaku atau kebiasaan yang dilarang selama masa kehamilan adalah keguguran, bayi yang dikandung akan pindah, musibah, bayi lahirnya susah, air ketubannya jadi banyak sekali, kecacatan pada bayi, bayi mau lahir bisa terhambat, bisa kembar banyu, bayinya bisa niru jeleknya, mengambil bayi lewat dukun perewangan.

	<b>Persamaan dan Perbandingan Penelitian</b>	Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Rofi'i dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas mengenai praktik budaya berupa perilaku kebiasaan pada ibu hamil yang dianjurkan. Sedangkan perbedaannya terletak pada fokus penelitiannya. Fokus penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Rofi'i membahas kepercayaan wanita Jawa pada perilaku atau kebiasaan yang dianjurkan saat hamil, seperti pantangan perilaku, kebiasaan dan makanan. Sedangkan penelitian ini mengkaji praktik <i>Pamali</i> berupa pantang makan pada masa kehamilan pada suku Jawa dan Sunda di Lampung
5.	<b>Nama Peneliti</b>	Lia Susvita Sari, Husaini dan Bahrul Ilmi (2017)
	<b>Judul</b>	Kajian Budaya Dan Makna Simbolis Perilaku Ibu Hamil Dan Ibu Nifas
	<b>Tujuan</b>	Mengkaji budaya dan makna simbolis perilaku ibu hamil dan ibu nifas suku Banjar di Kecamatan Martapura Timur.
	<b>Metode</b>	Penelitian kualitatif dengan pendekatan analisis isi (content analysis).
	<b>Hasil</b>	Perilaku ibu hamil dan ibu nifas suku Banjar di Kecamatan Martapura timur yaitu dikelompokkan menjadi 3 kategori memperoleh perawatan yaitu dari dukun kampung, adat istiadat dan dari tenaga kesehatan. Sedangkan pantangan ibu hamil dan nifas dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu pantangan perilaku (tidak boleh keluar rumah sebelum 40hari, kalau duduk kaki tidak boleh di lipat), makanan (tidak boleh mengkonsumsi makanan amis, ikan berpatil, ikan papuyu, tidak boleh mengkonsumsi makanan berlemak) dan minuman (tidak boleh minum es).
	<b>Persamaan dan Perbandingan Penelitian</b>	Persamaan penelitian ini dengan penelitian Lia Susvita Sari, Husaini dan Bahrul Ilmi, keduanya membahas tentang perilaku pemilihan makanan pada ibu hamil. Perbedaanya hanya terletak pada lokasi penelitian saja.



### **III. METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Penelitian Kualitatif**

Menurut Sugiono (2018), metode penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti objek alamiah, dimana peneliti merupakan instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi atau gabungan, analisis data bersifat induktif dan hasil penelitian menekankan makna pada generalisasi. Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang mengeksplorasi dan memahami makna dari berbagai masalah sosial. penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti kehidupan masyarakat, tingkah laku, masalah sosial, sejarah dan lain-lain. Penelitian ini dapat mengungkapkan dan memahami apa yang tersembunyi dibalik suatu fenomena yang kadang sulit untuk dipahami (dalam Anggito & Setiawan, 2018).

Penelitian ini mengungkapkan dan memahami makna dibalik sebuah pantangan atau pembatasan pada beberapa jenis makanan yang ditujukan kepada ibu hamil. Dimana ibu hamil harus mengikuti segala bentuk tindak-tanduk yang telah diperintahkan oleh orang tuanya termasuk didalamnya mengenai resep sosial terkait dengan makanan yang dipantang dan dianjurkan untuk dikonsumsi oleh ibu hamil.

#### **3.2 Setting Penelitian**

Lokasi penelitian adalah tempat yang digunakan untuk memperoleh pemecahan masalah penelitian berlangsung. Penentuan lokasi penelitian sangat penting karena berhubungan dengan fokus penelitian dimana data-data yang dicari harus sesuai. Selain itu, lokasi penelitian juga dapat menentukan apakah data yang dibutuhkan sudah memenuhi syarat. Penelitian ini mengkaji tentang bagaimana praktik pantangan makan di masa kehamilan pada orang Jawa dan Sunda di Lampung.

### 3.3 Teknik Penentuan Informan

Penelitian ini menggunakan beberapa informan yang dijadikan sebagai sumberdata penelitian. Penentuan informan didasarkan pada kriteria;

- a. Perempuan yang merupakan orang Jawa atau Sunda di Lampung.
- b. Mempraktikan *Pamali* berupa pantangan makan selama masa kehamilan.

Berdasarkan beberapa kriteria tersebut diperoleh dua puluh informan dalam penelitian ini untuk menjawab pertanyaan penelitian terkait pantang makan masa kehamilan. Ditentukannya kedua puluh orang tersebut menjadi informan karena masing-masing dapat memberikan jawaban atas permasalahan penelitian sehingga dapat mewakili informasi penting yang dibutuhkan dalam penelitian. Hal ini dibuktikan oleh peneliti melalui proses wawancara, sehingga dapat ditetapkan bahwa kedua puluh informan tersebut layak menjadi informan untuk memberikan jawaban terkait permasalahan penelitian.

**Tabel 3.1 Daftar Nama Informan**

No.	Nama (Inisial)	Usia	Asal Suku	Alamat
1.	SK	32 Tahun	Jawa	Lampung Timur
2.	S	42 Tahun	Jawa	Pringsewu
3.	SU	37 Tahun	Jawa	Lampung Tengah
4.	SA	35 Tahun	Jawa	Lampung Tengah
5.	A	24 Tahun	Jawa	Lampung Tengah
6.	M	27 Tahun	Jawa	Tanggamus
7.	N	24 Tahun	Jawa	Tanggamus
8.	SL	35 Tahun	Jawa	Bandar Lampung
9.	RA	25 Tahun	Jawa	Pringsewu
10.	SG	38 Tahun	Jawa	Pringsewu
11.	AR	24 Tahun	Sunda	Bandar Lampung
12.	CR	27 Tahun	Sunda	Bandar Lampung
13.	MS	26 Tahun	Sunda	Pringsewu
14.	E	35 Tahun	Sunda	Bandar Lampung
15.	AS	33 Tahun	Sunda	Bandar Lampung
16.	I	30 Tahun	Sunda	Tanggamus
17.	EL	25 Tahun	Sunda	Tanggamus
18.	SO	33 Tahun	Sunda	Tanggamus
19.	RI	31 Tahun	Sunda	Lampung Tengah
20.	AW	39 Tahun	Sunda	Lampung Tengah

Sumber: Olahan Data Peneliti, 2022

### **3.4 Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah salah satu prosedur penelitian untuk memperoleh data penelitian. Pada penelitian ini menggunakan beberapa teknik pengumpulan data diantaranya sebagai berikut (Rahardjo, 2011):

#### **3.4.1 Wawancara Mendalam**

Pada penelitian ini menggunakan jenis wawancara mendalam. Wawancara mendalam adalah proses memperoleh informasi untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan orang yang diwawancarai, dengan atau tanpa menggunakan pedoman wawancara. Dalam wawancara ini digunakan untuk menggali data secara mendalam mengenai pantangan makan pada masa kehamilan (Sutopo, 2006). Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan wawancara secara langsung dengan perempuan hamil yang merupakan orang Jawa dan Sunda di Lampung.

Peneliti melakukan wawancara mendalam pada informan dengan menggunakan pedoman wawancara. Selama dilapangan, peneliti menggali pantangan-pantangan yang dilakukan oleh ibu hamil. Kebiasaan yang dilakukan ibu hamil selama masa kehamilan baik itu berupa pantangan maupun anjuran yang harus dijalankan oleh ibu hamil.

#### **3.4.2 Observasi Partisipan**

Observasi atau pengamatan adalah metode pengumpulan data yang bertujuan untuk memahami, mengamati, dan mencatat gejala-gejala yang ada dilapangan. Pengamatan memungkinkan peneliti dapat memahami fenomena secara subjektif dan peneliti mampu merasakan apa yang dirasakan oleh subjek penelitian. Selain digunakan untuk menggali data lebih mendalam lagi, observasi juga berfungsi untuk mengkroscek kebenaran data yang diperoleh

dari wawancara sehingga data yang diperoleh dapat dikatakan valid. Peneliti akan melakukan kegiatan observasi secara langsung mengenai *Pamali* yang berkaitan dengan perilaku makan pada ibu hamil dengan memanfaatkan panca indera untuk melihat dan memahami alasan yang melatarbelakangi mereka mempraktikkan *Pamali* selama masa kehamilan.

### **3.4.3 Dokumentasi**

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan menelaah data yang bersumber selain dari manusia. Data ini dapat berupa buku harian, surat-surat resmi, dokumen pemerintah atau swasta, data tersimpan di website, foto dan lain sebagainya. Dalam penelitian ini metode dokumentasi digunakan sebagai pelengkap dari metode wawancara dan observasi. Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah jurnal online sebagai data pendukung dalam penelitian.

## **3.5 Teknik Analisis Data**

Setelah diperoleh data dari metode pengumpulan yang dilakukan diatas, maka data dianalisis dan diolah. Teknik analisis data adalah teknik yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data secara sistematis guna mempermudah proses penarikan kesimpulan. Dalam penelitian kualitatif, analisis data dilakukan saat pengumpulan data berlangsung dan setelah selesai pengumpulan data dalam rentang waktu tertentu. Pada tahap wawancara, peneliti sudah melakukan analisis terhadap jawaban yang diperoleh dari hasil wawancara. Apabila wawancara tidak atau belum memuaskan, maka peneliti akan melanjutkan pertanyaan lagi sampai diperoleh data yang kredibel (Sugiyono, 2018: 243).

Menurut Miles & Huberman (dalam Sugiyono, 2018: 245) terdapat tiga alur dalam proses analisis data yakni reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

### **3.5.1 Reduksi data**

Reduksi data berlangsung selama proses penelitian dan bahkan setelah proses penelitian lapangan berakhir, reduksi data ini masih terus berlanjut. Tujuan dari reduksi data yakni menggolongkan, mengerucutkan dan mengarahkan data. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya. Reduksi data digunakan untuk mengarahkan data terkait pantang makan pada masa kehamilan.

Dalam proses reduksi data ini, data-data mengenai pantangan makan pada ibu hamil yang terkumpul dan sudah terekam dalam berbagai catatan dan alat perekam kemudian dirangkum dan diseleksi. Data digolongkan pada setiap subbab atau tema. Hal ini dilakukan agar data tidak menumpuk dan tidak mempersulit dalam melakukan analisis.

### **3.5.2 Penyajian data**

Setelah direduksi, langkah selanjutnya adalah penyajian data. Penyajian data berisi kumpulan data yang dikemas dalam bentuk diagram, grafik, dan bagan. Melalui penyajian data, data akan tersusun dan terorganisasikan sehingga akan semakin mudah dipahami.

Penyajian data pada penelitian ini dilakukan dengan mengemas data yang diperoleh dalam bentuk deskripsi, dimana data disusun sedemikian rupa untuk menjelaskan dan menganalisis terkait pantang makan yang dilakukan dan dijalankan oleh ibu hamil selama masa kehamilan. Data disajikan dalam bentuk laporan hasil penelitian agar dapat dianalisis sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

### **3.5.3 Penarikan kesimpulan atau verifikasi**

Langkah ketiga adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi.

Kesimpulan awal masih bersifat sementara dan berubah apabila tidak ditemukan bukti yang kuat untuk mendukung tahap pengumpulan data selanjutnya. Namun, apabila kesimpulan pada tahap awal sudah didukung oleh bukti yang kuat dan valid, maka saat peneliti kembali ke lapangan untuk mengumpulkan data, kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

Penarikan kesimpulan dilakukan apabila data sudah tersaji dalam bentuk deskripsi. Kemudian dilakukan penarikan kesimpulan dan verifikasi untuk membuktikan apakah pantang makan pada masa kehamilan merupakan data yang kredibel apabila didukung oleh bukti yang kuat. Bukti ini didasarkan pada pengamatan peneliti ketika melakukan observasi.

## IV. SETTING PENELITIAN

### 4.1 Kebudayaan Jawa

Menurut geologi, Jawa adalah deretan pegunungan yang tersambung dengan deretan pegunungan Himalaya dan pegunungan di Asia Tenggara yang menikung ke arah tenggara kemudian ke arah timur melalui dataran sunda yang merupakan landasan kepulauan Indonesia. Sedangkan masyarakat atau suku Jawa secara antropologi menurut Darori Amin adalah orang-orang yang kesehariannya dalam hidup menggunakan bahasa Jawa dengan beragam dialek secara turun-temurun. Karakteristik kebudayaan Jawa terbagi menjadi tiga macam, diantaranya (Koentjaraningrat, 1994: 103):

Pada umumnya orang Jawa mengatakan bahwa agama yang mereka anut ialah agama Islam. Koentjaraningrat membagi keberagaman masyarakat Islam Jawa menjadi dua yaitu agama Islam santri dan agama Islam kejawen. Agama Islam santri adalah mereka yang menganut agama Islam di Jawa yang secara teratur, patuh dan serius menjalankan segala ajaran dari agamanya. Sedangkan agama Islam kejawen adalah mereka yang menganut agama Islam tetapi tidak sedikit yang tidak menjalankan ajaran atau syariat Islam secara patuh dan serius seperti tidak menjalankan shalat dan puasa (Koentjaraningrat, 1994:346-347).

Adat kejawen memberikan ajaran kepada manusia untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan, menghormati sesama manusia serta makhluk lainnya. Perilaku kejawen merupakan sebuah bentuk pengungkapan seseorang yang ingin dekat dengan Tuhan melalui berbagai cara seperti dengan mengadakan upacara-upacara atau slametan yang berkaitan dengan siklus kehidupan. Tradisi ini merupakan tradisi yang telah diwariskan secara turun-temurun

dari orang-orang Jawa agar hidup yang dijalani bahagia, harmonis dan selaras. Koentjaraningrat menyebutkan bahwa orang Jawa memiliki sikap *nrimo* atau nerima, dimana orang Jawa percaya bahwa hidup manusia didunia sudah diatur oleh alam semesta dan mereka menyerahkan diri kepada takdir (Koentjaraningrat, 1994).

Menurut Amin (2002), pandangan dunia Jawa tentang kehidupan mengatakan bahwa antara masyarakat dan alam merupakan lingkup kehidupan orang Jawa sejak lahir. Masyarakat bagi orang Jawa merupakan sumber rasa aman. Begitu pula alam, dihayati sebagai kekuasaan yang menentukan keslametan dan kehancurannya. Oleh karena itu, alam inderawi bagi orang Jawa merupakan ungkapan alam gaib, yaitu misteri berkuasa mengelilinginya, dan darinya akan diperoleh eksistensinya, sebab alam merupakan ungkapan kekuasaan yang menentukan kehidupannya yang penting, misalnya kelahiran, puputan, tetesan, khitanan, pernikahan, kehamilan, proses penuaan, dan kematian.

Bersama-sama dengan pandangan alam pikiran partisipasi tersebut, orang Jawa juga percaya akan adanya suatu kekuatan yang melebihi segala kekuatan di mana saja yang pernah dikenal, yaitu *kesaktén*, kemudian arwah atau ruh leluhur, dan makhluk-makhluk halus seperti memedi, lelembut, tuyul, demit serta jin dan lainnya yang menempati alam sekitar tempat tinggal mereka. Menurut kepercayaan masing-masing makhluk halus tersebut dapat mendatangkan kesuksesan, kebahagiaan, ketentraman ataupun keselamatan, tetapi sebaliknya bisa pula menimbulkan gangguan pikiran, gangguan kesehatan, bahkan kematian.

Orang Jawa dikenal mempunyai stereotip sebagai suku bangsa atau kelompok orang yang berpenampilan halus dan sopan. Perbedaan orang Jawa yang tinggal di Jawa dengan orang Jawa yang tinggal di Lampung terlihat dalam segi bahasa. Bahasa yang digunakan oleh orang Jawa yang tinggal di Lampung adalah bahasa Jawa *Ngoko* (Jawa kasar). Anak-anak



tidak diajarkan menggunakan bahasa Jawa *Krama* (Jawa halus), sehingga banyak sudah yang tidak paham akan bahasa Jawa *Krama* yang biasa digunakan oleh orang Jawa yang tinggal di Jawa. Perbedaan lain tampak pada ritual adat *Tedak Siten* yang ditujukan bagi anak usia 7 sampai 8 bulan, dimana anak tersebut mulai menginjakkan kaki ditanah dengan dilakukan berbagai rangkaian kegiatan sebagai penghormatan. Pada orang Jawa di Lampung, ritual adat tersebut sudah jarang diterapkan. Jika dilihat dari kebudayaan, budaya Jawa di Lampung tidak lagi serumit di Jawa. peringatan hari-hari dalam penganggalan Jawa tidak lagi dilakukan dengan menggunakan ritual yang rumit, mereka hanya menjalankan sekedarnya saja.

#### **4.2 Kebudayaan Sunda**

Istilah Sunda kemungkinan berasal dari bahasa Sanskerta yaitu *sund* atau *suddha* yang berarti terang, bersinar atau putih. Istilah Sunda juga dalam perkembangannya digunakan pada konotasi manusia yakni Urang Sunda (orang Sunda). Definisi tersebut mencakup kriteria berdasarkan hubungan darah atau keturunan dan juga berdasarkan sosial budaya. Menurut Koentjaraningrat suku bangsa Sunda ialah orang-orang yang dalam kesehariannya menggunakan bahasa Sunda beserta dialeknya dan berasal serta mendiami daerah Jawa Barat atau Tanah Pasundan. Orang Sunda adalah orang yang tumbuh dan dibesarkan dalam lingkungan sosial budaya Sunda dan dalam hidupnya menggunakan norma dan nilai budaya Sunda (Miharja, 2015:23-25).

Sistem kepercayaan masyarakat Sunda juga dibangun berdasarkan ketergantungannya terhadap alam yang sering dikenal dengan sebutan agama Sunda Wiwitan. Orang Sunda percaya terhadap roh-roh yang mendiami pepohonan, sungai, bebatuan dan objek benda mati lainnya. Dengan kepercayaan tersebut, mereka patuh dan taat pada sistem tabu. Ribuan tabu dipercaya dan digunakan dalam setiap aspek kehidupan sehari-

hari. Berikut diantaranya kebudayaan masyarakat Sunda yaitu, adat pengajaran manusia, larangan-larangan bagi masyarakat dan *indung beurang* masyarakat Sunda.

### 4.3 Suku Jawa dan Sunda di Lampung

Provinsi Lampung adalah salah satu provinsi di Pulau Sumatera yang berbatasan langsung dengan Selat Sunda yang menjadi jalur lalu lintas transportasi Jawa-Sumatera. Provinsi Lampung menjadi daerah tujuan transmigrasi pada masa pemerintahan Hindia-Belanda sehingga Provinsi Lampung didiami oleh beberapa suku atau etnik. Persentase suku Jawa di Provinsi Lampung menduduki peringkat pertama dengan persentase sekitar 61% tahun 2000 dan meningkat menjadi 64 persen tahun 2010. Pada tahun 2000, suku Lampung tidak muncul sebagai tiga suku terbesar di Provinsi tersebut dan baru tahun 2010 muncul suku Lampung yang menempati peringkat kedua penduduk terbesar. Untuk jumlah penduduk Provinsi Lampung menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020 sebesar 8.521.201 jiwa. Oleh karena itu, suku Jawa sangat banyak di Provinsi Lampung.

Berdasarkan letak geografis yang dimilikinya, Lampung merupakan wilayah yang cukup menarik sebagai lokasi tujuan para transmigran. Khususnya para transmigran yang berasal dari Pulau Jawa dan Sunda yang berpindah dengan berbagai latar belakang ekonomi, sosial, politik ataupun bencana sehingga mendominasi jumlah penduduk Provinsi Lampung itu sendiri. Saat ini, diketahui bahwa penduduk Provinsi Lampung 65,8% adalah masyarakat Suku Jawa, 11,36% Suku Sunda, 3,75% Suku Minangkabau, 2,13% Suku Batak, 1,73% Suku Bali, 2,15% lainnya, dan sisanya sebesar 12,8% adalah Suku Lampung yang merupakan masyarakat pribumi.

Secara langsung, proporsi jumlah penduduk tersebut mengindikasikan terjadinya pencampuran budaya yang dimana dapat terjadi pemunculan budaya-budaya baru ataupun pendominasian salah satu budaya terhadap budaya lainnya.

Budaya Lampung bertemu budaya lain yang dapat menguatkan atau malah meminggirkannya di tengah heterogenitas budaya yang ada. Sebagaimana menurut Irianto dan Margaretha (2011), fenomena yang terjadi di Provinsi Lampung adalah etnifikasi atau proses peminggiran penduduk lokal sebagai akibat migrasi di Lampung menyebabkan ulun Lampung (sebutan bagi masyarakat asli Lampung) menjadi minoritas di tengah-tengah heterogenitas budaya pendatang.

#### **4.4 Kebudayaan Jawa di Desa Kebumen Kabupaten Tanggamus**

Desa Kebumen merupakan salah satu desa yang didominasi oleh suku Jawa. berangkat dari sejarah panjang, desa ini pertama kali didirikan oleh para veteran kemerdekaan yang berasal dari Kebumen Jawa Tengah sehingga penamaan Kebumen pun dilakukan. Mayoritas masyarakat yang tinggal di Desa Kebumen bermata pencaharian sebagai petani padi dan kopi.

Penduduk desa biasanya terkenal dengan hubungannya yang dekat dan erat sesamanya. Sehingga tidak jarang masyarakat pedesaan biasanya saling kenal satu sama lain karena cenderung suka berkumpul dan masih satu keturunan. Antar warga satu sama lain biasanya masih ada hubungan tali kekeluargaan. Penduduk desa terkenal dengan pola komunitas *gemeinschaft* atau paguyuban. Kerukunan dan sifat gotong royong sangat terlihat. Hal itu dapat dilihat dari kegiatan gotong royong masyarakat Desa Kebumen, seperti membangun masjid, bersih desa, merayakan acara kemerdekaan dan lain sebagainya. Masyarakat Desa Kebumen walaupun bisa dikatakan jauh dari perkotaan kehidupan disana masih menghormati adat istiadat yang ada. Masyarakat Desa Kebumen mayoritas beragama islam. Mereka juga memperingati hari-hari khusus seperti 1 syuro, malam syukuran, dan tahlil jika ada orang yang meninggal.

Kepercayaan kejawen masih dipegang erat oleh masyarakatnya, hanya saja kejawen di Desa Kebumen tidak terlalu kental seperti halnya kejawen didaerah Jawa. Adat kejawen pada masyarakat sudah tidak sekental dan

sekuno jaman dulu namun kepercayaan masyarakat pada hal-hal tabu atau mitos masih eksis beredar dan dijalankan sampai saat ini. Kepercayaan *Pamali* pada masyarakat Desa Kebumen masih dijalankan, namun tidak terlalu dijadikan patokan dalam kehidupan masyarakat. Hanya segelintir pantangan saja yang masih dijalankan dan tidak serumit dulu. Perubahan yang terjadi, adalah penyederhanaan unsur-unsur budaya Jawa, dari yang semula rumit menjadi semakin sederhana.

Keberadaan mitos berupa *Pamali* kebanyakan diberikan oleh para orang tua masih terbawa hingga saat ini dan mempengaruhi perilaku dalam keseharian. Salah satu bentuknya adalah pantangan atau larangan. Dalam masyarakat Jawa bentuk pantangan selalu mengarah pada kaum perempuan misalnya pada ibu hamil. Pantangan dimaksudkan untuk menjaga ibu hamil dari segala kemungkinan buruk yang akan terjadi. Oleh sebab itu berpantang menjadi aturan yang harus dijalankan oleh ibu hamil.

#### **4.5 Kebudayaan Sunda di Desa Sukabanjar Kabupaten Tanggamus**

Desa Sukabanjar didominasi oleh Suku Sunda (Banten). Mayoritas masyarakat Desa Sukabanjar bermata pencaharian sebagai petani sayur dan pedagang. Hal tersebut didukung oleh wilayah desa yang berdekatan dengan pasar induk sehingga banyak dari masyarakat Desa Sukabanjar yang menjadi pedagang.

Masyarakat yang tinggal di Desa Sukabanjar rata-rata masih berkerabat satu sama lain. Tempat tinggal melingkup yang dihuni oleh keturunan demi keturunan, namun tidak sedikit juga yang bermigrasi keluar daerah atau pulau untuk mencari pekerjaan. Lingkungan sosial masyarakat Sunda di Desa Sukabanjar masih terbilang cukup sama dengan masyarakat Sunda yang ada di Banten atau Jawa Barat. Kebiasaan dalam berkumpul atau guyub sangat terlihat dalam keseharian masyarakat baik siang maupun malam. Beberapa kebudayaan Sunda sudah tidak lagi dijalankan seperti adat pernikahan yang lebih mengarah ke adat modern dan tidak lagi menggunakan adat Sunda yang

kental. Namun untuk kebudayaan yang lain seperti syukuran, tahlilan serta perayaan-perayaan hari besar Islam masih dijalankan.

Namun disamping itu, kepercayaan yang telah mengakar akan mitos atau pantangan bukan mustahil jika ditemukan makna dibalik kepercayaan-kepercayaan yang mampu menciptakan sikap, pola pikir dan alur pikir. Keberadaan segala kepercayaan mengenai mitos dan lain sebagainya masih dipercaya di era modern ini karena banyak masyarakat yang masih meyakini kebenarannya. Meskipun terkadang kepercayaan tersebut tidak dapat dibuktikan secara ilmiah, namun salah satu mitos yang masih eksis diyakini dan digunakan masyarakat adalah *Pamali* berupa pantangan selama masa kehamilan.

Sama seperti budaya Jawa, bentuk pantangan dalam budaya Sunda juga lebih diarahkan kepada perempuan. Istilah *Indung Beurang* dalam masyarakat Sunda merupakan sebuah perintah untuk menghormati kaum perempuan, sehingga terkait mitos seperti pantangan banyak ditujukan untuk perempuan. Hal tersebut untuk mengatur perilaku perempuan agar tercipta keselamatan hidup.

## VI. KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang sudah dipaparkan diatas, peneliti ingin memberikan penutup berupa sebuah kesimpulan agar pembaca dapat mengerti dan memahami dengan membaca secara singkat dari kesimpulan yang peneliti sampaikan. Sekaligus memaparkan tentang rumusan masalah serta menitikberatkan pada pembahasan yang telah dijelaskan. Berdasarkan pemaparan diatas, kesimpulan yang didapat sebagai berikut;

- 1) Praktik *Pamali* berupa pantang makan pada masa kehamilan merupakan sebuah subkultur yang hidup dan mengakar dalam masyarakat budaya termasuk diantaranya pada suku Jawa dan Sunda. Nampaknya pembatasan makan pada ibu hamil justru dapat berakibat pada masalah kesehatan jika memang pantangan makan justru ditujukan pada beberapa makanan yang mengandung nilai gizi yang baik untuk asupan ibu hamil. Walaupun demikian, sukar mengubah pandangan dan kepercayaan masyarakat terkait pantang makan sehingga masih tetap dijalankan sampai saat ini.
- 2) Perubahan-perubahan *Pamali* pada pembatasan makan atau pantang makan pada orang Jawa dan Sunda keberadaanya tidak sekuat jaman dulu dikarenakan faktor perkembangan jaman dan perubahan pola pikir masyarakat, namun dengan demikian pantang makan masih dijalankan oleh sejumlah orang yang menjadikan kepercayaan ini sebagai salah satu rambu atau aturan dalam kehidupan.

## **6.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, ada beberapa masukan atau saran yang dapat diberikan oleh peneliti kepada pihak terkait diantaranya:

### **6.2.1 Bagi Puskesmas**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi bidan atau kader kesehatan di Puskesmas untuk mensosialisasikan seputar gizi yang baik selama masa kehamilan sehingga dapat menekan terjadinya kekurangan energi kronis pada ibu hamil.

### **6.2.2 Bagi Ibu Hamil**

Ibu hamil harus mengetahui seputar makanan yang baik dan memiliki gizi tinggi untuk dikonsumsi. Walaupun masih ada kepercayaan yang mengakar terkait berpantang makan.

### **6.2.3 Bagi Orang Tua**

Orang tua harus mengetahui seputar makanan yang baik dan memiliki gizi yang tinggi sehingga kepercayaan yang masih diyakini dapat dipandang juga dalam segi kesehatan. Dengan begitu, orang tua bisa mensosialisasikan makanan yang baik kepada anak-anaknya.

### **6.2.4 Bagi Peneliti Berikutnya**

Adapun saran bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti pantang makan pada masa kehamilan untuk dapat mengkaji penelitian dengan menggunakan lebih banyak referensi sehingga dapat memberikan pembaharuan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. Y., Utami, R. D., & Nurfadillah. (2018). Selisik makna *Pamali* dalam kehidupan masyarakat suku Kajang Kabupaten Bulukumba melalui kajian Semiotik Sosial Halliday. *Jurnal Pena: Penelitian dan Penalaran* 5(2), 951- 963. doi: 10.17509/jlb.v9i2.15682. ISSN 2355-3766.
- Aisyah, S. (2020). Makna Dan Fungsi *Pamali* Masyarakat Sukupaser Kecamatan Long Ikis Kabupaten Paser (The Meaning And Function Of Practical Community Interest Paser District Long Acts Paser). *Jurnal Bahasa, Sastra Dan Pembelajarannya (JBSP)*, 10(2), 139-154.
- Anggito, A., & Setiawan, J. 2018. *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher)
- Brata, I. B. (2016). Kearifan budaya lokal perekat identitas bangsa. *Jurnal Bakti Saraswati (JBS)*, 5(1).
- Chahyanto, B. A., & Wulansari, A. (2018). Aspek gizi dan makna simbolis tabu makanan ibu hamil di Indonesia. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 17(1), 52- 63. <https://doi.org/10.22435/jek.17.1.140.52-63>
- Danandjaja, James. 1994. *Folklor Indonesia (Ilmu Gosip, Dongen dan lain-lain)*. Jakarta: Pustaka Utama Grafiti.
- Ernawati, A. (2017). Masalah gizi pada ibu hamil. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan IPTEK*, 13(1), 60-69.
- Foster, & Anderson. 2006. *Antropologi Kesehatan* (Suryadarma & Swasono, Terjemahan). Jakarta: Universitas Indonesia (UI-Press).
- Fajarini, S. D., & Dhanurseto, D. (2019). Penerapan Budaya *Pamali* Dan Adat Istiadat Dalam Kehidupan Masyarakat Kampung Adat Kuta Kabupaten Ciamis Jawa Barat. *Professional: Jurnal Komunikasi dan Administrasi Publik*, 6(2), 23-29. <https://doi.org/10.37676/professional.v6i2.942>
- Haris, H. (2021). Analisis Perilaku Makan Dalam Keluarga Untuk Pencegahan Kejadian Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Galesong Kecamatan Galesong Kabupaten Takalar (The Analysis On Family's Eating Behaviour To Prevent Stunting Incident In Working Area Of Public Health Centre (Phc), Galesong, Takalar Regency) (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Harpriyanti, H., & Komalasari, I. (2018). Makna dan nilai pendidikan *Pamali*



- dalam masyarakat Banjar di Desa Barikin Kabupaten Hulu Sungai Tengah. *Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya*, 3(2), 242-252. doi: 10.33654/sti.v3i2.962.
- Intan, T. (2018). Fenomena Tabu Makanan pada Perempuan Indonesia dalam Perspektif Antropologi Feminis. *Palastren Jurnal Studi Gender*, 11(2), 233-258. <http://dx.doi.org/10.21043/palastren.v11i2.3757>
- Irvan, M. Kesehatan Ibu Hamil Dari Perspektif Sosial Culture/Budaya.
- Juariah, J. (2018). Kepercayaan dan praktik budaya pada masa kehamilan masyarakatdesa karangsari, kabupaten garut. *Sosiohumaniora*, 20(2), 162-167. <https://doi.org/10.24198/sosiohumaniora.v20i2.10668>
- Kartikowati, S., & Hidir, A. (2014). Sistem kepercayaan di kalangan ibu hamil dalam masyarakat melayu. *Jurnal Paralela*, 1(2), 159-167.
- Koentjaraningrat. 1994. Kebudayaan Jawa. Jakarta: Balai Pustaka.
- Kristya, A. M., Sitoayu, L., Nuzrina, R., Ronitawati, P., & Sa'pang, M. (2021). Perilaku Food Taboo Pada Ibu Hamil Dan Faktor Yang Mempengaruhinya Di Puskesmas Pamarayan Kabupaten Serang, Banten. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 20(2), 139-151. <https://doi.org/10.22435/jek.v20i2.4669>
- Kusaeri, M. (2017). KaPamalian Di Desa Kanekes Kecamatan Leuwidamar Kabupaten Lebak-Banten (Ulikan Etnopedagogi). *Lokabasa*, 9(2), 142-152.
- Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan. 2021.
- Martino. (2017). *Pamali, Edukasi Keluarga dalam Bingkai Tradisi*. Diakses 21 November 2021, dari <https://www.kompasiana.com/martino/596f770d880ecd53fb2395f2/Pamali-edukasi-keluarga-dalam-bingkai-tradisi>.
- Minkhatulmaula, M., Pibriyanti, K., & Fathimah, F. (2020). Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang pada Balita di Etnis Sunda. *Sport and Nutrition Journal*, 2(2), 41-48.
- Muhamad, Z., Hamalding, H., & Ahmad, H. (2019). Analisis Kebiasaan Makan pada Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronik di Wilayah Kerja Puskesmas Pulubala Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 48- 58. <https://doi.org/10.36090/jkkm.v1i1.389>
- Pasaribu, R. D., Setia, T. F., & Gultom, L. (2014). Sosial, Budaya serta Pengetahuan Ibu Hamil yang Tidak Mendukung Kehamilan Sehat. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 9(1), 72-78.
- Rahardjo, M. (2010). Triangulasi dalam penelitian kualitatif.

- Rahardjo, M. (2011). Metode pengumpulan data penelitian kualitatif.
- Rofi'ah, S. Z., Husain, F., & Arsi, A. A. (2017). Perilaku Kesehatan Ibu Hamil Dalam Pemilihan Makanan Di Kecamatan Pucakwangi Kabupaten Pati. *Solidarity: Journal of Education, Society and Culture*, 6(2), 109-121.
- Rofi'i, M. (2017). Kepercayaan wanita jawa tentang perilaku atau kebiasaan yang dianjurkan dan dilarang selama masa kehamilan. In *Prosiding Seminar Nasional & Internasional*.
- Rohaeni, A. J., & Emilda, N. (2020). Penguatan Nilai *Pamali* Di Kampung Adat Kuta Kabupaten Ciamis. *Prosiding ISBI Bandung*, 1(1).
- Sholihah, L. A., & Sartika, R. A. D. (2014). Makanan tabu pada ibu hamil Suku Tengger. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 313-318.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukandar, D. (2006). Makanan tabu di banjar jawa barat. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 1(1), 51-56. <https://doi.org/10.25182/jgp.2006.1.1.51-56>
- Umanailo, M. C. B. (2019). Max Weber. <https://osf.io/ep7bn/download/?format=pdf>
- Uniwati. (2014). Perahu dalam *Pamali* Orang Bajo: Tinjauan Semiotika Sosial Halliday. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 20 (4).
- Utami, S., B. (2021). *Tabu Makanan pada Ibu Hamil, Bagaimana dari Pandangan Ahli Gizi*. Diakses 14 November 2021, dari <https://laboratoriumgizi.jatimprov.go.id/tabu-makanan-pada-ibu-hamil/>.
- Widiastuti, H. (2015). *Pamali* dalam Kehidupan Masyarakat Kecamatan Cigugur Kabupaten Kuningan (Kajian Semiotik dan Etnopedagogi). *Lokabasa*, 6(1). <https://doi.org/10.17509/jlb.v6i1.3149>
- Wulandari, V. Eksistensi Ungkapan *Pamali* sebagai Mitos Wanita Jawa di Kecamatan Benowo dan Pakal Surabaya. Skripsi.