2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Budaya Makanan

Sebagai unsur sistem budaya makanan, makanan sebagai suatu sistem budaya yang mencakup beberapa hal yaitu, konsep makanan, kesukaan pribadi, nafsu makan atau rasa lapar, klasifikasi makanan, distribusi makanan dalam rumah tangga. Makanan tidak hanya sebagai hasil organik yang secara kualitas biokimia untuk mempertahankan hidup manusia, akan tetapi memiliki nilai sosial budaya yang diakui dan dibenarkan menurut masyarakat. Bahan sumber gizi yang tersedia tidak dimanfaatkan oleh masyarakat dengan alasan kepercayaan, sosial budaya, dan psikologi (Jelliffe dan Bennet *dalam* Kalangie 1985).

Masyarakat memiliki ketentuan dalam kuantitas, kualitas, dan jenis makanan yang seharusya dan tidak seharusnya dikonsumsi anggota rumah tangga sesuai dengan anggapan anggota keluarga, pada umumnya pola konsumsi khusus ini sebagai sistem perawatan kesehatan rumah tangga, atau disebut perawatan medis umum. Penggolongan makanan khusus untuk laki – laki dan perempuan merupakan bentuk pencegahan untuk perempuan atau ibu hamil yang tidak diberikan kebebasan mengkonsumsi makanan (Kleinman *dalam* Kalangie 1985)

Dalam budaya makanan kebiasaan makan sangat mempengaruhi kebutuhan makan manusia. Kebiasaan makan manusia adalah suatu tingkah laku yang sering dilakukan untuk memenuhi kebutuhan makan manusia, dengan pengalaman yang sering dilakukan sehingga kebiasaan makan menjadi budaya makan yang terjadi di masyarakat karena hal tersebut sering dilakukan (Khumaidi, 1989)

Menurut den Hartog (1995) kebiasaan makan terjadi karena kondisi dan situasi lingkungan dalam mempengaruhi kebiasaan makan. Hasil pertanian,

perikanan, dan iklim disuatu daerah akan mempengaruhi kebiasaan makan karena masyarakat bergantung dengan hasil dari pertanian dan perikanan untuk dijadikan bahan makanan. Budaya makan di suatu daerah dapat terbentuk karena kondisi lingkungan yang terjadi di daerah tersebut.

2.2 Masyarakat Pedesaan

Masyarakat dalam istilah bahasa Inggris adalah *society* yang berasal dari kata Latin *socius* yang berarti (kawan). Istilah masyarakat berasal dari kata bahasa Arab syaraka yang berarti (ikut serta dan berpartisipasi). Masyarakat adalah sekumpulan manusia yang saling bergaul, dalam istilah ilmiah adalah saling berinteraksi. Suatu kesatuan manusia dapat mempunyai prasarana melalui warga-warganya dapat saling berinteraksi. Definisi lain, masyarakat adalah kesatuan hidup manusia yang berinteraksi menurut suatu sistem adat istiadat tertentu yang bersifat kontinyu, dan yang terikat oleh suatu rasa identitas bersama. Kontinuitas merupakan kesatuan masyarakat yang memiliki keempat ciri yaitu: 1) Interaksi antar warga-warganya, 2). Adat istiadat, 3) Kontinuitas waktu, 4) Rasa identitas kuat yang mengikat semua warga (Koentjaraningrat, 2009).

Masyarakat pedesaan menurut (Bauman, 1996) salah satu bentuk kehidupan kuno dari kehidupan bersama, setiap individu saling mengenal satu dengan lainya, menjunjung tinggi sopan santun, memiliki sifat tertutup dari segi ekonomi, dan mudah curiga, sehingga sulit berkembang karena tidak mudah bagi masyarakat pedesaan untuk menerima perubahan yang terjadi. Mata pencaharian masyarakat pedesaan yang paling utama adalah bertani, berternak, perikanan, buruh serta usaha yang sangat dipengaruhi hukum alam.

2.3 Konsumsi Ikan

Menurut Madanijah (2004) dalam mengartikan pola konsumsi pangan sebagai susunan jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu. Sedangkan menurut (Deptan, 2005) sejumlah makanan dan minuman yang dimakan atau diminum penduduk/seseorang untuk memenuhi kebutuhan hayati diartikan sebagai pola makan.

Konsumsi adalah pembelajaan atas barang dan jasa yang dilakukan oleh rumah tangga untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Barang yang diproduksi digunakan untuk memenuhi kebutuhan masyarakat dinamakan barang konsumsi sedangkan jasa yang digunakan masyarakat menjadi kebutuhan untuk membantu kegiatan masyarkat dalam kehidupan sehari-hari, untuk Fungsi konsumsi adalah kurva yang menggambarkan hubungan antara tingkat konsumsi rumah tangga dalam perekonomian dengan pendapatan nasional.

Menurut Madanijah (2004) ada beberapak faktor yang mempengaruhi konsumsi pangan yaitu faktor ekonomi dan harga, serta sosio – budaya dan religi. Beberapa Faktor yang mempengaruhi konsumsi ikan dalam rumah tangga yaitu :

a. Tingkat pendapatan rumah tangga
b. Harga barang subtitusi
c. Tingkat pendidikan
d. Jumlah tanggungan rumah tangga
e. Selera

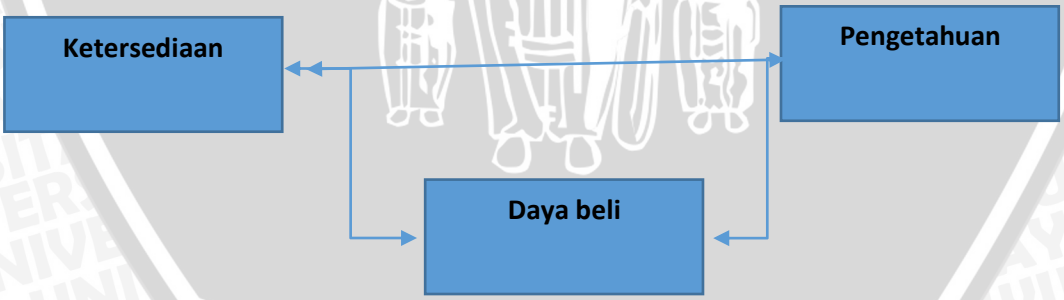
Peningkatan tumbuh kembang anak di Negara Jepang dalam beberapa dekade terakhir terus meningkat, diasumsikan perpindahan dari mengkonsumsi hidrat arang kea rah mengkonsumsi ikan dan sumber laut yang lain yang berkaitan dengan zat gizi essensial tersebut. Ketersediaan ikan di Indonesia

sangat tinggi dan harganya relatif murah, akan tetapi budaya makan ikan yang tinggi di Jepang telah membuktikan terjadinya peningkatan kualitas kesehatan dan kecerdasan anak – anak di Jepang (Wahyuni, 2001).

2.4 Faktor Penyebab Rendahnya Tingkat Konsumsi Ikan

Faktor yang menjadi penyebab rendahnya tingkat konsumsi ikan di Indonesia yaitu : Ketersediaan (1) rendahnya suplai ikan, khususnya ke daerah-daerah pedalaman karena kurang lancarnya distribusi ikan, Pengetahuan (2) kurangnya pemahaman masyarakat tentang gizi dan manfaat protein ikan bagi kesehatan dan kecerdasan, Pengetahuan (3) Belum berkembangnya teknologi pengolahan atau pengawetan ikan sebagai bentuk keanekaragaman dalam memenuhi tuntutan selera konsumen. Ketersediaan (4) sarana pemasaran dan masih terbatasnya distribusi baik dari segi kualitas dan kuantitas. Daya beli (5) faktor ekonomi rendah yang dialami masyarakat pedesaan sehingga tidak bisa mengkonsumsi ikan laut.

Beberapa fakor penyebab rendahnya tingkat konsumsi ikan laut yang terjadi didaerah masyarakat luar yaitu :.



Gambar 2. Faktor penyebab rendahnya tingkat konsumsi ikan.

Ketersediaan, daya beli, dan pengetahuan merupakan beberapa faktor penyebab rendahnya tingkat konsumsi ikan. Faktor ini sangat berkaitan karena ketersediaan ikan yang didistribusikan kepada masyarakat diluar pesisir tidak memenuhi kebutuhan masyarakat dalam ketersediaan barang yang dapat

mempengaruhi daya beli ikan laut masyarakat diluar pesisir, akan tetapi pengetahuan masyarakat tentang manfaat dalam mengkonsumsi ikan dapat memberikan dampak kepada daya beli ikan masyarakat. Nilai budaya dan sosial didaerah tertentu akan kepercayaan masyarakat tentang alergi jika mengkonsumsi ikan laut maka akan menurunkan tingkat konsumsi ikan didaerah tersebut.

2.5 Program Gemarikan

Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (Gemarikan) diluncurkan oleh Presiden Republik Indonesia ke – 5 Megawati Soekarno Putri pada tanggal 4 April 2014. Pelaksanaan peluncuran Gemarikan terjadi bersamaan dengan peresmian Pasar Ikan Higienis (PIH). Masyarakat yang melakukan gerakan ini diharapkan dapat mewujudkan masyarakat Indonesia yang kuat, sehat, cerdas, dan berpenampilan prima sekaligus membangun karakter yakni mencerdaskan masyarakat secara fisik dan mental dengan mengkonsumsi ikan (KKP, 2016).

Gemarikan dilaksanakan secara terus menerus dan berkesinambungan dengan melibatkan seluruh komponen bangsa. Ruang lingkup Gemarikan adalah metode penyebarluasan informasi dan penguatan edukasi kepada masyarakat tentang konsumsi ikan, pemberian informasi kepada masyarakat diharapakan berdampak positif dengan masyarakat memahami manfaat dari mengkonsumsi ikan untuk kesehatan dan kecerdasan. Penyebarluasan informasi tentang gemarikan dan manfaatnya dilakukan dengan sosialisasi kepada masyarakat untuk mengikuti pameran, talkshow, dan lomba masak ikan. Gemarikan dilaksanakan di provinsi, kabupaten/kota diseluruh Indonesia terutama di daerah pedesaan dan perkotaan dengan tingkat konsumsi ikan yang rendah dan daerah dengan kasus gizi buruk. Gemarikan diharapakan masyarakat Indonesia mendapkat asupan nutrisi dan sumber pangan ikan yang kaya gizi, menguatkan,

menyehatkan dan mencerdaskan. Diharapkan pula dengan pemberian informasi kepada masyarakat tentang konsumsi ikan dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat nelayan, pembudidaya, pengolah dan pemasaran hasil perikanan melalui peningkatan rata – rata konsumsi ikan.

Program Gemarikan di Kabupaten Ponorogo telah direalisasikan dari pihak Dinas Perikanan Kabupaten Ponorogo, akan tetapi program Gemarikan sementara ini hanya diberikan untuk anak – anak TK dan SD. Program Gemarikan dilakukan setiap satu tahun sekali untuk setiap satu sekolah, dengan keadaan tersebut program Gemarikan di Kabupaten Ponorogo masih belum terlaksana dengan baik, karena sosialisasi yang diberikan belum bisa menyeluruh dan masih terbatas.

2.6 Kesadaran Masyarakat

Menurut (Suharso, 2005) menyatakan kesadaran memungkinkan kita untuk melakukan sesuatu atau pergerakan yang dilakukan atas dasar kemauan dari diri sendiri. Keputusan untuk melakukan sesuatu atau pergerakan dari diri sendiri bukan berdasarkan insting atau reflex, akan tetapi kesadaran terjadi dengan keadaan mengerti, paham dan tahu situasi yang terjadi.

Semua warga masyarakat merupakan manusia yang hidup bersama, hidup bersama dapat diartikan sama dengan hidup dalam suatu tatanan pergaulan dan keadaan ini akan tercipta apabila manusia melakukan hubungan. Mac Iver dan Page (Soekanto 2006) memaparkan bahwa masyarakat adalah suatu sistem dari kebiasaan, tata cara. 19 dari wewenang dan kerja sama antara berbagai kelompok, penggolongan, dan pengawasan tingkah laku serta kebiasaan-kebiasaan manusia. Masyarakat merupakan suatu bentuk kehidupan bersama untuk jangka waktu yang cukup lama sehingga menghasilkan suatu adat istiadat, menurut Ralph Linton (Soekanto, 2006) masyarakat merupakan

setiap kelompok manusia yang telah hidup dan bekerja bersama cukup lama, sehingga mereka dapat mengatur diri mereka dan menganggap diri mereka sebagai suatu kesatuan sosial dengan batas-batas yang dirumuskan dengan jelas, sedangkan masyarakat menurut (Soekanto, 2006) adalah orang-orang yang hidup bersama yang menghasilkan kebudayaan dan mereka mempunyai kesamaan wilayah, identitas, mempunyai kebiasaan, tradisi, sikap, dan perasaan persatuan yang diikat oleh kesamaan.

Sistem kehidupan bersama menimbulkan kebudayaan karena setiap anggota kelompok merasa dirinya terikat satu dengan yang lainnya (Soekanto, 2006). Beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan masyarakat memiliki arti ikut serta atau berpartisipasi, sedangkan dalam bahasa Inggris disebut *society*. Bisa dikatakan bahwa masyarakat adalah sekumpulan manusia yang berinteraksi dalam suatu hubungan sosial. Mereka mempunyai kesamaan budaya, wilayah, dan identitas, mempunyai kebiasaan, tradisi, sikap, dan perasaan persatuan yang diikat oleh kesamaan.

Dapat diketahui bahwa kesadaran masyarakat adalah sesuatu hal yang berkaitan dengan nilai – nilai yang tumbuh dan berkembang dilingkungan masyarakat. Maka faktor – faktor yang mempengaruhi masyarakat dalam perencanaan yaitu pengetahuan dan pemahaman, karena perbedaanya terletak hanya pada obyeknya tersebut. Kesadaran masyarakat adalah suatu pergerakan yang dilakukan sesuai dengan kondisi yang terjadi.

2.7 Pengetahuan Masyarakat

Pengetahuan adalah hasil dari penginderaan dan wawasan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Pengetahuan bisa didapatkan dari perbincangan dan situasi sosial yang terjadi, sehingga seseorang dapat mengerti hal yang baru dan

menambah wawasan (Notoatmodjo, 2005). Pengetahuan Masyarakat adalah wawasan yang dimiliki masyarakat tentang ilmu dan pengalaman, hal tersebut diketahui oleh masyarakat melalui pengenalan sumber informasi, ide yang diperoleh sebelumnya baik secara formal maupun informal.

2.8 Kandungan Gizi Pada Ikan

Kandungan gizi yang terdapat pada ikan, antara lain:

a. Protein

Kandungan protein ikan lebih tinggi dari protein serealia di kancang – kacangan, setara dengan daging, sedikit dibawah telur. Protein ikan sangat mudah dicerna, sehingga baik untuk balita yang sistem pencernaannya belum sempurna seperti orang dewasa. Protein ikan mengandung berbagai asam amino dalam bentuk yang mendekati asam amino didalam tubuh manusia. Komposisi asam amino protein ikan juga lebih lengkap disbanding bahan makanan lain, salah satunya taurin, sangat bermanfaat untuk merangsang pertumbuhan sel otak.

b. Lemak

Asam lemak ikan merupakan asam lemak essensial yang sifatnya tidak jenuh. Asam lemak tidak jenuh sangat bermanfaat untuk mempertahankan kesehatan tubuh dan menjaga kadar kolesterol. Beberapa ikan yang berasal dari laut dalam seperti tuna, salmon, sarden dan makarel, mengandung asam lemak yang tergabung dalam kelompok asam lemak omega 3. Paling dominan dari kelompok ini adalah asam eikosapentaenoat (EPA) dan asam dokosaheksaenoat (DHA), keduanya bermanfaat dalam menurunkan kolesterol dalam darah dan meningkatkan pertumbuhan sel-sel otak kecil.

c. Vitamin

Ikan memiliki banyak vitamin didalam tubuhnya, vitamin A banyak terdapat pada minyak hati ikan bermanfaat untuk mencegah kebutaan pada anak. Vitamin D selain terdapat pada daging ikan, juga pada telur serta minyak hati ikan, vitamin ini penting bagi pertumbuhan dan kekuatan tulang. Vitamin B6 membantu metabolism asam amino dan lemak serta mencegah anemia dan kerusakan syaraf. Vitamin B12 bermanfaat dalam pembentukan sel-sel darah merah, membantu metabolism lemak, melindungi jantung, dan kerusakan syaraf.

d. Mineral

Kandungan mineral pada ikan dan manfaatnya, yaitu

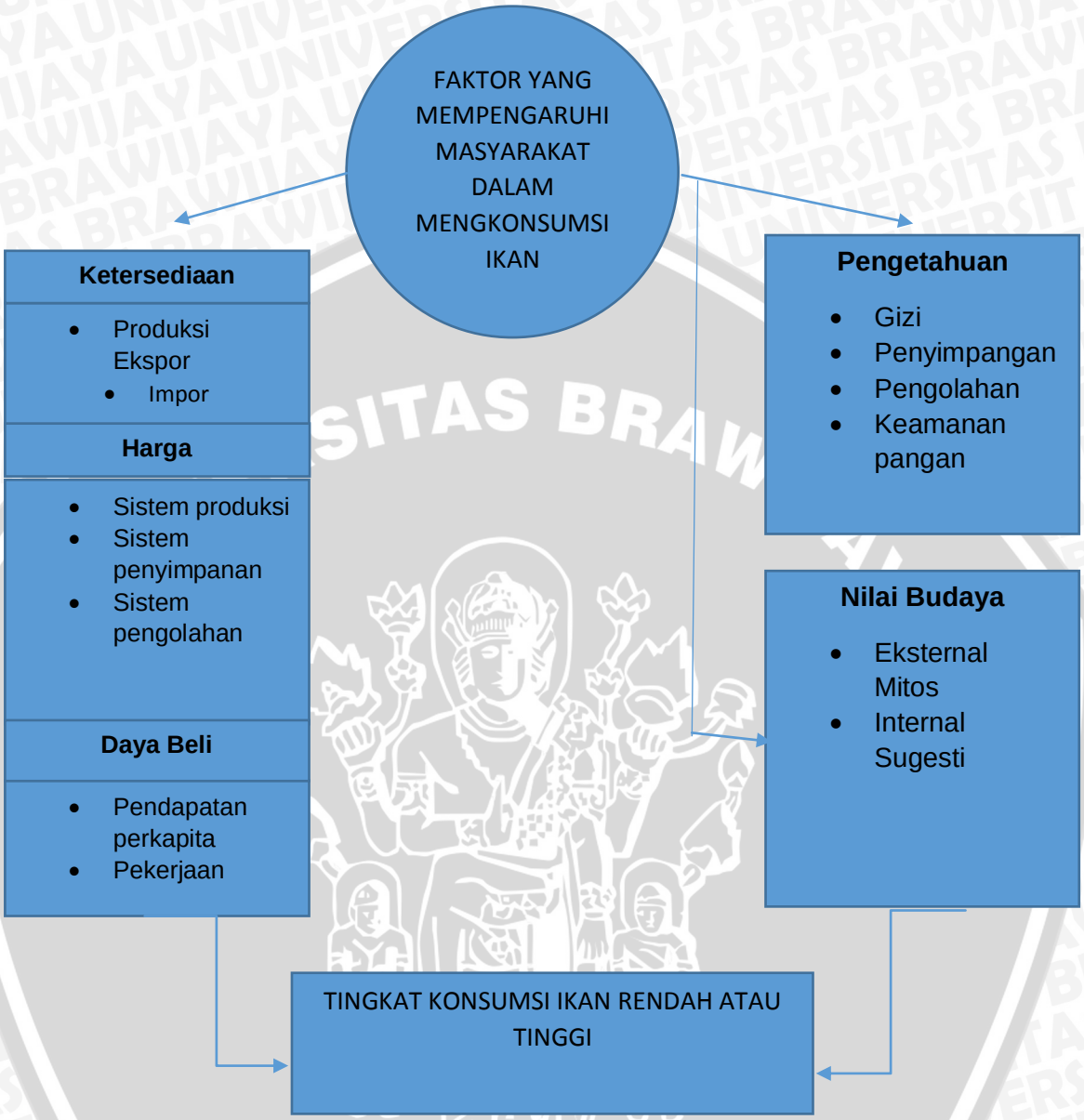
- Zat besi : Mudah diserap tubuh dari pada serealia dan membantu mencegah anemia.
- Yodium : Mencegah terjadinya penyakit gondok serta hambatan pertumbuhan anak, bahkan juga kecerdasan.
- Selenium : Berperan membantu metabolisme tubuh sebagai antioksidan yang melinndungi tubuh dari radikal bebas, antioksidan bisa mencegah terjadinya penyakit degenerative seperti jantung koroner.
- Seng : membantu kerja enzim dan hormone
- Fluor : menguatkan serta menyehatkan gigi.

Kandungan gizi berbagai jenis ikan per 100 gr (diambl dari sumber daftar komposisi bahan pangan) diantaranya sebagai berikut :

Tabel 1. Kandungan gizi berbagai jenis ikan per 100 gram

Jenis Ikan	Kalori	Protein (gr)	Lemak (gr)	Kolesterol(mg)	Zat Besi (mg)
Salmon	116	19,9 gr	3,45 gr	52 mg	0,77 mg
Tengiri	112	21,4 gr	2,3 gr	33 mg	0,9 mg
Tongkol	111	24 gr	1 gr	46 mg	0,7 mg
Kakap	111	24 gr	1 gr	46 mg	0,7 mg
Kembung	112	21,4 gr	2,3 gr	33 mg	0,9 mg
Bawal	84	18,2 gr	0,7 gr	44 mg	0,4 mg
Bandeng	84	14,8 gr	2,3 gr	58 mg	0,3 mg
Cue	74	13 gr	2 gr	50 mg	0,3 mg
Belut	112	21,4 gr	2,3 gr	33 mg	0,9 mg
Tombro	130	18.3 gr	5,8 gr	67 mg	1,3 mg
Lele	84	14,8 gr	2,3 gr	58 mg	0,3 mg
Wader	84	14,8 gr	2,3 gr	58 mg	0,3 mg
Mujair	84	18,2 gr	0,7 gr	44 mg	0,4 mg

2.8 Kerangka berfikir



Gambar 3. Kerangka berfikir

Kerangka berfikir diatas menjelaskan bahwa kesadaran tingkat konsumsi ikan laut dipengaruhi oleh beberapa faktor. Berdasarkan dampak yang dihasilkan, faktor yang mempengaruhi konsumsi ikan laut dibagi menjadi dua ruang lingkup,yaitu ruang lingkup kecil dan ruang lingkup besar.

Ruang lingkup kecil terdiri faktor ketersediaan, harga, dan daya beli. Ruang lingkup besar terdiri dari faktor pengetahuan, preferensi, dan nilai sosial

budaya, artinya konsumsi ikan dipengaruhi oleh produksi ikan, ketersediaan ikan, dan distribusi ikan, karena kondisi kesadaran masyarakat diluar pesisir dalam mengkonsumi ikan sangat tergatung dengan ketersediaan ikan yang di distribusikan ke wilayah masyarakat diluar pesisir.