

**ASPEK SOSIO-EKONOMI, PANGAN, DAN GIZI
MASYARAKAT KASEPUHAN ADAT CIPTAGELAR
DI JAWA BARAT**

**Ali Khomsan
Hadi Riyadi
Sri Anna Marliyati
Linda Dwi Jayanti**

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, bahwa buku ini akhirnya telah dapat diterbitkan oleh IPB Press. Buku yang kini berada di tangan pembaca adalah versi *published* yang lebih mudah dibaca dan dipahami dengan alur yang lebih mengalir dari laporan riset kami yang berjudul “Ketahanan Pangan dan Gizi serta Coping Mechanism pada Masyarakat Tradisional Suku Ciptagelar di Jawa Barat”.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada LPPM-IPB yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian ini, Pemerintah Kabupaten Sukabumi, Dekan Fakultas Ekologi Manusia (FEMA) IPB dan Ketua Departemen Gizi Masyarakat FEMA-IPB atas dukungannya, masyarakat dan Kepala Adat Kasepuhan Ciptagelar yang telah memberikan informasi selama penelitian berlangsung, asisten peneliti Catur Dwi Anggarawati yang telah bekerja dengan tekun dan penuh dedikasi dalam membantu penelitian dan penerbitan buku ini, serta para peneliti lapang Mega Seasty Handayani, Heti Sondari, Fauzah Atsaniyah dan Sonia Roselini yang telah membantu proses pengumpulan data.

Semoga buku ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua dan menjadi buku referensi bagi mereka yang ingin melakukan kajian-kajian sejenis. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan di masa mendatang. Amin.

Bogor, Mei 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PRAKATA	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
1. PENDAHULUAN	1
2. KASEPUHAN CIPTAGELAR	5
3. SOSIAL - EKONOMI	9
Sosio-Ekonomi dan Demografi	9
Perumahan	11
Kepemilikan Aset Rumahtangga	12
Pengetahuan Gizi	13
<i>Personal Hygiene</i>	15
4. ASPEK PANGAN	17
Ketersediaan Pangan	17
Cara Memperoleh Pangan	18
Pengolahan Pangan Rumahtangga	19
Tabu Makanan	21
Nilai/Ideologi Pangan	21
Pola Konsumsi Keluarga	23
Jenis Makanan yang Disukai	26
Frekuensi Konsumsi Pangan	28
<i>Intake</i> Energi dan Kecukupan Gizi Rumahtangga	30
Densitas Gizi Pangan	32
5. STATUS GIZI DAN KESEHATAN BALITA	35
Status Kesehatan Balita	36
<i>Intake</i> Energi dan Kecukupan Gizi Balita	36
6. <i>COPING STRATEGY</i>	39
7. PENUTUP	45
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	55

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Pengeluaran pangan rumahtangga per kapita per bulan	10
2. Persentase responden yang menjawab benar tes pengetahuan gizi	14
3. Persentase rumahtangga menurut prioritas makan dalam rumahtangga.....	25
4. Frekuensi konsumsi pangan rumah tangga (kali/bulan)	28
5. <i>Intake</i> (asupan) gizi, AKG dan % AKG.....	30
6. Persentase rumahtangga menurut tingkat kecukupan zat gizi.....	31
7. Karakteristik balita di Kasepuhan Ciptagelar.....	35
8. Sebaran balita menurut status gizi saat ini	36
9. Lama (hari) sakit balita dalam satu bulan terakhir.....	36
10. <i>Intake</i> (asupan) gizi, AKG dan % AKG balita	37
11. Persentase balita menurut tingkat kecukupan konsumsi zat gizi	37
12. <i>Coping strategy</i> terkait dengan upaya meningkatkan pendapatan.....	40
13. <i>Coping strategy</i> terkait dengan perilaku perubahan kebiasaan makan.....	40
14. <i>Coping strategy</i> terkait dengan perilaku penyegeraan akses terhadap pangan	41
15. <i>Coping strategy</i> terkait dengan perilaku penyegeraan akses untuk pembelian tunai.....	42
16. <i>Coping strategy</i> terkait dengan perilaku perubahan konsumsi pangan.....	42

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Bentuk rumah di Kasepuhan Ciptagelar	11
2. Kamar madi komunal permanen dan nonpermanen di Ciptagelar.....	12
3. Leuit warga dan leuit komunal Kasepuhan Ciptagelar	17
4. Cara pengolahan dan penyajian nasi di Ciptagelar	20
5. Salah satu jenis jajanan asli di Kasepuhan Ciptagelar	22
6. Menu makanan di Kasepuhan Ciptagelar	26
7. Sebaran kualitas zat gizi pangan rumah tangga berdasarkan <i>median</i> skor densitas energi dan zat gizi pangan	32

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
8. Abah Ugi, Kepala Adat Kasepuhan Ciptagelar	56
9. Suasana perkampungan Kasepuhan Ciptagelar	57
10. <i>Leuit Sii Jimat</i>	58
11. <i>Leuit</i> penduduk Kasepuhan Ciptagelar	59
12. Penyimpanan padi dalam <i>leuit</i>	60
13. Panen padi	61
14. Kegiatan menumbuk padi	62

1. PENDAHULUAN

Pengetahuan masyarakat luas tentang budaya tradisional dan masyarakat-masyarakat adat umumnya masih terbatas. Masyarakat lebih banyak mengenal masyarakat Baduy di Banten ataupun Masyarakat Kampung Naga di Tasikmalaya Jawa Barat. Padahal di Jawa Barat terdapat 15 kasepuhan yang tersebar di sekitar Pegunungan Halimun Jawa Barat (Suganda dalam Ningrat 2004). Jawa Barat terutama kawasan kasepuhan di sekitar kawasan Halimun memiliki potensi alam dan sosio-budaya yang belum tersentuh ilmu pengetahuan.

Kasepuhan Ciptagelar merupakan sebuah desa yang merupakan induk dari beberapa kasepuhan yang bernama Kesatuan Adat Banten Kidul yang berlokasi di Kecamatan Cisolok Kabupaten Sukabumi. Kasepuhan ini terletak di sekitar Taman Nasional Gunung Halimun. Secara sosio-budaya, elit masyarakat Ciptagelar sebagai pusat kasepuhan mengakui bahwa mereka adalah keturunan dari *pancer pangawinan* yang memiliki makna simbolis mempersatukan makro dan mikro kosmos untuk mencapai satu kesatuan hidup yaitu bumi dengan alam, dan manusia dengan kemanusiaannya, sehingga masyarakat Ciptagelar masih memegang *tali paranti karuhun* atau aturan turun-temurun dari nenek moyang dalam segala aspek kehidupan, termasuk kehidupan biologisnya (Kusnaka 1992).

Warga kasepuhan yang tergabung dalam Kesatuan Adat Banten Kidul ini masih memegang nilai-nilai tradisi tetapi tidak sepenuhnya terasing dari pengaruh nilai-nilai dari luar. Hal inilah yang membedakan antara masyarakat Kasepuhan Ciptagelar dengan masyarakat Baduy di Banten. Kekhasan pola hidup membuat masyarakat kasepuhan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan alam tempat mereka menetap. Hal ini diduga mempengaruhi karakteristik sosio-budaya pangan dan gizi yang didasari kepada nilai-nilai tradisi yang hingga hari ini masih dipegang oleh masyarakat kasepuhan (Kusnaka 1992).

Masyarakat tradisional didefinisikan sebagai sekelompok masyarakat yang terisolasi, baik secara fisik, geografi, maupun sosial budaya, yang umumnya bertempat tinggal di daerah terpencil serta sulit untuk dijangkau (Adimihardja 2007). Sementara itu menurut Koentjaraningrat (2002), yang dimaksud dengan masyarakat tradisional adalah suatu kelompok masyarakat yang terikat oleh kesadaran dan identitas kesatuan budaya, bahasa, serta adat istiadat tertentu. Adat istiadat dianggap sebagai suatu aturan yang mencakup segala konsep sistem budaya yang mengatur tindakan atau perbuatan manusia dalam kehidupan sosialnya, sehingga di dalam melangsungkan kehidupannya, masyarakat tradisional berlandaskan pada cara-cara atau kebiasaan-kebiasaan lama yang terus-menerus diwarisi dari nenek moyangnya.

Masyarakat tradisional terdiri dari sekumpulan orang yang memiliki hubungan yang masih sangat kuat khususnya dalam hal penguasaan wilayah, budaya, serta identitas (UNICEF 2013). Adapun ciri utama kehidupan masyarakat tradisional antara lain: memiliki bahasa yang daerah yang khas, memiliki pengetahuan yang tak ternilai dan turun-temurun terkait praktik pengelolaan sumberdaya alam yang berkelanjutan, serta memiliki aturan-aturan tertentu khususnya dalam hal penggunaan lahan tradisional. Bagi

masyarakat adat, lahan atau tanah leluhur mempunyai peran penting bagi kelangsungan hidup masyarakat, baik secara fisik maupun budaya. Masyarakat adat umumnya melakukan kegiatan sehari-hari berdasarkan nilai-nilai tradisional, visi, kebutuhan, serta prioritas.

Ciri lainnya yang paling pokok dalam kehidupan masyarakat tradisional menurut Ifzanul (2009) adalah ketergantungan mereka terhadap lingkungan alam sekitarnya. Faktor ketergantungan masyarakat tradisional terhadap alam ditandai dengan proses penyesuaian terhadap lingkungan alam dimana mereka tinggal. Pada masyarakat tradisional hubungan terhadap lingkungan alam secara khusus dapat dibedakan dalam dua hal, yaitu: 1) hubungan langsung dengan alam, dan 2) kehidupan dalam konteks yang agraris. Dengan demikian pola kehidupan masyarakat tradisional tersebut ditentukan oleh 3 faktor, yaitu: 1) ketergantungan terhadap alam; 2) derajat kemajuan teknis dalam hal penguasaan dan penggunaan alam; dan 3) struktur sosial yang berkaitan dengan dua faktor ini, yaitu struktur sosial geografis serta struktur pemilikan dan penggunaan tanah.

Budaya didefinisikan sebagai nilai, kepercayaan, sikap, serta praktik yang diterima oleh sekelompok masyarakat, dan merupakan proses belajar serta diwariskan dari generasi ke generasi selanjutnya melalui proses enkulturasi (Kittler & Sucher 2011). Selanjutnya berdasarkan definisi tersebut, dikembangkan definisi budaya pangan menurut Kittler & Sucher (2011) sebagai budaya sekelompok masyarakat terkait dengan pangan, baik dalam hal kebiasaan makan, nilai pangan, tabu pangan, dan lain sebagainya. Budaya juga menentukan apa saja yang akan dijadikan sebagai makanan, dalam keadaan bagaimana, kapan boleh atau tidak memakannya, maupun apa saja yang tidak boleh dimakan.

Sanjur (1982) menyatakan bahwa konsumsi pangan seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap terhadap makanan yang tergantung pada lingkungan masyarakatnya. Kebiasaan makan (*food habits*) mencakup faktor-faktor: penggunaan pangan (*food usage*), pengelompokan pangan (*food classification*), perilaku pangan (*food behavior*), pola makan individu (*eating patterns*) dan terakhir adalah pola konsumsi pangan (*food consumption patterns*) yang berhubungan dengan kuantitas makanan yang dikonsumsi akibat pengaruh sosial dan kebudayaan. Kebiasaan makan merupakan proses yang dinamis, hal ini merupakan refleksi dari perubahan atribut budaya karena budaya juga mengalami perubahan dengan ritme yang berbeda. Aspek utama dari penyebab dinamisnya kebiasaan makan adalah difusi dan penerimaan terhadap pangan. Kebiasaan makan seringkali resisten terhadap perubahan. Kebiasaan makan seseorang, keluarga dan masyarakat tidak mudah diubah karena pangan memiliki arti tertentu.

Keanekaragaman tanaman pangan yang tersedia akan sangat menentukan keanekaragaman pangan yang dikonsumsi. Suatu jenis bahan pangan tentunya tidak akan dikonsumsi apabila tidak tersedia (Sanjur 1982). Berbagai upaya dilakukan oleh keluarga atau masyarakat dalam usahanya menyediakan pangan yang cukup bagi anggotanya. Cara yang dilakukan antara lain dengan memproduksi pangan sendiri di lahan pertaniannya, membeli di pasar atau di warung yang ada di lingkungan mereka (Khomsan 1993). Cara yang umum dilakukan oleh masyarakat tradisional dalam

mempertahankan ketersediaan pangan mereka adalah dengan melakukan penyimpanan gabah di tempat tertentu. Sistem penyimpanan ini membantu persediaan pangan saat situasi yang buruk seperti cuaca buruk, penyakit tanaman dan serangan hama yang dapat menyebabkan kegagalan panen (Harper *et al.* 1985).

Setiap masyarakat mengembangkan cara yang turun temurun untuk mencari, memilih, menyiapkan, menyajikan dan mengonsumsi makanan yang dihidangkan. Adat dan tradisi merupakan dasar dari perilaku masyarakat yang berbeda antar kelompok masyarakat (Suhardjo 1989). Berbagai budaya memberikan peran dan nilai yang berbeda-beda terhadap suatu jenis pangan, misalnya bahan-bahan makanan tertentu karena alasan-alasan tertentu, sementara itu ada pangan yang dinilai sangat tinggi, baik dari segi ekonomi maupun sosial (Kittler & Sucher 2011). Menurut Tan *et al.* (1970), masyarakat Indonesia pada umumnya memberikan penghargaan kepada beras putih sebagai pangan yang memiliki nilai tinggi sehingga disajikan pada acara-acara ritual atau untuk tamu tertentu.

Suhardjo (1989) menyatakan bahwa unsur-unsur budaya mampu menciptakan suatu kebiasaan makan penduduk yang kadang-kadang bertentangan dengan prinsip-prinsip ilmu gizi. Budaya memegang peran penting dalam ketersediaan pangan masyarakat dan pola konsumsinya yang akhirnya berdampak pada status gizi dan kesehatan.

Masalah pangan dan gizi merupakan masalah kompleks serta disebabkan oleh berbagai faktor yang beragam, salah satunya adalah faktor konsumsi pangan masyarakat. Oleh sebab itu, pengkajian keadaan gizi masyarakat serta faktor-faktor yang mempengaruhinya penting dilakukan untuk upaya pengembangan program perbaikan pangan dan gizi di masyarakat. Penilaian pola konsumsi pangan masyarakat selanjutnya dapat dijadikan sebagai upaya untuk menggambarkan keadaan pangan dan gizi pada masyarakat tersebut. Park *et al.* (2005) mengemukakan bahwa pola konsumsi pangan masyarakat dipengaruhi faktor sosial, budaya, demografi, dan faktor gaya hidup, serta berkaitan dengan risiko beberapa penyakit degeneratif. Selanjutnya Leyna *et al.* (2010) juga menjelaskan bahwa pola konsumsi pangan masyarakat berhubungan dengan kondisi ketahanan pangan masyarakat tersebut.

Berdasarkan hasil WNPG (2012), kebiasaan makan (*eating habits*) mampu mengindikasikan adanya keanekaragaman pangan pokok dan pangan lainnya. Kebiasaan makan juga menjadi tradisi yang diwariskan secara turun-temurun sehingga telah menjadi bagian budaya pangan dari beberapa kelompok masyarakat di Indonesia. Kebiasaan makan dengan prinsip keanekaragaman pangan selain mampu mendukung ketahanan pangan juga berfungsi menyumbangkan asupan gizi individu.

Kasepuhan Ciptagelar yang terletak di Desa Sirnaresmi, Kabupaten Sukabumi merupakan salah satu perkampungan masyarakat tradisional di Jawa Barat yang masih memelihara warisan budaya serta sistem pertanian tradisional. Meskipun sosio-budaya yang dimiliki masyarakat Ciptagelar secara umum memiliki beberapa persamaan dengan beberapa masyarakat adat lainnya, akan tetapi sistem ketahanan pangan serta *food coping strategies* yang dimiliki oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar dinilai memiliki ciri khas tersendiri. Mata pencaharian mayoritas masyarakat Ciptagelar sebagai petani serta pola

konsumsi pangan yang terbentuk pada masyarakat tersebut dinilai mampu untuk memenuhi kebutuhan pangan sehari-hari masyarakat tersebut.

Buku ini merupakan hasil kajian tentang ketahanan pangan dan gizi masyarakat adat Kasepuhan Ciptagelar di Jawa Barat. Tim penulis telah melakukan penelitian dengan metode survai dengan mewawancarai sejumlah sampel yang terdiri dari anggota masyarakat serta beberapa tokoh informal Kasepuhan Ciptagelar.

2. KASEPUHAN CIPTAGELAR

Jawa Barat terkenal dengan alam pegunungannya yang indah dan sejuk. Selain itu Jawa Barat juga terkenal dengan banyaknya desa adat yang salah satunya adalah Kasepuhan adat Ciptagelar. Kasepuhan adat Ciptagelar berada pada posisi koordinat S 06 47' 10,4"; BT 106 29' 52", di ketinggian 1200 mdpl. Terletak di bawah Gunung Halimun yang merupakan bagian dari kawasan Taman Nasional Gunung Halimun dan Gunung Salak.

Secara administratif, Kasepuhan adat Ciptagelar terletak di wilayah Kampung Sukamulya, Desa Sirnaresmi, Kecamatan Cisolok, Kabupaten Sukabumi. Jarak Kampung Ciptagelar dari Desa Sirnaresmi 14 km, dari kota kecamatan 27 km, dari pusat pemerintahan Kabupaten Sukabumi 103 km dan dari Bandung 203 km ke arah barat (2013). Lokasi Kasepuhan Ciptagelar berbatasan dengan Desa Sirnagalih di sebelah utara. Hutan Titipan, Gunung Panenjoan, Gunung Pangkulahan, dan Gunung Bala di sebelah selatan. Sebelah timur berbatasan dengan Desa Cihamerang, dan sebelah barat berbatasan dengan Desa Sirnagalih (Sukma 2013).

Kasepuhan berasal dari kata dasar *sepuh* dengan awalan *ka/* dan akhiran */an*. *Sepuh* memiliki arti tua dalam bahasa Indonesia, sehingga kata kasepuhan memiliki makna tempat tinggal para sesepuh. Sebutan kasepuhan ini pun menunjukkan 'model kepemimpinan' suatu komunitas atau masyarakat yang berasaskan adat atau kebiasaan para orang tua (*sepuh* atau *kolot*). Sehingga kasepuhan memiliki makna lain yaitu adat kebiasaan orang tua (Sukma 2013).

Kasepuhan Ciptagelar merupakan salah satu kampung adat yang termasuk ke dalam Kesatuan adat Banten Kidul. Kasepuhan Ciptagelar ini sendiri dahulu berasal dari Kerajaan yang dipimpin oleh Prabu Siliwangi yang bertempat di Cipatat, Bogor. Kemudian karena alasan yang tidak dijelaskan, para tokoh adat di kerajaan tersebut berpencar untuk mendirikan kampung/kasepuhan sendiri-sendiri dengan wewenang yang berbeda-beda dan harus selalu dilestarikan secara turun temurun. Adapun para ketua adat Kasepuhan Ciptagelar mendapatkan wewenang untuk tetap melestarikan sistem pertanian tradisional secara turun temurun. Hal inilah yang kemudian menjadi cikal bakal Kasepuhan Ciptagelar, di Sukabumi, Jawa Barat yang sangat erat dan identik dengan sistem pertanian tradisional.

Sebelum pindah dan mendirikan Kasepuhan Ciptagelar, nenek moyang/sesepuh dari kasepuhan tersebut berpindah-pindah dari Cipatat, Bogor yang kemudian pindah ke arah barat sesuai dengan wangsit/petunjuk dari leluhur. Adapun wilayah-wilayah yang pernah ditempati kasepuhan ini antara lain: daerah Cipatat, Bogor → daerah Lebak Laran → daerah Lebak Binang → Telaga → Tegalombo → Bojong → Pasir Jinjing → Lingarjati → Ciptarasa → Ciptagelar.

Pada intinya perpindahan tempat tinggal tersebut memiliki filosofi yang sangat dijunjung tinggi baik oleh ketua adat atau pun masyarakat kasepuhan, yaitu untuk menyelamatkan dan melestarikan tradisi sistem pertanian serta budaya yang telah diwariskan secara turun temurun dari bahaya kepunahan serta pengaruh dari masyarakat luar yang

dikhawatirkan dapat merusak adat istiadat. Selain itu, wilayah yang dipilih untuk tempat tinggal selalu tidak pernah jauh dari sumber mata air, sebab mata air merupakan sumber kehidupan dan sumber utama bagi sistem pertanian di kasepuhan tersebut.

Kasepuhan Ciptagelar merupakan kesatuan adat yang masih tetap memegang kuat adat dan tradisi yang diturunkan sejak 640 tahun yang lalu hingga saat ini. Sistem pemerintahan/kepemimpinan di kasepuhan ini didasarkan pada garis keturunan. Ada pun pendiri Kasepuhan Ciptagelar yaitu Abah Anom (Alm. Encup Sucipta) yang merupakan keturunan kesepuluh dari kasepuhan tersebut. Sejarah didirikannya Kasepuhan Ciptagelar yaitu diawali pada tahun 1990 di mana Abah Anom memperoleh wangsit dari leluhur untuk berpindah dan meninggalkan Kampung Ciptarasa demi kelestarian dan keselamatan hidup semua masyarakat adat di kampung tersebut. Akan tetapi setelah memperoleh wangsit tersebut, Abah Anom tidak dengan segera memboyong keluarga dan masyarakatnya untuk meninggalkan Kampung Ciptarasa. Abah Anom meminta tenggang waktu kepada leluhur untuk mempersiapkan perpindahan tersebut dan untuk mencari wilayah yang tepat untuk menjadi tempat bermukim selanjutnya. Hingga akhirnya pada tahun 1999, perpindahan tersebut tidak bisa ditanggung lagi dan harus segera dilaksanakan, sebab apabila wangsit leluhur tidak dilaksanakan maka akan dapat menjadi pertanda malapetaka bagi ketua adat, keluarga, dan juga masyarakat adat. Oleh karena itu, pada tahun 2001, Abah Anom resmi berpindah dari Kampung Ciptarasa bersama sanak keluarga, para tokoh adat, serta beberapa masyarakat ke kampung di lereng Gunung Ciberene yang kemudian diberi nama Kampung Ciptagelar.

Menurut riwayat lain, perpindahan Kasepuhan Ciptagelar diawali dari perpindahan Kampung Gede dari Lebak Selatan ke Sukabumi Selatan, di Kampung Bojongcisono oleh Ki Jasun. Kemudian Abah Rusdi putra Ki Jasun memindahkan Kampung Gede ke Kampung Cicemet, Sukabumi Selatan. Putra Abah Rusdi, yaitu Abah Arjo memindahkan Kampung Gede sebanyak tiga kali, ke Kampung Waru, Cidadap, dan Cisarua, Sukabumi Selatan. Pemerintahan kasepuhan dilimpahkan kepada Abah Encup Sucipta (Abah Anom) sepeninggal Abah Rusdi. Beliau pindah ke Ciptarasa selama 17 tahun. Tahun 1985, kasepuhan terpecah menjadi dua, yaitu Kasepuhan Ciptarasa (Abah Anom), dan Kasepuhan Sinar Resmi (Abah Udjat Sudjati). Tahun 2000 Abah Anom pindah ke Ciptagelar. Tahun 2007 Abah Anom meninggal dan digantikan oleh putranya, Abah Ugi Sugriana Rakasiwi. Tahun 2002 Abah Udjat meninggal dunia dan digantikan oleh Abah Asep Nugraha. Sejak tahun 2002, kasepuhan yang ada di Desa Sirna Resmi terbagi tiga, yaitu Kasepuhan Ciptagelar (Abah Ugi Sugriana Rakasiwi), Kasepuhan Sinar Resmi (Abah Asep Nugraha), dan Kasepuhan Cipta Mulya (Abah Hendrik) (Sukma 2013).

Berdasarkan nama, Ciptagelar berasal dari dua kata, yaitu Cipta dan Gelar. Cipta yang merupakan nama dari Abah Anom (Alm. Encup Sucipta) berarti menciptakan, sedangkan Gelar berarti terbuka. Sehingga Ciptagelar berarti menciptakan suatu kasepuhan atau kampung adat yang terbuka untuk masyarakat, baik masyarakat asli kasepuhan tersebut, atau pun masyarakat luar. Hal ini juga didukung karena banyaknya pengaruh dan perkembangan dari pemerintah dan masyarakat luar untuk dapat masuk serta mempelajari adat istiadat di Kasepuhan Ciptagelar.

Kasepuhan Ciptagelar, meskipun merupakan kampung adat yang masih sangat menjunjung tinggi adat istiadat setempat, akan tetapi sudah sangat terbuka dan tidak membatasi bagi masyarakat luar yang ingin tinggal di kampung tersebut, baik untuk tujuan wisata, melakukan riset, mencari pekerjaan, atau untuk tinggal secara menetap di Kasepuhan Ciptagelar. Bagi masyarakat luar yang ingin menjadi masyarakat Kasepuhan Ciptagelar diterima dengan baik oleh ketua adat dan juga masyarakat asli kampung tersebut. Adapun hak dan kewajiban bagi masyarakat luar/pendatang yang ingin menjadi masyarakat Kasepuhan Ciptagelar adalah sama dengan masyarakat asli, yaitu menjunjung tinggi nilai-nilai budaya dan adat istiadat, khususnya bidang sistem pertanian.

Ciri khas dari Kasepuhan Ciptagelar yang membedakan kampung ini dengan kampung lain atau masyarakat luar adalah dalam hal sistem pertanian. Menurut Abah Ugi, yang merupakan keturunan dari Abah Anom dan merupakan generasi kesebelas Kasepuhan Ciptagelar, sistem pertanian di Kasepuhan Ciptagelar ini selalu menggunakan bibit lokal yang telah digunakan secara turun temurun. Alasan penggunaan bibit lokal yaitu: 1) upacara adat mengharuskan menggunakan padi lokal, 2) padi jenis unggul yang dianjurkan pemerintah tidak dapat tumbuh dengan baik di daerah lembab dan terlalu dingin, 3) padi jenis lokal berbatang panjang sehingga memudahkan di *etem*, mudah pengeringan dan penyimpanannya, tahan sampai waktu lebih dari 5 tahun dan tidak rontok, dan 4) melestarikan adat leluhur, karena sampai sekarang ada sekitar 43 jenis *pare rurukan* (padi pokok) dan 100 jenis padi hasil silang dari *pare rurukan* (Tim Wacana Nusantara 2012).

Selain itu, cara penanaman dan pemupukan padi di Kasepuhan Ciptagelar juga berbeda dari masyarakat luar. Penanaman padi di Kasepuhan Ciptagelar dilakukan setahun sekali dan secara alami, dengan sedikit sekali atau bahkan tidak menggunakan pestisida, serta tidak menggunakan peralatan pertanian modern, seperti traktor. Dengan menanam padi setahun sekali, diharapkan dapat menghentikan siklus hama wereng yang biasanya jatuh pada bulan dan musim yang sudah diperhitungkan.

Di samping itu, selama proses penanaman padi di Kasepuhan Ciptagelar, selalu diadakan upacara-upacara adat dengan maksud agar panen padi yang dihasilkan berlimpah serta dapat mencukupi kebutuhan pangan masyarakat selama satu tahun ke depan.

Berikut ini merupakan upacara-upacara adat yang dilakukan oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar selama proses menanam padi hingga panen:

- *Upacara Sapang Jadian Pare*: merupakan syukuran atau selamatan penanaman padi yaitu tepatnya 1 minggu saat benih padi yang ditanam mulai tumbuh.
- *Upacara Pare Nyiram*: merupakan syukuran saat benih padi mulai tumbuh subur.
- *Upacara Mapag Pare Beukah*: merupakan syukuran saat padi siap untuk dipanen.
- *Upacara Mipit Pare*: merupakan syukuran setelah memanen padi.
- *Upacara Nganyaran*: merupakan syukuran besar sebagai simbol pertama kali menikmati hasil panen pada tahun tersebut. Selama upacara Nganyaran berlangsung, ibu-ibu yang memasak nasi dilarang berbicara (berpusa bicara) dan dianjurkan

sambil menyirih. Selain itu, pada acara ini juga dilakukan rapat rencana anggaran untuk acara Seren Taun.

- *Upacara Seren Taun*: merupakan upacara sebagai simbol dari panen raya pada tahun tersebut dan merupakan puncak acara dari seluruh rangkaian ritual dalam sistem pertanian setempat.

Selain upacara-upacara tersebut, ada juga syukuran atau selamatan kecil yang dilakukan saat padi dijemur dan diikat/dipocong, syukuran saat padi dibawa ke rumah (*Selamatan Pare Ngunjal*), serta syukuran saat indung padi diletakkan di *leuit* paling bawah (*Syukuran Ngadiaken Indung*). Hal ini kemudian dijadikan indikator kerawanan pangan jika sampai padi di *leuit* sudah mencapai indung (bagian dasar *leuit*).

3. SOSIAL – EKONOMI

Sosio-Ekonomi dan Demografi

Berdasarkan jumlah anggotanya, keluarga dibedakan menjadi keluarga inti (*nuclear family*) dan keluarga luas (*extended family*). Besarnya jumlah anggota keluarga biasanya digunakan untuk menggambarkan kesejahteraan keluarga, di mana semakin kecil jumlah anggota keluarga diasumsikan akan semakin tinggi tingkat kesejahteraannya. Rata-rata jumlah anggota rumahtangga di Kasepuhan Ciptagelar tergolong rumahtangga ideal, yakni berjumlah 3-5 orang. Hal tersebut mengindikasikan bahwa rata-rata jumlah anak per rumahtangga adalah dua orang. Untuk umur istri 6,1 tahun lebih muda dari suami, tetapi menurut kategori umur Depkes RI Tahun 2009 suami istri di Ciptagelar termasuk ke dalam kategori umur masa dewasa akhir (36-45 tahun). Rata-rata lama pendidikan suami dan istri pada umumnya kurang dari 5 tahun atau tidak sampai lulus sekolah dasar karena mungkin menurut masyarakat setempat ilmu yang didapat di sekolah tidak dibutuhkan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Berat badan rata-rata suami dan istri tergolong normal, dengan IMT (Indeks Masa Tubuh) berada pada kisaran 24,1 untuk istri dan 22,8 untuk suami. Dari pengukuran IMT bisa dikatakan berat badan para istri walaupun normal tetapi mendekati gemuk.

Pendapatan keluarga merupakan pendapatan total keluarga yang diperoleh dari berbagai sumber yaitu hasil kepala keluarga, hasil istri, hasil pemberian, hasil pinjaman dan hasil usaha sampingan per bulan (Nurani *et al.* 2009). Besarnya pendapatan yang diterima rumahtangga dapat menggambarkan kesejahteraan suatu masyarakat. Rata-rata pendapatan rumahtangga adalah Rp 285.753 per kapita per bulan, sedangkan pengeluaran totalnya mencapai Rp 393.590 atau hampir 1,5 kali lebih tinggi dari pendapatan. Secara umum sumber pendapatan rumahtangga diperoleh dari pekerjaan suami dan istri sebagai petani (masing-masing 90,2% dan 41,5%), dan sebagian kecil lainnya dari profesi nonpetani yaitu sebanyak 8,1% suami bekerja sebagai buruh nontani, pedagang, dan jasa, serta sebanyak 4,6% istri bekerja sebagai pedagang dan bidang jasa. Berdasarkan persentase sebaran pekerjaan suami dan istri tersebut, terlihat ada diversifikasi kegiatan untuk memperoleh pendapatan antara suami dan istri pada sebagian rumahtangga. Menurut Susilowati *et al.* (2002) hal tersebut wajar dilakukan karena ada kekhawatiran hanya dengan satu sumber pendapatan saja, rumahtangga tersebut tidak dapat memenuhi semua kebutuhan yang diperlukan serta untuk mengurangi risiko kegagalan apabila salah satu sumber pendapatan tidak berhasil, maka masih ada sumber pendapatan lain yang dapat diharapkan.

Pengeluaran rumahtangga yang terdiri dari pengeluaran pangan dan nonpangan dapat menggambarkan bagaimana penduduk mengalokasikan kebutuhan rumahtangganya. Dilihat dari rasio pengeluaran, sebesar 52,9 persen pengeluaran digunakan untuk kebutuhan pangan dan 47,1 persen sisanya digunakan untuk keperluan non pangan. Lebih besarnya rasio pengeluaran pangan dibandingkan dengan non pangan dapat menjadi indikator pendapatan rumahtangga yang masih terbatas. Sesuai hukum Engel, makin rendah persentase pengeluaran untuk pangan terhadap total pengeluaran, makin

membalik tingkat perekonomiannya dan semakin besar persentase pengeluaran pangan maka semakin kurang sejahtera rumahtangga yang bersangkutan.

Pendapatan rumahtangga dialokasikan untuk berbagai keperluan, seperti konsumsi, keperluan sehari-hari, kegiatan sosial, keperluan anak sekolah dan keperluan lain-lain. Pengeluaran rumahtangga pada penelitian ini dikelompokkan menjadi dua, yaitu pengeluaran pangan dan nonpangan. Pengeluaran pangan rumahtangga terbesar berturut-turut dipergunakan untuk membeli minuman (12,13%), lauk pauk (11,52%) dan jajanan (10,87%). Yang menarik adalah pengeluaran pangan untuk beras yang merupakan makanan pokok hanya 2,13 persen saja, karena padi atau beras bagi masyarakat Ciptagelar bukan sekedar komoditas pangan belaka, tetapi simbol dari kehidupan sehingga padi tidak boleh diperjualbelikan. Sedangkan pengeluaran nonpangan didominasi untuk membeli rokok (23,17%) dan lain-lain termasuk transport, sumbangan, pajak, kredit dan pulsa (10,22%) (Tabel 1). Sejatinya, pengeluaran rumahtangga harus diatur secara bijaksana, dalam hal ini yang banyak berperan ibu rumahtangga, sehingga pendapatan yang terbatas dapat memenuhi seluruh keperluan, yang biasanya untuk memenuhi keperluan dalam jangka waktu selama satu bulan (Suhartini *et al.* 2005).

Tabel 1. Pengeluaran pangan rumahtangga per kapita per bulan

Pengeluaran pangan	Rata-rata (ribu rupiah)	% terhadap total pengeluaran
Pangan:		
- Beras	8,38	2,13
- Lauk Pauk	45,34	11,52
- Sayuran	26,21	6,66
- Buah	11,72	2,98
- Minyak goreng	14,81	3,76
- Minuman	47,75	12,13
- Jajanan	42,80	10,87
- Makanan/Minuman balita	5,60	1,42
- Lain-lain (bumbu)	12,84	3,26
Non Pangan:		
- Kesehatan	10,64	2,70
- Pendidikan anak	5,62	1,43
- Pakaian dan alas kaki	14,70	3,73
- Listrik	6,91	1,76
- Gas, minyak tanah	8,86	2,25
- Rokok	91,18	23,17
- Lain-lain (transport, sumbangan, pajak, kredit, pulsa)	40,24	10,22

Menurut data Susenas tahun 2010, pengeluaran rumahtangga untuk rokok ternyata jauh lebih besar dikeluarkan rumahtangga termiskin karena mencapai 12% dan dibandingkan dengan pengeluaran rokok bagi orang kaya hanya sekitar 7% untuk membeli rokok. Data Susenas juga mencatat jumlah pengeluaran untuk kesehatan per bulan yang dikeluarkan oleh perokok miskin, hanya sekitar 2,02% dengan pengeluaran

sebesar Rp 17.470 yang tidak sebanding dengan pengeluaran rokok yang mencapai Rp 102.956. Pengeluaran rokok bagi orang miskin setara dengan 13x pengeluaran daging, 5x pengeluaran susu dan telur, 6x pengeluaran pendidikan dan 6x pengeluaran untuk kesehatan (Tobacco Control Support Center 2012). Padahal dengan membeli rokok kesejahteraan sebuah keluarga menjadi lebih rendah dibanding keluarga dengan tingkat pengeluaran yang sama namun tidak merokok.

Perumahan

Kampung Gede Kasepuhan Ciptagelar adalah sebuah kampung adat yang mempunyai ciri khas dalam lokasi dan bentuk rumah serta tradisi yang masih dipegang kuat oleh masyarakat pendukungnya. Kondisi rumah sebagai tempat tinggal merupakan salah satu indikator tingkat sosial ekonomi seseorang atau suatu rumahtangga. Berdasarkan aspek fisik sebuah rumah, diketahui seluruh responden memiliki rumah sendiri (100%) dengan rata-rata luas rumah 44,3 m². Jenis rumah yang ditinggali hampir seluruh responden belum permanen karena merupakan rumah panggung (98,5%) yang material penyusun dinding dan lantai rumahnya adalah bilik (98,5%) dan bambu (98,5%). Hal tersebut berlaku umum pada bangunan tradisional Suku Sunda di Jawa Barat yang rumahnya berbentuk rumah panggung dan hampir seluruh bahan bangunannya terbuat dari bahan-bahan lokal yang mudah didapat di daerah setempat.



Gambar 1. Bentuk rumah di Kasepuhan Ciptagelar

Selain kualitas rumah yang baik, tersedianya fasilitas yang cukup untuk setiap penghuni rumah akan menambah kenyamanan dan kemudahan dalam beraktivitas serta meningkatkan derajat kesehatan penghuni. Fasilitas rumah tinggal meliputi ketersediaan air bersih untuk minum, ketersediaan fasilitas buang air besar, listrik untuk penerangan dan jenis bahan bakar untuk memasak. Pada penelitian ini, sumber air

utama yang digunakan untuk mandi, cuci, kakus oleh hampir seluruh responden (98,5%) berasal dari mata air yang dialirkan langsung ke rumah-rumah melalui pipa-pipa atau selang-selang kecil. Listrik sebagai sumber penerangan digunakan oleh 98,5% rumahtangga yang berasal dari pemanfaatan sumber daya air yang tersedia atau yang disebut sebagai Pembangkit Listrik Tenaga Mikro Hidro (PLTMH) dengan memanfaatkan aliran air sungai Cibarengkok. Kayu bakar masih merupakan jenis bahan bakar utama yang digunakan oleh rumahtangga (93,8%) selain gas yang hanya digunakan oleh 6,2% responden.

Kamar mandi masih jarang dimiliki oleh responden, yaitu hanya 27,7%, sebanyak 72,3% responden menggunakan WC umum sebagai kamar mandi. Walaupun responden memiliki kamar mandi, namun hanya 16,9% yang memiliki *septic tank* dan WC milik sendiri, bahkan ada yang tempat BAB nya di sungai (20,0%). Luas penghawaan atau ventilasi di rumah responden hanya 21,5% yang memenuhi syarat kesehatan yaitu sudah memenuhi syarat 10% dari luas lantai, sebagian besar lainnya (78,5%) yang tidak memenuhi syarat kesehatan berdasarkan pengamatan di lapang diakibatkan jendela rumah responden yang tidak bisa dibuka. Persepsi responden tentang sampah juga masih kurang baik karena sebanyak 69,2% responden membuang sampah tidak pada tempatnya.



Gambar 2. Kamar mandi komunal permanen dan nonpermanen di Ciptagelar

Kepemilikan Aset Rumahtangga

Kepemilikan aset rumahtangga yang dibahas pada penelitian ini terdiri dari kepemilikan ternak, kendaraan, mebel, alat elektronik dan alat rumahtangga. Adapun jenis ternak, khususnya ternak unggas yang paling banyak dipelihara adalah ayam (73,8%) dibandingkan itik (27,7%), mengingat ayam mudah dipelihara dan juga lebih sering dijadikan sebagai menu untuk makan dibandingkan dengan itik atau pun bebek. Kepemilikan kambing/domba (32,3%) dan kerbau (7,7%) sebagai hewan ternak selain menunjukkan status sosial bagi pemiliknya juga dapat digunakan (terutama kerbau) untuk membajak sawah saat musim menanam padi.

Kasepuhan Ciptagelar dapat ditempuh dengan kendaraan roda empat (mobil) dan roda dua (motor). Jenis kendaraan roda empat harus mempunyai persyaratan khusus, yakni mempunyai ketinggian badan cukup tinggi di atas tanah serta dalam kondisi prima. Apabila tidak mempunyai persyaratan yang dimaksud, kecil kemungkinan kendaraan tersebut sampai ke lokasi. Dan umumnya mobil-mobil demikian hanya sampai di kantor Desa Sirnaresmi yang sekaligus merupakan tempat parkirnya. Selebihnya menggunakan kendaraan ojeg atau mobil umum (jenis jeep) yang disewakan yang hanya ada sewaktu-waktu atau jalan kaki (Jabarprov 2013), oleh karena itu aset kendaraan yang paling menonjol yang dimiliki oleh 53,8% responden adalah kendaraan roda dua atau motor.

Jenis mebel yang paling banyak dimiliki responden adalah lemari pakaian (95,4%) dan tempat tidur (92,3%). Masyarakat Ciptagelar sangat terbuka terhadap perkembangan teknologi informasi, terbukti dengan banyaknya responden yang memiliki televisi (78,5%), HP (70,8%), Radio/tape (33,8%) dan VCD (32,3%). Kasepuhan Ciptagelar memiliki stasiun radio dan televisi lokal sendiri yang diberi nama stasiun Ciga TV. Stasiun radio dan TV tersebut dikembangkan sendiri oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar yang jangkauannya bisa sampai Sumedang, namun karena suatu alasan jangkauan Ciga TV saat ini hanya 25 km. Materi siaran berisikan kegiatan masyarakat setempat, terutama yang berkaitan dengan pertanian, mulai dari menanam padi sampai puncak kegiatan Seren Taun. Otomatis stasiun TV lokal tersebut menjadi hiburan dan media informasi bagi masyarakat Ciptagelar untuk saling berkabar berita.

Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi merupakan prasyarat penting untuk terjadinya perubahan sikap dan perilaku gizi. Menurut Sediaoetama (1996), semakin baik pengetahuan gizinya, maka seseorang akan semakin memperhatikan kuantitas dan kualitas pangan yang akan dikonsumsinya. Orang yang tidak mempunyai cukup pengetahuan gizi, akan memilih makanan yang paling menarik panca indera, dan tidak mengadakan pilihan berdasarkan nilai gizi makanan. Sebaliknya orang yang semakin baik pengetahuan gizinya, lebih banyak mempergunakan pertimbangan rasional dan pengetahuannya sebagai dasar sebelum mengonsumsi makanan tertentu.

Pengetahuan gizi dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan instrumen berupa 10 pertanyaan terkait gizi dan pangan. Setiap pertanyaan yang dijawab benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0. Berdasarkan kategori skor tersebut, diketahui bahwa hanya terdapat 6,2% responden (ibu) di Kasepuhan Ciptagelar yang memiliki pengetahuan gizi baik, 33,8% berpengetahuan gizi sedang, dan 60,0% berpengetahuan gizi kurang. Dengan memperhatikan suasana kehidupan tradisional dan lokasi kasepuhan yang sangat terpencil, maka dapat dipahami bahwa akses pengetahuan gizi menjadi agak sulit. Di samping itu, tingkat pendidikan masyarakat tradisional yang umumnya rendah mungkin juga berpengaruh terhadap pengetahuan gizi masyarakat.

Nilai rata-rata pengetahuan gizi adalah 5,0 (rendah). Perlu ada upaya-upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi masyarakat di Kasepuhan Ciptagelar agar pengetahuan gizi ini dapat menjadi landasan dalam pemilihan makanan sehari-hari. Disadari bahwa

perbaikan konsumsi pangan dipengaruhi banyak faktor antara lain daya beli, aspek budaya (tabu makanan), pengetahuan gizi, dan lain sebagainya. Oleh sebab itu, peningkatan pengetahuan gizi dapat menjadi kunci penting untuk perbaikan konsumsi pangan masyarakat.

Rincian tes pengetahuan gizi serta jawaban responden (ibu) di Kasepuhan Ciptagelar dapat dilihat pada Tabel 2. Hanya satu pertanyaan yang dijawab dengan baik yaitu pertanyaan no 1 tentang pentingnya konsumsi pangan sumber karbohidrat untuk melakukan aktivitas berladang (dijawab benar oleh 92,3% responden). Pemahaman pengetahuan gizi yang sangat kurang antara lain terlihat pada item pertanyaan nomor 4 tentang pentingnya kalsium untuk pertumbuhan tulang dan gigi (dijawab benar oleh 23,1% responden), item nomor 5 rabun disebabkan oleh kekurangan vitamin A (dijawab benar oleh 20,0% responden), dan item nomor 9 garam beryodium dapat mencegah gondok (dijawab benar oleh 20,0% responden).

Tabel 2. Persentase responden yang menjawab benar tes pengetahuan gizi

Pertanyaan	n	%
1. Sumber karbohidrat seperti nasi, jagung, ubi jalar, singkong, mie, madu, dll harus dimakan agar bertenaga ketika akan berladang.	60	92,3
2. Pangan hewani baik untuk pertumbuhan anak.	26	40,0
3. Ketika hamil harus makan lebih banyak.	46	70,8
4. Sumber kalsium seperti susu dan sayuran hijau baik untuk pertumbuhan tulang dan gigi.	15	23,1
5. Rabun disebabkan kekurangan vitamin A.	13	20,0
6. Sayur dan buah dapat melancarkan buang air besar.	40	61,5
7. Kurang darah disebabkan kurang protein hewani dan sayuranberdaun hijau.	29	44,6
8. Untuk mengetahui pertumbuhan balita harus dibawa ke posyandu.	41	63,1
9. Garam beryodium dapat mencegah gondok, kurang cerdas dan kerdil pada anak.	13	20,0
10. ASI sebaiknya diberikan sampai anak berusia 2 tahun.	44	67,7

Item-item pengetahuan gizi lainnya telah dijawab dengan benar oleh sebagian besar responden (>60%) yaitu item tentang perlunya makan lebih banyak saat hamil (dijawab benar oleh 70,8% responden), ASI sebaiknya diberikan sampai anak berusia 2 tahun (dijawab benar oleh 67,7% responden), pertumbuhan balita dapat dipantau di posyandu (dijawab benar oleh 63,1% responden), serta sayur dan buah dapat melancarkan buang air besar (dijawab benar oleh 61,5% responden).

Rasanya tidak mudah untuk melakukan perbaikan atau peningkatan pengetahuan gizi masyarakat Kasepuhan Ciptagelar. Meski masyarakat Ciptagelar sudah terbuka, namun

lokasi atau wilayah yang sangat terpencil tetap akan menyulitkan masuknya informasi. Oleh karena itu program gizi posyandu harus terus digalakkan dan penyuluhan gizi bisa dilakukan setiap kali penyelenggaraan posyandu.

Personal Hygiene

Kebersihan diri yang diamati pada penelitian ini meliputi kebersihan badan (kebiasaan mandi, penggunaan sabun, penggunaan handuk, dan kebiasaan mengganti baju), kebersihan rambut (kebiasaan keramas), kebersihan mulut (kebiasaan menggosok gigi, kepemilikan sikat gigi, dan penggunaan pasta gigi), kebersihan tangan dan kuku (kebiasaan mencuci tangan sebelum makan dengan air bersih dan sabun serta kebiasaan menggunting kuku), dan kebersihan kaki (kebiasaan menggunakan alas kaki) anggota keluarga masyarakat Kasepuhan Ciptagelar.

Kebersihan badan masyarakat Kasepuhan Ciptagelar dapat dilihat dari kebiasaan mandi, penggunaan sabun, penggunaan handuk, dan kebiasaan mengganti baju. Sebagian dari masyarakat Kasepuhan Ciptagelar memiliki kebiasaan mandi 2 kali sehari (50,8%) dan yang tidak menggunakan sabun setiap kali mandi hanya 3,1%. Akan tetapi hampir seluruh anggota keluarga masyarakat Kasepuhan Ciptagelar (96,9%) telah memiliki handuk masing-masing untuk mandi. Ariyo dan Lestari (2012) menyebutkan bahwa kebiasaan menggunakan handuk secara bersama-sama merupakan faktor resiko kolonisasi *S. Aureus* penyebab infeksi dengan tanda yang khas yaitu peradangan, nekrosis (kematian sel atau jaringan) dan pembentukan abses (penimbunan nanah). Selain itu, sebagian besar anggota keluarga (61,5%) sudah mempunyai kebiasaan mengganti baju sebanyak 2 kali dalam sehari. Pada penelitian ini, kebersihan rambut anggota keluarga hanya dilihat dari kebiasaan keramas dalam seminggu. Sebagian besar anggota keluarga (87,7%) telah mempunyai kebiasaan keramas sebanyak ≥ 3 kali seminggu.

Kebiasaan menggosok gigi, kepemilikan sikat gigi, dan penggunaan pasta gigi dapat digunakan untuk menilai kebersihan mulut. Sebagian anggota keluarga masyarakat Kasepuhan Ciptagelar telah memiliki kebiasaan menggosok gigi 3 kali sehari (55,4%) dengan hampir seluruh anggota keluarga (93,8%) menggunakan sikat giginya masing-masing. Akan tetapi masih ada sebesar 3,1% anggota keluarga masyarakat Kasepuhan Ciptagelar yang tidak menggunakan pasta gigi setiap kali menggosok gigi. Kebiasaan menggosok gigi menurut Ibtiah (2011), Setiyawati (2012), dan Anggraeni (2013) mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kejadian karies gigi. Oleh karena itu, sangat penting untuk membiasakan menggosok gigi minimal dua kali sehari.

Kebersihan tangan dan kuku anggota keluarga dilihat dari kebiasaan mencuci tangan sebelum makan dengan air bersih dan sabun serta kebiasaan menggunting kuku. Sebagian anggota keluarga (52,3%) telah mempunyai kesadaran mencuci tangan menggunakan air bersih dan sabun sebelum makan. Namun, tidak sedikit pula (38,5%) yang tidak menggunakan air bersih dan sabun sebelum makan. Padahal Purba *et al.* (2003) menyebutkan terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian sistiserkosis

dengan kebiasaan mencuci tangan sebelum makan. Sistiserkosis adalah penyakit yang disebabkan oleh stadium larva *Taenia solium* (cacing pita babi).

Selain itu, Depkes (2009) juga menyebutkan bahwa Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) merupakan perilaku sehat yang telah terbukti secara ilmiah dapat mencegah penyebaran penyakit-penyakit menular seperti diare, ISPA dan Flu Burung, bahkan disarankan untuk mencegah penularan virus H₁N₁. Perilaku CTPS yang tidak benar masih tinggi ditemukan pada anak usia 10 ke bawah. Karena anak pada usia-usia tersebut sangat aktif dan rentan terhadap penyakit, maka dibutuhkan peningkatan kesadaran mereka (atau pengasuhnya) akan pentingnya CTPS ini diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Praktik CTPS setelah ke jamban atau menceboki anak, dan sebelum menjamah makanan dapat menurunkan hampir separuh kasus diare, dan sekitar seperempat kasus ISPA. Praktik CTPS juga dapat mencegah infeksi kulit, mata, dan orang dengan HIV/AIDS. Kebersihan tangan dan kuku juga dapat dilihat dari kebiasaan menggunting kuku minimal seminggu sekali. Hampir seluruh anggota keluarga (78,5%) telah mempunyai kesadaran untuk menggunting kuku minimal seminggu sekali. Pertiwi *et al.* (2013) menyebutkan bahwa kebiasaan menggunting kuku mempunyai hubungan yang bermakna dengan kejadian cacingan.

Kebiasaan menggunakan alas kaki sehari-hari juga dapat digunakan untuk menilai kebersihan diri yaitu kebersihan kaki. Hampir seluruh anggota keluarga (95,4%) menggunakan alas kaki untuk melaksanakan aktivitasnya sehari-hari. Kebersihan kaki sangat penting diperhatikan karena selain dapat menghindari masuknya telur cacing ke dalam tubuh. Pertiwi *et al.* (2013) menyebutkan bahwa kebiasaan menggunakan alas kaki mempunyai hubungan yang bermakna dengan kejadian cacingan. Selain itu, kebiasaan menggunakan alas kaki ketika beraktivitas juga dapat menghindari kaki terluka akibat terkena benda tajam.

4. ASPEK PANGAN

Ketersediaan Pangan

Ketersediaan pangan menurut PP No. 68 Tahun 2002 tentang Ketahanan Pangan adalah tersedianya pangan dari hasil produksi dalam negeri dan atau dari sumber lain. Ketersediaan pangan masyarakat Kasepuhan Ciptagelar dapat dilihat dari jumlah kepemilikan lumbung padi/*leuit*nya. Pada masyarakat Kasepuhan Ciptagelar, umumnya *leuit* dibangun tidak jauh dari rumah warga dengan ukuran rata-rata 4 x 5 meter. Meski demikian, terdapat beberapa *leuit*, khususnya milik ketua adat dan beberapa tokoh desa yang berukuran lebih besar, yaitu sampai sekitar 8 x 10 meter.



Gambar 3. *Leuit* warga dan *leuit* komunal Kasepuhan Ciptagelar

Rata-rata rumah tangga memiliki *leuit* sebanyak 2 buah dengan kapasitas 615,6 pocong atau setara dengan 2.462,4 kg. Sementara itu, rata-rata isi *leuit* yang dimiliki rumah tangga saat ini adalah sebanyak 396,5 pocong atau setara dengan 1.586 kg.

Leuit Si Jimat merupakan *leuit* komunal yang dipercaya masyarakat setempat sebagai warisan dari para *Karuhun*/leluhur. Disebut *Leuit Si Jimat* karena *leuit* tersebut oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar dianggap sebagai jimat dari *Karuhun*, sehingga apabila ketua adat bersama masyarakat berpindah tempat tinggal maka *leuit* tersebut juga harus dibawa pindah juga. *Leuit Si Jimat* dikatakan sebagai lumbung padi komunal, sebab apabila ada warga Kampung Ciptagelar yang sampai kekurangan pangan maka dapat diambilkan padi dari *leuit* tersebut, meskipun pada kenyataan sangat jarang sekali warga kampung tersebut yang kekurangan pangan (padi) karena masing-masing kepala keluarga minimal memiliki satu *leuit* dengan jumlah kira-kira 1,5-5 ton padi per *leuit* nya.

Leuit Si Jimat juga menjadi tempat dilakukannya beberapa ritual oleh ketua adat, misalnya seperti ritual *Ngadiukeun*, yaitu meletakkan indung padi pada bagian paling dasar *Leuit Si Jimat*, atau pada saat upacara *Nganyaran* di mana ketua adat akan masuk dan mengambil padi pertama sebagai simbol menikmati padi hasil panen pertama kali. Ada pun yang boleh masuk ke dalam *Leuit Si Jimat* tidak sembarang orang, melainkan hanya ketua adat saja.

Cara Memperoleh Pangan

Cara memperoleh pangan di masyarakat Kasepuhan Ciptagelar antara lain melalui membeli, diberi, tukar menukar atau dari alam. Sebagian besar masyarakat Kasepuhan Ciptagelar memperoleh pangan sumber karbohidrat dari alam, yaitu sebesar 89,6% untuk beras, 51,4% untuk jagung, 66,7% untuk singkong, 60,0% untuk ubi jalar dan 60,8% untuk talas. Mata pencaharian utama hampir semua warga masyarakat kampung Ciptagelar adalah sebagai petani, sehingga hampir semua bahan pangan utama masyarakat di kampung ini merupakan hasil pertanian sendiri, dan sedikit sekali bahan pangan yang diperoleh dengan membeli.

Sebagian besar masyarakat Kasepuhan Ciptagelar memperoleh pangan sumber protein hewani dari membeli, yaitu sebesar 67,1% untuk daging ayam, 45,9% untuk daging (sapi, kambing), 86,8% untuk ikan laut, 70,0% untuk ikan tawar, 92,2% untuk ikan asin, 100% untuk susu dan 95,2% untuk telur. Lauk hewani berupa daging ayam, daging kambing, atau daging sapi jarang sekali dikonsumsi oleh masyarakat kampung ini sebab harganya yang tergolong relatif mahal.

Umumnya warga yang memiliki ternak ayam atau itik, sesekali makan daging ayam atau itik dengan cara menyembelih sendiri. Umumnya hampir semua warga masyarakat baru dapat menikmati daging ayam, daging itik, daging kambing, dan daging sapi saat adanya *upacara Nganyaran* dan *Seren Taun* yang berlangsung setahun sekali. Sebagian besar masyarakat yang memiliki kolam mengonsumsi ikan dari hasil kolam tersebut. Umumnya ikan yang dibudidayakan di kolam adalah ikan mas, ikan mujair, dan ikan lele. Sementara itu, masyarakat yang tidak memiliki kolam, cenderung membeli lauk hewani seperti ikan asin, ikan laut, atau telur ayam dari penjual sayur yang datang setiap dua kali seminggu di kampung tersebut.

Hampir semua pangan sumber protein nabati diperoleh rumahtangga dari membeli, yaitu sebesar 96,8% untuk tahu, 96,6% untuk tempe, dan 96% untuk oncom. Sementara hanya sebagian kecil rumahtangga yang memperoleh pangan tersebut dengan cara diberi oleh orang lain. Pangan sumber protein nabati umumnya dibeli dari penjual sayur yang datang di Kasepuhan Ciptagelar dua kali dalam sepekan.

Sebagian besar masyarakat Kasepuhan Ciptagelar memperoleh sayuran daun dengan cara membeli, yaitu masing-masing sebesar 69,8% untuk bayam dan 71,2% untuk kangkung, sementara untuk daun singkong sebagian besar masyarakat (72,3%) memperolehnya dari alam sekitar. Masyarakat Ciptagelar umumnya menanam sayur-sayuran di kebun yang terletak dekat pemukiman warga masyarakat. Selain daun singkong, sebagian masyarakat Ciptagelar juga menanam bayam dan kangkung, yaitu masing-masing sebesar 25,4% dan 23,7%. Sayuran buah umumnya diperoleh rumahtangga dengan cara membeli, yaitu masing-masing sebesar 54,4% untuk labu siam, 79,0% untuk tomat dan 72,3% untuk mentimun. Selain membeli, sebagian masyarakat Ciptagelar juga memperoleh sayuran buah dari alam sekitar.

Rata-rata buah-buahan yang umum dikonsumsi oleh rumah tangga diperoleh cara membeli, yaitu masing-masing sebesar 65,9% untuk pepaya, 83,3% untuk jeruk dan

66,7% untuk sawo, sedangkan sebagian besar masyarakat Kasepuhan Ciptagelar memperoleh buah pisang dari alam sekitar. Selain membeli dan memperoleh dari alam sekitar, sebagian masyarakat Ciptagelar juga memperoleh buah-buahan dari diberi, misalnya untuk sawo (33,3%).

Seluruh masyarakat Ciptagelar memperoleh jajanan dengan cara membeli di warung/kios yang ada di sekitar Kasepuhan Ciptagelar, kecuali untuk kerupuk/keripik yaitu sebanyak 10% warga membuatnya. Pangan lainnya dalam penelitian ini adalah gula, teh dan kopi, hampir seluruhnya diperoleh oleh rumahtangga dengan cara membeli, yaitu masing-masing sebesar 96,2% untuk gula, 97,5% untuk teh dan 93,0% untuk kopi. Ketiga jenis pangan ini memang bukan merupakan pangan yang ditanam di Ciptagelar, oleh karena itu hampir seluruh masyarakat Ciptagelar memperolehnya dengan cara membeli.

Pengolahan Pangan Rumahtangga

Cara pengolahan pangan sumber karbohidrat yang dilakukan oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar umumnya sama seperti yang dilakukan masyarakat Sunda pada umumnya. Sebagian besar (96,4%) masyarakat Kasepuhan Ciptagelar mengolah beras dengan cara dikukus, sedangkan jagung sebagian besar direbus (56,6%) dan dibakar/panggang (26,3%). Bahan pangan lainnya seperti singkong, cara pengolahan yang dilakukan sebagian digoreng (36,2%), direbus (34%), dikukus (13,8%) dan dibakar (12,8%). Ubi jalar diolah dengan cara digoreng oleh sebagian masyarakat (44,6%), direbus (27,7%), dikukus (13,3%), dibakar (9,6%), dan cara pengolahan lainnya (4,8%), sedangkan talas sebagian masyarakat mengolahnya dengan cara digoreng (32,2%), direbus (52,5%) dan dikukus (5,1%).

Khusus untuk cara pengolahan beras hingga menjadi nasi pada masyarakat Kasepuhan Ciptagelar masih tergolong sangat alami dan tradisional. Adapun hal ini salah satunya karena masyarakat setempat masih sangat menjaga aturan adat serta warisan leluhur khususnya dalam hal menjaga sistem pertanian serta hasil utama pertanian yaitu padi/beras, baik sejak mulai menanam hingga nasi siap untuk disajikan dalam rumahtangga.

Dalam hal pengolahan lauk hewani, sebagian besar (63,9%) masyarakat Kasepuhan Ciptagelar mengolah daging ayam dengan cara digoreng, sebagian dengan cara direbus (8,2%), sebagian dengan cara dibakar (22,7%) dan sebagian kecil lainnya dengan cara pengolahan lain (4,1%). Sementara daging sapi dan kambing sebagian besar (40,3%) diolah dengan cara lainnya selain digoreng, ditumis, direbus, dikukus, diasap dan dibakar/dipanggang. Cara pengolahan daging sapi yang banyak dilakukan masyarakat Kasepuhan Ciptagelar adalah digoreng (21%), direbus (12,9%), diasap (6,5%), dan dibakar (12,9%).

Ikan laut dan ikan air tawar pada umumnya diolah dengan cara digoreng dan dipanggang, yaitu oleh sebanyak 73,4% dan 81,7% dari masyarakat Ciptagelar. Sementara ikan asin pada umumnya diolah dengan cara digoreng, ditumis dan dibakar/dipanggang, masing-masing oleh sebanyak 76,6%, 13% dan 7,8% dari

masyarakat Ciptagelar. Susu sebagian besar diolah dengan cara lainnya (80%), sedangkan telur sebagian besar diolah dengan cara digoreng (93,8%).



Gambar 4. Cara pengolahan dan penyajian nasi di Ciptagelar

Rata-rata masyarakat Ciptagelar mengolah tahu, tempe dan oncom dengan cara digoreng dan ditumis, sementara hanya 1,2% rumahtangga yang mengolah tahu dengan cara direbus dan 1,5 % rumahtangga yang mengolah oncom dengan cara dikukus.

Sayuran daun umumnya diolah oleh rumahtangga dengan cara direbus dan ditumis. Adapun jenis sayuran daun yang paling sering diolah dan dikonsumsi oleh sebagian besar rumahtangga yaitu bayam, kangkung, dan daun singkong yang banyak diolah dengan cara direbus dan ditumis. Sementara itu, terdapat pula beberapa rumahtangga yang mengolah bayam menjadi keripik bayam yaitu dengan cara menggoreng (3,0%), dan terdapat pula rumahtangga yang mengolah daun singkong dengan cara dikukus (5,7%) dengan alasan rasanya lebih enak dibandingkan diolah dengan cara direbus.

Sayuran buah umumnya diolah oleh rumahtangga dengan cara yang bervariasi. Sebagian besar masyarakat Ciptagelar mengolah labu siam dengan cara direbus (58,6%), ditumis (26,2%), dikukus (4,6%), dan diolah dengan cara lainnya (9,2%). Sementara tomat paling banyak diolah dengan cara diulek untuk dijadikan sambal oleh sebagian besar masyarakat Ciptagelar (56,9%), dan ditumis bersama dengan sayuran lain (25,9%), sedangkan mentimun umumnya langsung disajikan sebagai lalapan dan dimakan bersama dengan makanan lainnya tanpa diolah terlebih dahulu (94,4%).

Seluruh jenis buah-buahan dikonsumsi langsung oleh rumahtangga tanpa diolah terlebih dahulu (100%). Hanya saja, untuk buah pisang, selain dikonsumsi langsung, juga terdapat beberapa jenis buah pisang yang juga diolah oleh sebagian besar rumahtangga dengan cara digoreng, direbus dan dikukus. Khususnya untuk pisang kepok, pisang

tanduk atau pisang uli pada umumnya harus diolah terlebih dahulu sebelum dikonsumsi. Ketiga jenis pisang tersebut jika dikonsumsi langsung rasanya kurang enak.

Jajanan yang umum dikonsumsi oleh masyarakat setempat seperti biskuit, permen, coklat, chiki, dan lain sebagainya umumnya diolah dengan cara lainnya, yaitu melalui pengolahan pabrik atau produsen mengingat hampir semua jenis jajanan diperoleh masyarakat dengan cara membeli di warung. Akan tetapi, beberapa jenis jajanan seperti gorengan juga diolah sendiri oleh rumah tangga dengan cara menggoreng sendiri (28,6%).

Tabu Makanan

Terdapat beberapa makanan yang dianggap tabu berdasarkan kepercayaan adat di Kasepuhan Ciptagelar, khususnya untuk para gadis dan ibu yang hamil. Sementara itu, untuk masyarakat secara umum tidak ada makanan yang dianggap tabu selain makanan yang dilarang atau diharamkan oleh agama.

✓ Tabu makanan untuk gadis

Terdapat beberapa jenis makanan yang dianggap tabu untuk gadis di Kasepuhan Ciptagelar antara lain pisang ambon dan nanas. Gadis di kasepuhan ini dilarang memakan pisang ambon dan hanya wanita yang sudah menikah/memiliki suami saja yang boleh mengonsumsi pisang ambon. Begitu pula buah nanas, para gadis dilarang memakan nanas sebelum ia menikah, dan jika dia hamil juga tidak dianjurkan memakan nanas. Ada pun alasan gadis dilarang memakan buah pisang ambon dan buah nanas di kampung ini tidak dijelaskan secara jelas, dan menurut penuturan ketua adat hal tersebut telah diajarkan sejak zaman leluhur dan untuk kebaikan gadis itu sendiri.

✓ Tabu makanan untuk ibu hamil

Seperti halnya gadis, ibu hamil di Kasepuhan Ciptagelar juga mempercayai serta mempraktikkan tabu makanan. Menurut ketua adat dan masyarakat setempat, hal tersebut dilakukan demi keselamatan dan kesehatan bayi yang dilahirkan kelak. Beberapa makanan yang dianggap tabu untuk ibu hamil di Kasepuhan Ciptagelar antara lain ikan asin, kerang (tutut), dan nanas. Ikan asin/ ikan laut dan juga tutut dianggap tabu karena dapat berdampak pada terjadinya perdarahan dan bau bayi yang anyir (amis). Sementara buah nanas dianggap dapat menyebabkan keguguran jika dikonsumsi oleh ibu hamil.

Nilai/Ideologi Pangan

Masyarakat Kasepuhan Ciptagelar sangat menjunjung tinggi nilai-nilai budaya, termasuk di dalamnya nilai pangan. Beberapa jenis pangan dianggap oleh masyarakat setempat memiliki nilai pangan yang lebih tinggi dibandingkan pangan lainnya serta diidentikkan dengan acara ritual-ritual adat setempat.

Beberapa jenis makanan yang dianggap memiliki nilai pangan yang tinggi serta harus selalu ada di setiap ritual di Kasepuhan Ciptagelar antara lain kue dodol. Kue dodol di Kasepuhan ini dianggap sebagai '*Ratu Kue*' sehingga harus selalu dihadirkan di setiap acara ritual. Ada pun yang unik dari kue dodol pada masyarakat ini, yaitu kue dodol yang digunakan untuk sesajen, acara hajatan, atau pun untuk ritual-ritual tertentu harus dibuat sendiri dan tidak boleh diperoleh dengan cara membeli. Selain itu, kue dodol tersebut harus dibuat paling terakhir di antara masakan-masakan yang lain atau sebagai penutup dari sekian banyak jenis masakan yang dibuat. Beras ketan yang digunakan sebagai bahan utama dodol juga diambil dari *leuit* yang terpisah dari *leuit* padi. Karena terbuat dari bahan-bahan yang alami seperti beras ketan, gula merah, dan kelapa, serta dibuat di atas tungku (menggunakan '*Rajah Bumi*') sehingga menghasilkan cita rasa yang sangat khas, enak, dan berbeda dengan cita rasa dodol yang dijual luas di pasaran. Selain itu, berdasarkan bahan baku yang digunakan yaitu beras ketan lokal melambangkan salah satu hasil sistem pertanian lokal yang masih dijunjung tinggi dan terus dipelihara oleh masyarakat.

Selain kue dodol, '*Congcot*' merupakan makanan yang dianggap memiliki nilai/ideologi khusus dan juga selalu dihadirkan di setiap ritual atau acara sesajen di Kasepuhan Ciptagelar. '*Congcot*' hampir menyerupai nasi tumpeng akan tetapi dengan ukuran yang lebih kecil. *Congcot* disajikan lengkap dengan lauk pauk seperti ayam goreng, sayur urap daun singkong, kering tempe, bali tahu, telur rebus, dan mentimun. Yang membedakan dengan nasi tumpeng biasa adalah ukurannya yang lebih kecil dan keharusan menggunakan ayam bekakak. Ayam negeri tidak boleh disajikan bersama *Congcot*, sebab menurut masyarakat setempat, daging ayam yang dapat digunakan untuk acara sesajen dan diterima oleh para leluhur mereka hanyalah ayam bekakak saja. *Congcot* dinilai memiliki nilai pangan lebih dibandingkan nasi tumpeng pada umumnya sebab *congcot* juga dibuat dengan menggunakan beras lokal yang merupakan simbol sistem pertanian tradisional Kasepuhan Ciptagelar serta telah diwariskan secara turun-temurun hingga saat ini.



Gambar 5. Salah satu jenis jajanan asli di Kasepuhan Ciptagelar

Adapun selain kue dodol dan *congcol*, beberapa jenis pangan yang memiliki ideologi khusus pada masyarakat Kasepuhan Ciptagelar antara lain adalah beberapa jajanan yang juga terbuat dari beras ketan lokal dan juga pisang mas. Beberapa jenis makanan tersebut selalu dihadirkan dalam setiap acara ritual/upacara adat dan telah menjadi budaya pada masyarakat tersebut. Adapun buah pisang mas juga merupakan jenis buah yang dapat tumbuh baik dan banyak ditanam oleh masyarakat setempat.

Pola Konsumsi Keluarga

Menurut Madanijah (2010), pola konsumsi pangan merupakan susunan jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu. Pola konsumsi masyarakat ini dapat menunjukkan tingkat keragaman pangan masyarakat yang selanjutnya dapat diamati dari parameter pola pangan harapan (PPH). Sedangkan menurut Soehardjo (2003), pola konsumsi pangan didefinisikan sebagai cara seseorang atau kelompok orang dalam memilih dan mengonsumsi makanan sebagai tanggapan pengaruh psikologi, fisiologi, budaya, dan sosial.

Konsumsi pangan individu di tingkat rumahtangga umumnya dipengaruhi oleh banyak faktor yang saling berkaitan satu dengan yang lain. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah ketersediaan pangan, jenis, serta jumlah pangan dalam rumahtangga yang biasanya berkembang dari pangan pokok daerah setempat atau dari pangan yang telah ditanam, yang apabila pangan tersedia secara kontinyu, maka akan dapat membentuk kebiasaan makan individu dalam suatu rumahtangga (Riyadi 1996). Selain itu, faktor lain yang juga mempengaruhi konsumsi pangan yaitu pola sosial budaya wilayah setempat. Budaya tertentu dapat mempengaruhi seseorang dalam memilih serta mengonsumsi pangan. Hal tersebut juga turut mempengaruhi jenis pangan harus diproduksi, cara pengolahan, penyaluran, penyiapan, serta penyajian pangan. Sementara itu, pilihan atau preferensi pangan umumnya ditentukan oleh adanya faktor penerimaan atau penolakan terhadap pangan oleh seseorang atau sekelompok orang (Riyadi 1996).

Hampir keseluruhan rumahtangga yang menjadi sampel dalam penelitian ini (95,4%) memiliki frekuensi makan sebanyak tiga kali dalam sehari dan hanya sekitar 5% saja rumahtangga yang memiliki kebiasaan makan dua kali dalam sehari. Tidak terdapat rumahtangga yang anggota keluarganya makan kurang dari dua kali atau lebih dari tiga kali dalam satu hari. Hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan frekuensi makan rumahtangga dalam sehari pada masyarakat Ciptagelar telah dapat dikategorikan baik. Sebagaimana dikemukakan oleh Warmbrand (2000) bahwa pola makan yang baik adalah dengan memulai sarapan pagi sebelum beraktivitas, makan siang sebelum muncul rangsangan lapar, serta makan malam sebelum tidur. Selanjutnya Heather *et al.* (2010) juga menambahkan bahwa makan dengan porsi biasa sebanyak tiga kali dalam sehari merupakan strategi yang lebih baik untuk mengurangi berat badan dari pada beberapa kali makan dengan porsi yang lebih kecil.

Hampir seluruh rumahtangga juga memiliki kebiasaan makan bersama-sama dengan anggota keluarganya. Hal ini ditunjukkan yaitu lebih dari 90% rumahtangga mempunyai kebiasaan makan bersama dengan anggota keluarganya. Ada pun umumnya waktu

makan yang paling sering dan biasa dilakukan bersama-sama oleh sebagian besar rumahtangga adalah waktu makan pagi (81,5%) serta waktu makan malam (93,8%). Makan pagi atau sarapan bersama anggota keluarga umum dilakukan oleh masyarakat Ciptagelar sebelum memulai beraktivitas sehari-hari. Sebagaimana diketahui bahwa hampir seluruh masyarakat Ciptagelar bermata pencaharian sebagai petani, sehingga aktivitas sehari-hari masyarakat tersebut adalah bercocok tanam dan berladang baik di sawah atau pun ladang, sedangkan sebagian besar masyarakat perempuan umumnya menumbuk padi atau ikut bercocok tanam bersama suami, sehingga kebiasaan makan pagi bersama dengan anggota keluarga selalu dilakukan sebelum beraktivitas sebagai sumber energi.

Adapun kebiasaan makan malam yang juga dilakukan oleh hampir seluruh rumahtangga memiliki alasan yaitu karena waktu malam adalah waktu berkumpul bersama anggota keluarga setelah seharian bekerja/beraktivitas, sehingga dengan makan malam bersama akan dapat mempererat hubungan kasih sayang antar anggota keluarga serta dapat meningkatkan nafsu makan karena adanya suasana kebersamaan. Hal ini juga diungkapkan oleh Elgar *et al.* (2012) bahwa kebiasaan makan bersama keluarga selain baik untuk kesehatan, juga baik untuk pembentukan mental serta kestabilan emosional anak. Dengan adanya kebersamaan saat menikmati makanan, dapat memberikan kesempatan pada keluarga untuk saling berbagi masalah dan pengalaman. Orangtua pun dapat memberikan solusi pada masalah yang dikeluhkan anak. Berdasarkan penelitian tersebut, diketahui bahwa semakin sering makan bersama keluarga maka semakin kecil kemungkinan anak akan merasa cemas dan kesepian serta kemungkinan anak membolos sekolah atau bertengkar dengan teman. Di samping itu, makan bersama keluarga berhubungan erat dengan rendahnya masalah emosional pada anak, itulah sebabnya kebiasaan makan bersama dengan anggota keluarga sangat baik dan penting untuk dilakukan (Elgar *et al.* 2012).

Kebiasaan makan siang bersama umumnya jarang dilakukan oleh sebagian besar rumahtangga di Kasepuhan Ciptagelar dan hanya dipraktikkan oleh sekitar 44,6% rumahtangga. Hal ini mengingat hampir setiap hari masyarakat di kasepuhan tersebut berangkat ke sawah atau ladang pada pagi hari setelah makan pagi dan baru kembali setelah menjelang sore. Anak-anak di kasepuhan tersebut juga lebih banyak menghabiskan waktu siang di sekolah atau bersama teman-teman sebayanya, sementara ibu-ibu di kasepuhan tersebut juga memiliki kegiatan rutin gotong-royong menumbuk padi di lesung desa hingga tengah hari sehingga jarang rumahtangga yang memiliki kebiasaan makan bersama di waktu siang. Adapun beberapa rumahtangga yang membiasakan makan siang bersama yaitu antara lain dengan cara ibu membawakan bekal makan siang untuk suami dan anak-anaknya yang bekerja di sawah dan kemudian makan bersama di sawah. Akan tetapi hal tersebut tidak dilakukan oleh sebagian besar masyarakat, dan masyarakat di kasepuhan tersebut umumnya lebih memilih makan sendiri-sendiri sesuai kondisi pada saat siang hari.

Penentu menu makan dalam rumahtangga adalah istri. Istri berhak memilihkan dan menentukan menu makan untuk keluarganya sesuai dengan ketersediaan pangan serta kondisi keuangan dalam rumahtangga. Suami dan anak pada kasepuhan tersebut hampir seluruhnya tidak memiliki peran perihal urusan dapur, mengingat adanya aturan adat

Kasepuhan Ciptagelar yang juga hanya memperbolehkan istri untuk masuk ke dalam 'Pedaringan' atau tempat penyimpanan beras di dalam rumah. Oleh karena itu, perihal masak-memasak termasuk menentukan menu makan sehari-hari seluruhnya diserahkan kepada istri.

Tabel 3. Persentase rumahtangga menurut prioritas makan dalam rumahtangga

Prioritas pemberian makan	Anggota rumahtangga	n	%
Yang diutamakan dalam pembagian makanan keluarga	Istri	0	0,0
	Suami	21	77,8
	Anak balita	4	14,8
	Lainnya	2	7,4
Yang didahulukan jika makananya sedikit	Istri	0	0,0
	Suami	20	43,5
	Anak	26	56,5

Umumnya rumahtangga di Kasepuhan Ciptagelar lebih mengutamakan atau memprioritaskan suami dalam hal pembagian makanan keluarga dibandingkan anggota keluarga lainnya. Hal ini tentunya diperkuat dengan alasan sebagian besar responden yang mengatakan bahwa suami adalah pencari nafkah keluarga serta menanggung beban pekerjaan yang paling berat dalam keluarga sehingga mendapatkan prioritas utama dalam hal pembagian makanan. Meski demikian, pada saat persediaan makan keluarga dalam kondisi sedikit atau kurang, persentase rumahtangga yang mendahulukan anak lebih tinggi dibandingkan rumahtangga yang mendahulukan suami. Hal ini berarti bahwa meskipun suami adalah orang yang paling diprioritaskan dalam hal pembagian makan, tidak berarti bahwa ibu atau istri mengabaikan kebutuhan pangan anak-anaknya.

Umumnya rumahtangga yang memiliki ketersediaan pangan pokok dan lauk yang cukup untuk keluarga, akan membagikan makanan tersebut secara merata untuk seluruh anggota keluarga, sedangkan prioritas pembagian makan yang kurang merata umumnya dikarenakan pendapatan dan ketersediaan lauk pauk yang kurang serta jumlah anggota keluarga yang besar. Terkait hal tersebut, sebagaimana dikemukakan oleh Soehardjo (2003), bahwa banyaknya anggota keluarga dapat mempengaruhi konsumsi pangan keluarga. Jumlah anggota keluarga yang semakin besar tanpa diimbangi dengan meningkatnya pendapatan akan menyebabkan pendistribusian konsumsi pangan akan semakin tidak merata.

Beberapa alasan responden yang memilih untuk memprioritaskan suami dalam hal pembagian makanan keluarga antara lain terkait peran suami sebagai kepala keluarga dan pencari nafkah serta sebagai orang yang paling dihormati dalam keluarga. Sementara itu, responden yang lebih memprioritaskan anak khususnya pada saat kondisi persediaan makanan keluarga sedikit, umumnya beralasan agar anak dapat tumbuh sehat dan juga karena anak belum dapat mencari nafkah/makan sendiri.

Jenis Makanan yang Disukai

Kesukaan/preferensi rumahtangga terhadap suatu jenis makanan tertentu dapat mempengaruhi kualitas maupun kuantitas konsumsi pangan rumahtangga tersebut (Soehardjo 1989). Tingkat kesukaan individu atau rumahtangga terhadap jenis makanan tertentu dapat diperoleh dari pengalaman yang dianggap menyenangkan terhadap pangan tersebut atau sebaliknya, sehingga menimbulkan sikap suka atau tidak suka yang kemudian berpengaruh terhadap pemilihan makanan.

Jenis lauk yang paling disukai oleh sebagian besar rumahtangga adalah ikan asin. Hal ini karena menurut sebagian besar rumahtangga, ikan asin sangat terjangkau harganya serta dapat bertahan cukup lama dibandingkan jenis ikan-ikan lainnya. Sebagian rumahtangga yang memiliki kolam atau tambak memilih jenis ikan air tawar seperti ikan lele dan ikan mas sebagai jenis lauk yang paling disukai (20,5%). Sementara itu, terdapat pula beberapa rumahtangga yang memilih daging ayam, tahu, telur, dan tempe sebagai lauk yang paling digemari. Meskipun terdapat beberapa rumahtangga mengatakan paling menyukai lauk berupa daging ayam atau daging sapi/kambing, namun bukan berarti bahwa mereka sering mengonsumsi daging-daging tersebut dikarenakan faktor ekonomi/keuangan keluarga. Umumnya semua rumahtangga di kampung Ciptagelar mengonsumsi daging ayam atau daging sapi saat berlangsungnya upacara-upacara adat di kampung tersebut.



Gambar 6. Menu makanan di Kasepuhan Ciptagelar

Beberapa jenis sayuran seperti daun singkong, bayam, dan kangkung merupakan jenis sayur yang paling disukai oleh sebagian besar rumahtangga di Kasepuhan Ciptagelar karena sayur-sayuran tersebut banyak ditanam serta mudah diperoleh di kasepuhan tersebut. Sedangkan jenis sayur-sayuran lainnya seperti mentimun, daun melinjo, buncis, kacang-kacangan, labu siam, terong, serta sawi yang juga menjadi kesukaan dari beberapa rumahtangga kampung tersebut umumnya diperoleh dengan cara membeli dari pedagang sayur keliling yang datang di kampung Ciptagelar sebanyak dua kali

dalam seminggu, meskipun terdapat pula beberapa rumahtangga yang menanam sendiri jenis-jenis sayuran tersebut.

Dalam hal kebiasaan konsumsi jajanan, rata-rata setiap rumahtangga memiliki kesukaan serta kebiasaan konsumsi jajan yang berbeda-beda. Sebagaimana dikemukakan oleh Khomsan (2003), yaitu pada dasarnya perilaku konsumsi jajan merupakan bentuk penerapan dari kebiasaan jajan. Perilaku konsumsi jajan seperti halnya perilaku lainnya pada diri seseorang, keluarga, atau masyarakat, dipengaruhi oleh wawasan dan cara pandang serta faktor-faktor lain yang berkaitan dengan tindakan yang tepat. Di lain sisi, perilaku konsumsi jajan juga dipengaruhi oleh wawasan atau cara pandang seseorang terhadap masalah makanan dan kesehatan (Khomsan 2003).

Terdapat beberapa jenis jajanan yang paling disukai oleh sebagian besar rumahtangga Kasepuhan Ciptagelar berdasarkan wawancara kepada sejumlah responden. Bakso merupakan jenis jajanan atau makanan selingan yang paling disukai oleh sebagian rumahtangga (20%). Bakso menjadi jenis jajanan yang paling disukai karena rasanya yang enak, cukup mengenyangkan, harganya yang relatif murah, serta mudah diperoleh di kampung tersebut karena terdapat satu warga yang menjual serta mempunyai warung bakso di rumahnya.

Selanjutnya jajanan seperti kerupuk, permen, *snack chiki*, es lilin, coklat, dan biskuit merupakan jajanan yang juga disukai, khususnya oleh anak-anak di Kasepuhan Ciptagelar. Di samping itu, beberapa responden mengatakan menyukai gorengan, kacang, mie ayam, sosis, roti, serta beberapa jenis minuman termasuk kopi. Terkait dengan minuman kopi, berdasarkan *recall* yang dilakukan terhadap masing-masing rumahtangga, lebih dari 90% rumahtangga menyebutkan kopi sebagai minuman wajib harian dalam rumahtangga dan bahkan telah menjadi seperti makanan pokok sehari-hari karena efeknya yang dapat menyegarkan tubuh serta menjadikan semangat untuk bekerja. Sementara itu, rumahtangga yang tidak menganggap kopi sebagai minuman wajib setiap hari mengatakan kopi sebagai selingan atau jajanan yang disukai saja.

Sebagaimana jenis pangan lainnya, masing-masing rumahtangga juga memiliki preferensi yang berbeda-beda terhadap jenis buah-buahan. Jenis buah yang paling disukai oleh sebagian besar rumahtangga adalah jeruk, yaitu sebanyak 31,9%. Jeruk banyak disukai karena rasanya yang segar dan juga ditanam oleh beberapa warga di kampung tersebut. Selanjutnya buah pisang juga menjadi salah satu jenis buah yang paling disukai oleh rumahtangga. Beberapa jenis pisang, seperti pisang susu, pisang ulin, dan pisang raja umumnya banyak ditanam di kebun atau di pekarang rumah sehingga mudah diperoleh dan menjadi salah satu jenis buah yang paling disukai. Buah-buahan lainnya yang juga disukai oleh rumahtangga antara lain seperti mangga, sawo, kelengkeng, apel, salak, semangka, rambutan, melon, dan lain sebagainya. Umumnya sebagian besar rumahtangga memperoleh buah-buahan tersebut dengan cara membeli di pedagang sayur keliling atau membeli dari luar kampung, dan juga beberapa berasal dari pemberian warga lain atau saudara saat ada acara tertentu.

Frekuensi Konsumsi Pangan

Makanan pokok (pangan sumber karbohidrat) masyarakat Kasepuhan Ciptagelar adalah beras dengan rata-rata frekuensi konsumsi sebanyak 3 kali/hari. Pangan sumber karbohidrat lain yang tergolong sering dikonsumsi masyarakat Kasepuhan Ciptagelar adalah singkong dan ubi dengan rata-rata frekuensi konsumsi sebanyak 5-6 kali/bulan.

Tabel 4. Frekuensi konsumsi pangan rumah tangga (kali/bulan)

Jenis pangan	Mean
Pangan sumber karbohidrat:	
Beras (kali/hari)	2,9
Singkong	6,2
Ubi jalar, talas	4,6
Pangan sumber protein hewani:	
Daging ayam	10,5
Daging kambing dan sapi	2,4
Ikan air laut	10,7
Ikan air tawar	6,8
Ikan asin	36,8
Telur ayam	11,0
Susu	22,3
Pangan sumber protein nabati:	
Tahu	11,5
Tempe	9,2
Oncom	6,9
Pangan sayuran daun:	
Bayam	9,6
Kangkung	8,8
Daun singkong	24,9
Pangan sayuran buah:	
Labu siam	10,1
Tomat	21,2
Mentimun	12,4
Pangan buah-buahan:	
Pepaya	1,8
Pisang	13,2
Jeruk dan sawo	4,5
Pangan jajanan (<i>snack</i>):	
Chiki, permen, coklat, biskuit	33,4
Jajanan gorengan	24,3
Kerupuk/keripik	42,6
Pangan lainnya (kali/hari):	
Gula	1,1
Teh	1,7
Kopi	3,1

Sementara itu, sumber pangan hewani yang paling sering dikonsumsi masyarakat Kasepuhan Ciptagelar sebagai sumber protein hewani adalah ikan asin (36,8 kali/bulan atau >1 kali/hari) dan susu (22,3 kali/bulan). Masyarakat Kasepuhan Ciptagelar sangat

jarang mengonsumsi daging sapi maupun kambing karena selain harga daging yang mahal, hal tersebut juga dikarenakan sapi dan kambing tersebut tidak diperuntukkan sebagai bahan makanan namun sebagai alat bantu membajak sawah. Pada umumnya, daging sapi ataupun kambing hanya dikonsumsi pada saat acara *Seren Taun* yang diadakan sekali dalam setahun. Selain itu, masyarakat Kasepuhan Ciptagelar juga sangat jarang mengonsumsi pangan sumber protein nabati. Rata-rata konsumsi pangan sumber protein nabati (tahu, tempe, dan oncom) hanya 3-4 hari sekali dalam sebulan. Hal ini dikarenakan penjual tahu, tempe, dan oncom hanya datang 2 kali dalam seminggu ke wilayah Kasepuhan Ciptagelar, sehingga akses terhadap pangan tersebut menjadi lebih sulit (Tabel 4).

Masyarakat Kasepuhan Ciptagelar jarang mengonsumsi sayuran daun dan sayuran buah, serta sangat jarang mengonsumsi buah-buahan. Sayuran daun yang paling sering dikonsumsi adalah singkong (25 kali/bulan). Selain singkong, sayuran daun lain yang juga biasa dikonsumsi adalah bayam dan kangkung. Sedangkan untuk sayuran buah yang paling sering dikonsumsi adalah tomat (21 kali/bulan). Selain tomat, sayuran buah yang juga biasa dikonsumsi oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar adalah labu siam dan ketimun (Tabel 4).

Buah-buahan yang cukup sering dikonsumsi adalah pisang (13,2 kali/bulan), sedangkan buah-buahan yang lain (pepaya, jeruk dan sawo) hanya dikonsumsi <1 kali/minggu. Hal tersebut dikarenakan tanaman sayuran daun, sayuran buah, dan buah-buahan tersebut adalah yang paling banyak ditanam di wilayah Kasepuhan Ciptagelar. Selain itu, kurangnya masyarakat Kasepuhan Ciptagelar yang mengonsumsi sayur dan buah juga disebabkan oleh jaranginya penjual sayur dan buah yang datang ke wilayah Kasepuhan Ciptagelar yaitu hanya 2 kali dalam seminggu. Menurut Muchtadi (2001), serat pangan yang terkandung dalam sayuran dapat mencegah terjadinya kanker usus besar, penyakit divertikular, penyakit kardiovaskuler, dan kegemukan (obesitas).

Mengonsumsi jajanan merupakan salah satu kebiasaan makan anak balita yang banyak dijumpai di masyarakat. Makanan jajanan adalah makanan yang dikonsumsi selain makanan yang disajikan di rumah dan pada umumnya berupa makanan ringan yang dikonsumsi sebagai makanan selingan (*snack*). Sebagian besar makanan jajanan mengandung tinggi karbohidrat, gula, dan penyedap rasa sintetis (Khomsan *et al.* 2009). Ada pun jajanan yang setiap hari dikonsumsi oleh anak-anak masyarakat Kasepuhan Ciptagelar adalah chiki, permen, kerupuk, dan coklat. Konsumsi makanan jajanan yang berlebihan jelas sangat tidak baik untuk kesehatan yang akhirnya dapat mempengaruhi status gizi balita. Makanan jajanan dapat menyebabkan kegemukan, kerusakan gigi, kekurangan serat karena konsumsi sayuran dan buah-buahan yang rendah, dan lain-lain.

Jenis pangan lainnya yang tidak termasuk ke dalam jenis-jenis pangan di atas termasuk ke dalam jenis pangan lain-lain. Pangan yang termasuk ke dalam pangan lain adalah pangan yang berfungsi sebagai pelengkap jenis pangan utama, menambah cita rasa, kesegaran, dan lain-lain (Khomsan *et al.* 2009). Pangan lainnya yang paling sering dikonsumsi adalah kopi (3 kali/hari), sedangkan gula dan teh hanya 2 kali/hari.

Intake Energi dan Kecukupan Gizi Rumah tangga

Rata-rata asupan energi dan zat gizi serta kecukupan gizinya disajikan pada Tabel 5. Terlihat bahwa *intake* energi rumah tangga rata-rata 2.800 kkal, yang tergolong jauh melebihi angka kecukupan gizi yang dianjurkan (145%). *Intake* protein juga tinggi yaitu 100 gram atau hampir dua kali lipat angka kecukupan protein.

Intake mineral yang dianalisis adalah kalsium dan besi. *Intake* kalsium rata-rata 870 mg. *Intake* kalsium ini sudah memenuhi angka kecukupan kalsium. Seperti *intake* kalsium, *intake* besi rata-rata juga sudah tinggi, yaitu 25 mg dan sudah melebihi angka kecukupan besi (160%). *Intake* besi yang tinggi kemungkinan karena konsumsi makanan sumber protein juga tinggi.

Intake vitamin yang disajikan disini adalah vitamin A dan vitamin C. *Intake* vitamin A dan vitamin C masih rendah, masing-masing 286 RE dan 22 mg. *Intake* vitamin A tersebut hanya memenuhi separuh kebutuhan vitamin A. *Intake* vitamin C lebih rendah lagi, yaitu hanya memenuhi sepertiga kebutuhan rumah tangga.

Tabel 5. *Intake* (asupan) gizi, AKG dan % AKG

Zat gizi	Intake	AKG	% AKG
Energi (kkal)	2.863,5	2.026,6	147,3
Protein (g)	100,0	52,9	192,3
Kalsium (mg)	872,9	775,2	112,4
Besi (mg)	25,1	15,9	160,7
Vitamin A (RE)	286,5	543,1	52,5
Vitamin C (mg)	22,3	73,6	30,2

Klasifikasi rumah tangga menurut tingkat kecukupan konsumsi energi dan zat gizi disajikan pada Tabel 6. Rumah tangga yang *intake* energinya di bawah 70% angka kecukupan gizi (AKG) merupakan rumah tangga yang tergolong rawan pangan (*food insecure*). Di Ciptagelar hanya sekitar 10% rumah tangga yang mengalami rawan pangan (Tabel 6). Angka ini tergolong kecil. Sedikitnya rumah tangga yang mengalami rawan pangan ini karena sistem pangan masyarakat adat Ciptagelar menganut pertanian subsisten. Adat Ciptagelar tidak memperbolehkan warganya menjual hasil pertanian (padi), artinya padi hasil pertanian hanya digunakan untuk kebutuhan sendiri setelah dikurangi dengan membayar “zakat” kepada pemimpin adat. Sistem seperti ini tentu saja akan menyelamatkan mereka dari kekurangan pangan (padi) selama pertanian padi berhasil baik dan luas lahan yang diusahakan memadai untuk memenuhi kebutuhannya.

Rumah tangga di Ciptagelar umumnya kurang mengkonsumsi sayur dan buah, sehingga banyak (di atas 75%) rumah tangga yang tingkat kecukupan vitaminnya dibawah 70% AKG (Tabel 6). Hal ini kemungkinan karena mereka lebih mementingkan pertanian pangan pokok atau hasil panen sayur dan buah diprioritaskan untuk dijual dalam upaya memenuhi kebutuhan ekonomi mereka.

Tabel 6. Persentase rumahtangga menurut tingkat kecukupan zat gizi

Zat Gizi	Klasifikasi % AKG			
	< 70	70 - 90	90 - 120	> 120
Energi	10,8	6,1	15,4	67,7
Protein	6,2	1,5	9,2	83,1
Kalsium	26,2	10,8	18,5	44,6
Besi	4,6	10,8	15,4	69,2
Vitamin A	75,4	10,8	6,2	7,7
Vitamin C	86,2	6,2	1,5	6,2

Analisis korelasi *Pearson* antara faktor sosio-ekonomi dengan tingkat kecukupan zat gizi memberikan hasil bahwa umur suami merupakan faktor sosio-ekonomi yang berhubungan signifikan ($p < 0,05$) dengan tingkat kecukupan energi dan berhubungan sangat signifikan ($p < 0,01$) dengan tingkat kecukupan zat besi rumahtangga. Umur istri juga berhubungan sangat signifikan dengan tingkat kecukupan zat besi rumahtangga. Hal tersebut antara lain disebabkan karena pengambil keputusan pada rumahtangga sebagian besar dilakukan oleh suami, sementara istri dan anggota keluarga cenderung patuh kepada suami. Suami yang lebih dewasa akan cenderung mengarahkan anggota keluarganya untuk lebih memprioritaskan anak dalam hal pemenuhan pangan. Begum *et al.* (2010) mengemukakan bahwa salah satu faktor sosio-ekonomi yang berpengaruh terhadap kecukupan zat gizi rumahtangga adalah umur orangtua. Dengan semakin dewasa dan semakin matang umur orangtua, maka akan semakin baik dalam hal penerapan pola asuh makan pada anggota keluarganya. Pangan dalam rumahtangga akan dibagikan secara merata atau lebih diprioritaskan untuk anak-anak dan balita mengingat anak-anak memerlukan asupan zat gizi yang cukup untuk proses pertumbuhannya.

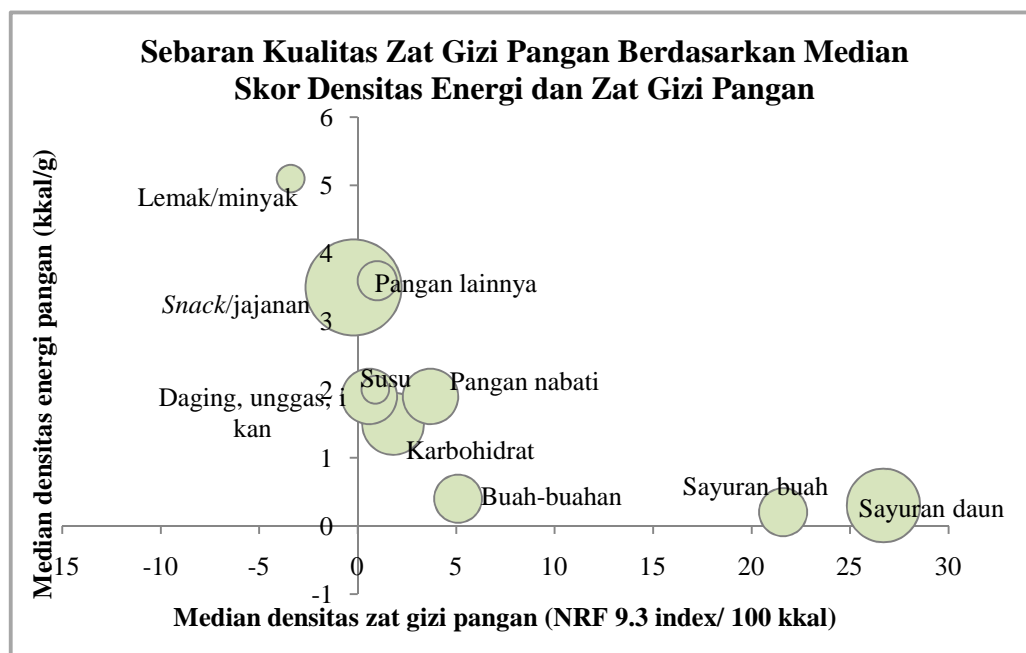
Analisis korelasi *Pearson* antara faktor kebiasaan makan dengan tingkat kecukupan zat gizi rumahtangga memberikan hasil bahwa frekuensi makan rumahtangga berhubungan signifikan dengan tingkat kecukupan protein ($p < 0,05$). Asupan protein rumahtangga pada masyarakat setempat utamanya diperoleh dari konsumsi nasi, mengingat ketersediaan padi yang cukup banyak pada masing-masing rumah tangga serta daya beli pangan sumber protein yang masih tergolong rendah pada masyarakat tersebut. Hal ini yang menjadi salah satu penyebab semakin sering frekuensi makan dalam rumahtangga, khususnya frekuensi konsumsi nasi berhubungan dengan semakin terpenuhinya tingkat kecukupan protein rumahtangga.

Diketahui pula bahwa preferensi konsumsi sayur-sayuran berhubungan sangat signifikan dengan tingkat kecukupan kalsium. Hal ini salah satunya karena frekuensi dan jumlah konsumsi sayur-sayuran pada masyarakat Kasepuhan Ciptagelar umumnya lebih banyak dibandingkan konsumsi pangan hewani sehingga asupan kalsium pada masyarakat tersebut utamanya diperoleh dari pangan sayur-sayuran.

Densitas Gizi Pangan

Drewnowski (2010) menjelaskan konsep densitas zat gizi pangan sebagai suatu instrumen yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi total energi serta komposisi zat gizi dari suatu pangan. Pada masyarakat perdesaan, skor densitas energi dan zat gizi pangan digunakan untuk mengidentifikasi kualitas zat gizi dari pangan yang umum dikonsumsi oleh masyarakat. Selanjutnya konsep densitas zat gizi khususnya dengan metode *Nutrient Rich Food* (NRF) 9.3 dapat digunakan untuk mengidentifikasi makanan yang mengandung zat gizi cukup dengan harga terjangkau sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan status gizi dan kualitas kesehatan masyarakat setempat (Drewnowski 2010).

Jenis pangan yang dihitung skor densitas energi dan densitas zat gizi adalah jenis pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga berdasarkan hasil *recall* 2 x 24 jam. Kemudian berdasarkan skor densitas energi dan zat gizi dari tiap-tiap pangan, didapat nilai *median* dari skor densitas energi dan zat gizi per kelompok pangan. Nilai *median* tersebut dapat untuk menggambarkan kualitas pangan yang umum dikonsumsi oleh masyarakat (Drewnowski 2010).



Gambar 7. Sebaran kualitas zat gizi pangan rumah tangga berdasarkan *median* skor densitas energi dan zat gizi pangan

Terlihat pada Gambar 7 bahwa semakin besar nilai median densitas zat gizi pangan dan semakin rendah nilai median densitas energi pangan maka semakin baik kualitas gizi pangan tersebut. Besar kecilnya lingkaran pada gambar tersebut menunjukkan keragaman jenis pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga di Kasepuhan Ciptagelar (Drewnowski 2009). Adapun sayuran daun, sayuran buah, dan buah-buahan secara berturut-turut memiliki kualitas pangan paling baik dibandingkan jenis pangan lain,

sedangkan berdasarkan keragaman jenis pangan yang dikonsumsi, jajanan dan sayuran daun merupakan kelompok pangan yang paling beragam dikonsumsi rumah tangga. Sayuran daun dan sayuran buah tergolong dalam kuintil 4 (skor 21 – 30) berdasarkan kategori kualitas zat gizi pangan menurut Drewnowski (2010), yang berarti memiliki kualitas zat gizi baik. Sementara itu, kelompok pangan jajanan dan lemak/minyak tergolong dalam kuintil 1 (skor <1) (Drewnowski 2010). Hal tersebut juga sesuai dengan grafik median densitas zat gizi pangan yang dikemukakan oleh Drewnowski (2009) bahwa jenis pangan jajanan khususnya yang mengandung tinggi gula dan juga pangan tinggi lemak/minyak tergolong kategori pangan dengan densitas zat gizi rendah. Dengan diketahuinya skor densitas energi dan zat gizi pangan dari tiap-tiap jenis pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga, diharapkan dapat semakin meningkatkan konsumsi pangan dengan kualitas gizi yang baik dan dengan harga terjangkau pada rumah tangga setempat.

Gambar 7 juga memberikan gambaran mengenai keragaman jenis pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga di Kasepuhan Ciptagelar. Meskipun beberapa kelompok pangan yang umum dikonsumsi rumah tangga setempat memiliki kualitas zat gizi yang cukup baik, namun masih tergolong kurang dalam hal keragaman jenis pangan yang dikonsumsi. Hal tersebut salah satunya dapat disebabkan hampir semua rumah tangga memiliki menu atau jenis pangan yang relatif sama untuk dikonsumsi setiap harinya. Adapun hal tersebut sebagai akibat dari kondisi sosio-ekonomi yang cenderung sama pada masyarakat setempat sehingga pola konsumsi pangan yang terbentuk pun cenderung homogen

5. STATUS GIZI DAN KESEHATAN BALITA

Karakteristik balita meliputi umur, berat badan, dan tinggi badan disajikan pada Tabel 7. Umur rata-rata balita di Kasepuhan Ciptagelar adalah 27 bulan, dengan rata-rata berat badan 11 kg dan tinggi badan 83 cm. Rata-rata umur balita sudah lebih dari dua tahun sehingga anak tersebut berpeluang lebih besar kontak dengan lingkungannya. Anak sudah lebih sering bermain keluar rumah, sehingga peluang kontak dengan penyakit juga semakin besar.

Tabel 7. Karakteristik balita di Kasepuhan Ciptagelar

Karakteristik balita	Rata-rata \pm Sd
Umur (bulan)	27,7
Berat Badan (kg)	11,1
Tinggi Badan (cm)	83,0

Status gizi dilihat dari indeks berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), berat badan menurut tinggi badan (BB/TB), dan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U). Status gizi anak balita disajikan pada Tabel 8. Pada Tabel 8 terlihat bahwa prevalensi *underweight* 12,5%, prevalensi *stunting* 31%, prevalensi *wasting* 12,5%, dan prevalensi kurus (*thin*) 25%. Prevalensi *stunting* ini sedikit lebih rendah dibandingkan dengan prevalensi *stunting* di Indonesia hasil Risesdas tahun 2010 (Kemenkes 2011). Prevalensi *wasting* diatas 10% merupakan tergolong tinggi sebagai masalah kesehatan masyarakat, begitu pula prevalensi *stunting* di atas 30% juga tergolong tinggi sebagai masalah kesehatan masyarakat menurut klasifikasi WHO (1995). Keadaan ini menunjukkan bahwa anak-anak di Ciptagelar tidak hanya mengalami masalah gizi akut melainkan juga mengalami masalah gizi kronis. Jika dilihat nilai Z-skor, rata-rata z-skor BB/U, TB/U, BB/TB, dan IMT/U masing-masing adalah -0,93; -0,61; -0,43; dan -0,44. Berdasarkan nilai z-skor tampaknya masih tergolong normal.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa semakin tinggi umur ibu maka semakin baik status gizi anak balita. Persamaan regresinya adalah sebagai berikut:

$$\text{Status gizi (ZTBU)} = -15,468 + 0,753 \text{ usia ibu} + \epsilon;$$
$$\text{Adjusted } R^2 = 0,531 ; p = 0,002$$

Kemungkinan dengan semakin dewasa usia ibu semakin berpengalaman merawat anak, sehingga semakin baik perawatan/pengasuhan anaknya.

Tabel 8. Sebaran balita menurut status gizi saat ini

Kategori status gizi	BB/U		TB/U		BB/TB		IMT/U	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang (Z score < -2)	2	12,5	5	31,2	2	12,5	4	25,0
Normal (-2 < Z score < +2)	14	87,5	9	56,3	12	75,0	10	62,5
Lebih (Z score > +2)	0	0,0	2	12,5	2	12,5	2	12,5
Rataan Z-skor	-0,93		-0,61		-0,43		-0,44	

Status Kesehatan Balita

Status kesehatan anak balita dianalisis dari lama sakit yang diderita satu bulan terakhir. Pada Tabel 9 disajikan lama sakit yang diderita selama 1 bulan terakhir. Jenis penyakit yang ditemukan adalah diare, demam, dan ISPA. Penyakit diare diderita rata-rata 2,5 hari, demam 2,7 hari, dan ISPA 6,9 hari. Penyakit ISPA merupakan yang terlama diderita anak apabila mereka mengalami sakit.

Tabel 9. Lama (hari) sakit balita dalam satu bulan terakhir

Jenis penyakit	Lama (hari)	n	%
Diare	2,5	-	-
Demam	2,7	9	56,3
ISPA (Batuk pilek)	6,9	10	62,5

Intake Energi dan Kecukupan Gizi Balita

Anak balita merupakan kelompok penduduk yang rawan terhadap kekurangan gizi. Penilaian terhadap *intake* energi dan zat gizi anak balita dapat menggambarkan seberapa rawan anak balita mengalami kekurangan energi dan zat gizi dalam rumah tangga mereka. Rata-rata *intake* energi dan protein anak balita masing-masing 1.180 kkal dan 31 gram protein (Tabel 10). Secara rata-rata *intake* energi dan protein anak balita sudah melebihi kecukupan energi dan proteinnya.

Intake mineral, dalam hal ini kalsium dan besi, juga sudah melebihi kecukupan gizi. *Intake* kalsium dan besi masing-masing 475 mg dan 5,9 mg atau lebih dari satu setengah kali AKG (Tabel 9). Pemenuhan kebutuhan kalsium ini penting untuk pertumbuhan tulang anak, sedangkan pemenuhan besi untuk menjamin agar anak tidak mengalami anemia gizi besi.

Intake vitamin A anak balita rata-rata 624 RE dan ini sudah melebihi kecukupan gizinya (Tabel 10). Keadaan sebaliknya terjadi pada *intake* vitamin C. *Intake* vitamin C masih rendah (hanya 23 mg). *Intake* vitamin C ini hanya memenuhi separuh kecukupan vitamin C. *Intake* vitamin C yang rendah ini tidak mampu memenuhi kebutuhan fisiologis tubuhnya, karena itu kemungkinan tidak mampu untuk membantu memperlancar penyerapan besi serta memenuhi peran antioksidan.

Tingkat kecukupan protein sangat dipengaruhi oleh pendapatan keluarga. Semakin tinggi pendapatan maka semakin tinggi juga tingkat kecukupan protein anak balita. Pendapatan yang lebih baik memungkinkan rumahtangga untuk mengakses makanan sumber protein yang lebih baik. Persamaan regresinya adalah:

$$\text{Tingkat kecukupan protein} = 47.793 + 0,619 \text{ pendapatan perkapita} + \epsilon;$$

$$\text{Adjusted } R^2 = 0,336; p = 0,014$$

Tabel 10. *Intake* (asupan) gizi, AKG dan % AKG balita

Zat gizi	<i>Intake</i>	AKG	% AKG
Energi (kcal)	1.179,6	971,9	135,9
Protein (g)	31,2	23,8	157,8
Kalsium (mg)	476,7	431,3	160,5
Besi (mg)	5,9	7,0	199,2
Vitamin A (RE)	624,2	409,4	157,5
Vitamin C (mg)	23,6	44,4	54,6

Akan tetapi kalau dianalisis sebaran anak balita menurut klasifikasi AKG (Tabel 11) ternyata masih ditemukan anak balita yang *intake* gizinya kurang dari 70% AKG, masing-masing 18% untuk energi, 25% untuk protein, 56% untuk kalsium, 12% untuk besi, 56% untuk vitamin A, dan 62% untuk vitamin C.

Tabel 11. Persentase balita menurut tingkat kecukupan konsumsi zat gizi

Zat Gizi	Klasifikasi % AKG			
	< 70	70 - 90	90 - 120	> 120
Energi	18,8	25,0	12,5	43,8
Protein	25,0	12,5	12,5	50,0
Kalsium	56,3	0,0	12,5	31,3
Besi	56,3	12,5	12,5	18,8
Vit. A	56,3	0,0	6,3	37,5
Vit. C	62,5	6,3	6,3	25,0

Jika dibandingkan dengan proporsi kecukupan 70% di tingkat rumahtangga, maka proporsi anak balita yang *intake*-nya di bawah 70% AKG lebih besar. Artinya anak balita merupakan kelompok yang kurang diprioritaskan pemenuhan gizinya. Hal ini mungkin saja terjadi pada keadaan-keadaan: 1) di mana budaya setempat masih memprioritaskan makanan untuk kepala keluarga sebagai pencari nafkah, 2) ketidaktahuan ibu tentang gizi dan kebutuhan gizi anak, 3) ibu sibuk bekerja di ladang sehingga anak cenderung “ditelantarkan”.

6. COPING STRATEGY

Coping strategy dapat diartikan sebagai upaya yang dilakukan seseorang dalam mengatasi situasi/keadaan yang tidak menguntungkan. Secara umum coping adalah sebuah strategi yang dapat membantu seseorang untuk mengurangi stress dan membantu menyelesaikan masalah. Perbedaan budaya mempengaruhi upaya *coping* seseorang. Strategi *coping* tidak dapat dinyatakan efektif atau tidak efektif tanpa mempertimbangkan keadaan individu. Strategi coping masing-masing individu baiknya dilihat dan diukur dengan konteks sosial, budaya dan situasional (Donnelly 2003 dalam Mutiara 2008).

Menurut Martianto *et al.* (2006), *coping strategy* rumahtangga diklasifikasikan menjadi dua, yaitu tahap adaptasi dan divestasi. Tahap adaptasi dilakukan saat kondisi ketidaktahanan pangan rumahtangga berada pada tingkat sedang, sedangkan divestasi dilakukan saat kondisi ketidaktahanan pangan berada pada tingkat tinggi dan parah. Strategi yang dilakukan pada tahap adaptasi, antara lain perubahan pola diet, pengurangan frekuensi makan, konsumsi pangan yang tidak lazim, berhutang, serta mencari pekerjaan di tempat lain untuk sementara. Sedangkan pada tahap divestasi, strategi yang dilakukan antara lain menjual aset liquid dan aset produktif, migrasi (pindah selamanya).

Dalam mengatasi masalah yang dihadapi, keluarga perlu mengembangkan strategi adaptasi yang memadai, yang salah satunya adalah *food coping*. Menurut Maxwell *et al.* (1999) strategi *food coping* dapat diartikan sebagai upaya yang dilakukan seseorang dalam mengatasi keadaan yang tidak menguntungkan termasuk pada saat menurunnya akses terhadap pangan. Dalam situasi/keadaan seperti ini seseorang dapat berupaya dengan mengandalkan kemampuan intelektual, kemampuan fisik/biologi maupun material. Strategi ini juga biasanya dilakukan untuk mendayagunakan alat tukar sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dalam mendapatkan pangan untuk menjamin kelangsungan hidup diri orang tersebut dan anggota rumahtangganya (Sen 1982). Strategi *coping* pangan yang biasa dilakukan adalah melalui pemanfaatan aset, atau simpanan yang dimiliki (Mutiara 2008).

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan *coping strategy* adalah upaya-upaya yang dilakukan masyarakat ketika menghadapi situasi sulit terkait dalam keterbatasan pendapatan. Penghasilan masyarakat Ciptagelar yang paling utama bersumber pada bidang pertanian. Dalam situasi sulit yang menyebabkan pendapatan berkurang separoh responden menyatakan tidak pernah dan jarang mencari pekerjaan sampingan (lihat Tabel 12). Terdapat 18,5% responden yang kadang-kadang mencari pekerjaan sampingan, sedang yang sering dan selalu mencari pekerjaan sampingan berjumlah 29,2%. Dengan memperhatikan situasi geografis Ciptagelar, maka pekerjaan sampingan mungkin tidak mudah diperoleh. Kalau di pinggiran kota, profesi sebagai tukang ojek relatif populer sebagai pekerjaan utama maupun sampingan. Oleh sebab itu, dapat dimaklumi kalau separo responden tidak berusaha mendapatkan pekerjaan sampingan dan menerima keterbatasan pendapatan sebagai hal wajar yang memang harusnya terjadi pada saat-saat tertentu.

Tabel 12. *Coping strategy* terkait dengan upaya meningkatkan pendapatan

<i>Coping Strategy</i>	Tidak pernah		Jarang		Kadang-kadang		Sering		Selalu	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Mencari pekerjaan sampingan	22	33,8	12	18,5	12	18,5	14	21,5	5	7,7

Dalam situasi keterbatasan ekonomi masyarakat mungkin akan melakukan proses adaptasi yang mengarah pada perubahan kebiasaan makan. Yang pertama dilakukan masyarakat untuk menghadapi kendala pendapatan adalah membeli makanan yang lebih murah (lihat Tabel 13). Hal ini dinyatakan selalu oleh 23,1% responden di Kasepuhan Ciptagelar, sering (24,6%), dan kadang-kadang (16,9%). Makanan umumnya dapat disubstitusi manakala terjadi kelangkaan komoditi atau ada kendala pendapatan. Misalnya pangan hewani daging atau telur bisa diganti pangan nabati tahu/tempe yang harganya lebih murah. Namun, ada pula makanan yang sulit tergantikan oleh pangan lain seperti beras. Beras menjadi makanan pokok bagi masyarakat Indonesia umumnya termasuk masyarakat di Kasepuhan Ciptagelar. Meski sebagai sumber energi beras dapat digantikan oleh umbi-umbian, namun umumnya masyarakat akan berupaya dengan segala kemampuan untuk memperoleh beras bagi keluarganya. Bagi masyarakat Kasepuhan Ciptagelar, beras disimpan di dalam *leuit* sebagai cadangan yang sewaktu-waktu dapat digunakan. Oleh sebab itu, masyarakat Kasepuhan Ciptagelar sesungguhnya sangat jarang mengalami *shortage* atau keterbatasan suplai pangan khususnya beras.

Tabel 13. *Coping strategy* terkait dengan perilaku perubahan kebiasaan makan

<i>Coping Strategy</i>	Tidak pernah		Jarang		Kadang-kadang		Sering		Selalu	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Membeli makanan yang lebih murah harganya	10	15,4	13	20,0	11	16,9	16	24,6	15	23,1
Mengurangi jenis pangan yang dikonsumsi (misal: dari 3 jadi 2 jenis)	22	33,8	18	27,7	7	10,8	15	23,1	3	4,6
Mengubah prioritas pembelian pangan	26	40,0	13	20,0	8	12,3	13	20,0	5	7,7
Mengurangi porsi makan	53	81,5	8	12,3	4	6,2	0	0,0	0	0,0

Hal kedua yang dilakukan masyarakat terkait dengan kendala pendapatan adalah mengurangi jenis pangan yang dikonsumsi. Hal ini dinyatakan selalu oleh 4,6% responden, sering (23,1%), dan kadang-kadang (10,8%). Lebih separuh lainnya

menyatakan tidak pernah dan jarang. Dalam pola hidup sederhana seperti dipraktekkan oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar, maka konsumsi panganpun sebenarnya jauh dari kemewahan sebagaimana dipraktekkan masyarakat di kota-kota besar. Itulah sebabnya, lebih separoh responden tidak melakukan atau jarang melakukan *strategy coping* dalam bentuk mengurangi jenis pangan. *Strategy coping* dalam bentuk mengubah prioritas pembelian pangan mempunyai profil angka persentase yang mirip dengan strategi sebelumnya. Strategi terakhir yakni mengurangi porsi makanan mempunyai profil angka persentase yang berbeda dan hal ini bisa dilihat dari Tabel 13 bahwa 81,5% responden menyatakan tidak pernah mengurangi porsi makan meski sedang mengalami kendala pendapatan. Makan adalah kebutuhan fisiologis yang utama, oleh karena itu dalam situasi apapun kebutuhan akan hal ini harus diutamakan.

Tabel 14. *Coping strategy* terkait dengan perilaku penyegeraan akses terhadap pangan

<i>Coping Strategy</i>	Tidak pernah		Jarang		Kadang-kadang		Sering		Selalu	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Menerima bantuan pangan dari pemerintah (Raskin)	54	83	7	11	4	6	0	0	0	0
Menerima makanan dari saudara	13	20	20	31	6	9	20	31	6	9

Penyegeraan akses pangan sebagaimana dapat dilihat pada Tabel 14 menunjukkan bahwa masyarakat Kasepuhan Ciptagelar tidak pernah (83%) dan jarang (11%) menerima bantuan pangan dari pemerintah (raskin). Dalam hal beras, diketahui bahwa masyarakat Kasepuhan Ciptagelar dapat dinyatakan telah mandiri pangan. Kepemilikan *leuit* sebagai lumbung pangan untuk setiap keluarga telah menjamin ketersediaan beras bagi masyarakat Kasepuhan Ciptagelar sehingga mereka tidak membutuhkan raskin. Namun demikian, sebagian masyarakat karena didorong oleh budaya gotong royong atau saling membantu, terdapat 31% yang sering menerima makanan dari saudara atau bahkan selalu menerima makanan dari saudara (9%).

Coping strategy untuk pembelian tunai yang kadang-kadang dilakukan oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar adalah meminjam uang (24,6%) atau berhutang di warung (30,8%) (lihat Tabel 15). Mereka tidak pernah menggadaikan barang atau menjual aset barang-barang rumahtangga. Pola tradisional dengan sistem gotong royong yang masih sangat menonjol lebih mengutamakan proses peminjaman daripada penggadaian. Kesederhanaan pemukiman yang dijumpai di Kasepuhan Ciptagelar adalah potret kesederhaan hidup. Dengan kebutuhan dan cara hidup yang relatif sederhana, maka sebenarnya belum banyak *demand* atau tuntutan sebagaimana *demand* masyarakat kota.

Tabel 15. *Coping strategy* terkait dengan perilaku penyegeraan akses untuk pembelian tunai

<i>Coping Strategy</i>	Tidak pernah		Jarang		Kadang-kadang		Sering	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Menggadaikan aset untuk membeli kebutuhan pangan	60	92,3	2	3,1	2	3,1	1	1,5
Menjual aset yang tidak produktif (piring, gelas, lemari, dll)	62	95,4	2	3,1	0	0,0	1	1,5
Menjual aset yang produktif (hewan peliharaan, sepeda, tanah)	50	76,9	9	13,8	4	6,2	2	3,1
Meminjam uang	30	46,2	14	21,5	16	24,6	5	7,7
Membeli pangan dengan hutang di warung	18	27,7	15	23,1	20	30,8	12	18,5

Tabel 16 menunjukkan bahwa *coping strategy* untuk perubahan distribusi dan frekuensi makan relatif tidak pernah atau jarang dilakukan. Hal ini menunjukkan bahwa *shortage* akses pangan mungkin relatif jarang terjadi sehingga mereka tidak pernah melakukan *coping strategy* sebagaimana ditanyakan dalam penelitian ini. Tentang pengurangan frekuensi makan, hal ini hanya dinyatakan kadang-kadang oleh 3,1% responden dan tidak seorangpun yang menyatakan sering atau selalu. Dinyatakan oleh responden bahwa mereka (98,5%) tidak pernah melewati hari-hari tanpa makan. Sekali lagi ini menunjukkan adanya situasi ketahanan pangan yang tinggi di masyarakat Kasepuhan Ciptagelar.

Tabel 16. *Coping strategy* terkait dengan perilaku perubahan konsumsi pangan

<i>Coping Strategy</i>	Tidak pernah		Jarang		Kadang-kadang		Sering		Selalu	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Perubahan distribusi makan (prioritas ibu untuk anak-anak)	44	67,7	12	18,5	4	6,2	2	3,1	3	4,6
Mengurangi frekuensi makan per hari	58	89,2	5	7,7	2	3,1	0	0	0	0
Melewati hari-hari tanpa makan (puasa)	64	98,5	1	1,5	0	0,0	0	0	0	0

Masyarakat Kasepuhan Ciptagelar tidak pernah mengambil langkah drastis sebagai bentuk *coping strategy* akibat kendala pendapatan. Mereka tidak pernah bermigrasi ke kota, memberikan anak pada saudara, atau keluarga bercerai. Keterikatan mereka dengan masyarakat atau adat demikian kuat, sehingga dalam situasi sesulit apapun mereka tetap memilih hidup di Kasepuhan Ciptagelar. Apalagi ciri ketradisional yang kental dan tetap dipertahankan ternyata bisa menjadi perekat yang kuat bagi

masyarakat Ciptagelar untuk mengarungi hidup bermasyarakat secara bersama-sama, saling tolong menolong, dan hidup dalam situasi serba berbahaya. Ikatan adat yang masih kuat dipegang oleh masyarakat Ciptagelar menyebabkan mereka merasa nyaman hidup di tempatnya saat ini.

7. PENUTUP

Jumlah anggota rumahtangga di Kasepuhan Ciptagelar tergolong rumahtangga ideal, yakni berjumlah 3,4 orang. Umur istri 6,1 tahun lebih muda dari suami. Rata-rata lama pendidikan suami dan istri pada umumnya kurang dari 5 tahun atau tidak sampai lulus sekolah dasar. Berat badan rata-rata suami dan istri tergolong normal, dengan IMT (Indeks Masa Tubuh) berada pada kisaran 24,1 untuk istri dan 22,8 untuk suami. Dari pengukuran IMT bisa dikatakan berat badan para istri walaupun normal tetapi mendekati gemuk. Terdapat 6,2% responden (ibu) di Kasepuhan Ciptagelar yang memiliki pengetahuan gizi baik, 33,8% berpengetahuan gizi sedang, dan 60,0% berpengetahuan gizi kurang. Nilai rata-rata pengetahuan gizi adalah 5,0 (rendah). Pendapatan rumahtangga adalah Rp 285.753 per kapita per bulan, sedangkan pengeluaran totalnya mencapai Rp 393.590 atau hampir 1,5 kali lebih tinggi dari pendapatan. Secara umum sumber pendapatan rumahtangga di dapat dari pekerjaan suami dan istri sebagai petani. Pengeluaran pangan rumahtangga terbesar berturut-turut dipergunakan untuk membeli minuman (12,13%), lauk pauk (11,52%) dan jajanan (10,87%). Padi tidak boleh diperjualbelikan. Sedangkan pengeluaran non pangan di dominasi untuk membeli rokok (23,17%) dan lain-lain termasuk transport, sumbangan, pajak, kredit dan pulsa (10,22%).

Kasepuhan adat Ciptagelar merupakan kesatuan adat yang masih tetap memegang kuat adat dan tradisi yang diturunkan sejak 640 tahun yang lalu hingga saat ini. Sistem pemerintahan/kepemimpinan di kasepuhan ini didasarkan pada garis keturunan. Kampung Ciptagelar, meskipun merupakan kampung adat yang masih sangat menjunjung tinggi adat istiadat setempat, akan tetapi sudah sangat terbuka dan tidak membatasi bagi masyarakat luar yang ingin tinggal di kampung tersebut. Ciri khas dari kampung Ciptagelar yang membedakan kampung ini dengan kampung lain atau masyarakat luar adalah dalam hal sistem pertanian. Sistem pertanian di kampung Ciptagelar ini selalu menggunakan bibit lokal yang telah digunakan secara turun temurun. Selain itu, cara penanaman dan pemupukan padi di kampung Ciptagelar juga berbeda dari masyarakat luar. Penanaman padi di kampung Ciptagelar dilakukan secara alami, dengan sedikit sekali atau bahkan tidak menggunakan pestisida, serta tidak menggunakan peralatan pertanian modern, seperti traktor.

Sebagian besar masyarakat Kasepuhan Ciptagelar memperoleh pangan sumber karbohidrat dari alam. Tetapi pangan sumber protein hewani, protein nabati, sayuran daun, sayuran buah, dan buah-buahan diperoleh dari membeli. Untuk warga yang memiliki ternak ayam atau itik, sesekali makan daging ayam atau itik dengan cara menyembelih sendiri. Umumnya hampir semua warga masyarakat baru dapat menikmati daging ayam, daging itik, daging kambing, dan daging sapi saat adanya *upacara Nganyaran* dan *Seren Taun* yang berlangsung setahun sekali. Masyarakat Kasepuhan Ciptagelar rata-rata memiliki *leuit* untuk menyimpan padi sebanyak 2 buah dengan kapasitas 615,6 pocong atau setara dengan 2.462,4 kg.

Makanan pokok (pangan sumber karbohidrat) masyarakat Kasepuhan Ciptagelar adalah beras dengan rata-rata frekuensi konsumsi sebanyak 3 kali/hari. Sumber pangan hewani

yang paling sering dikonsumsi adalah ikan asin (36,8 kali/bulan atau >1 kali/hari) dan susu (22,3 kali/bulan). Rata-rata konsumsi pangan sumber protein nabati (tahu, tempe, dan oncom) sekitar 10 kali dalam sebulan. Masyarakat Kasepuhan Ciptagelar jarang mengonsumsi sayuran daun dan sayuran buah, serta sangat jarang mengonsumsi buah-buahan. *Intake* energi rumahtangga rata-rata 2.800 kkal. *Intake* tersebut jauh melebihi angka kecukupan gizi yang dianjurkan (145%). *Intake* protein juga tinggi yaitu 100 gram atau hampir dua kali lipat angka kecukupan protein. *Intake* kalsium rata-rata 870 mg. *Intake* kalsium ini sudah memenuhi angka kecukupan kalsium. Seperti *intake* kalsium, *intake* besi rata-rata juga sudah tinggi, yaitu 25 mg dan sudah melebihi angka kecukupan besi (160%). *Intake* besi yang tinggi kemungkinan karena konsumsi makanan sumber protein juga tinggi. *Intake* vitamin A dan vitamin C masih rendah, masing-masing 286 RE dan 22 mg. *Intake* vitamin A tersebut hanya memenuhi separuh kebutuhan vitamin A. *Intake* vitamin C lebih rendah lagi, yaitu hanya memenuhi sepertiga kebutuhan rumahtangga.

Lebih dari 90% rumahtangga dalam penelitian ini mempunyai kebiasaan makan bersama dengan anggota keluarganya. Ada pun umumnya waktu makan yang paling sering dan biasa dilakukan bersama-sama oleh sebagian besar rumahtangga adalah waktu makan pagi serta waktu makan malam. Penentu menu makan dalam rumahtangga adalah istri. Istri berhak memilih dan menentukan menu makan untuk keluarganya sesuai dengan ketersediaan pangan serta kondisi keuangan dalam rumahtangga. Suami dan anak pada kampung tersebut hampir seluruhnya tidak memiliki peran perihal urusan dapur, mengingat adanya aturan adat kampung Ciptagelar yang juga hanya memperbolehkan istri untuk masuk ke dalam 'pedaringan' atau tempat penyimpanan beras di dalam rumah. Oleh karena itu, perihal masak-memasak termasuk menentukan menu makan sehari-hari seluruhnya diserahkan kepada istri. Jenis lauk yang paling disukai oleh sebagian besar rumahtangga adalah ikan asin, sebagian rumahtangga yang memiliki kolam atau tambak memilih jenis ikan air tawar seperti ikan lele dan ikan mas sebagai jenis lauk yang paling disukai (20,5%).

Prevalensi *underweight* pada anak balita 12,5%, prevalensi stunting 31%, prevalensi wasting 12,5%, dan prevalensi kurus (*thin*) 25%. Prevalensi *stunting* ini sedikit lebih rendah dibandingkan dengan prevalensi stunting di Indonesia hasil Riskesdas tahun 2010. Nilai Z-skor, rata-rata z-skor BB/U, TB/U, BB/TB, dan IMT/U masing-masing adalah -0,93; -0,61; -0,43; dan -0,44. Berdasarkan nilai z-skor tampaknya masih tergolong normal. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa semakin tinggi umur ibu maka semakin baik status gizi anak balita. Kemungkinan dengan semakin dewasa usia ibu semakin berpengalaman merawat anak, sehingga semakin baik perawatan/pengasuhan anaknya.

Jenis penyakit yang ditemukan adalah diare, demam, dan ISPA. Penyakit diare diderita rata-rata 2,5 hari, demam 2,7 hari, dan ISPA 6,9 hari. Penyakit ISPA merupakan yang terlama diderita anak apabila mereka mengalami sakit.

Mengingat bahwa *intake* gizi dan status gizi anak balita di Kasepuhan Ciptagelar masih cukup banyak yang termasuk kategori kurang, maka perbaikan pola asuh makan perlu lebih diperhatikan. Ketersediaan pangan di Kasepuhan Ciptagelar termasuk tinggi, hal

ini dicerminkan dengan banyaknya *leuit* (lumbung padi) di tingkat masyarakat. Selain itu, lahan di Kasepuhan Ciptagelar relatif subur sehingga kemudahan akses pangan ini perlu didukung oleh kemampuan ibu rumah tangga di dalam pola asuh makan bagi anak balitanya. Diharapkan perbaikan pola asuh makan dapat memperbaiki *intake* gizi dan status gizi anak balita.

Pengetahuan gizi ibu-ibu di Kasepuhan Ciptagelar yang masih rendah perlu ditingkatkan sehingga aspek pemilihan makanan bagi keluarga dan juga pola asuh makan bagi anak-anak balita dapat semakin baik. Oleh sebab itu, kegiatan layanan gizi seperti posyandu perlu ditingkatkan kualitasnya sehingga posyandu dapat menjadi sumber informasi gizi yang dapat diandalkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adimihardja K. 2007. *Dinamika Budaya Lokal*. Bandung (ID). CV. Indra Prahasta dan Pusat Kajian LBPB.
- Anggraeni, dkk. 2013. Hubungan antara Kebiasaan Mengonsumsi Jajanan Kariogenik dan Menggosok Gigi dengan Kejadian Karies Gigi pada Anak Sekolah Kelas 1-6 di SDN 01 Watuaji Keling Jepara. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* Vol.2, No.1 (2013). Sumber: <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/133/158>.
- Ariyo dan Lestari. 2012. Faktor-Faktor Resiko yang Mempengaruhi Kolonisasi *Staphylococcus aureus* pada Atlet Taekwondo di Semarang. [Skripsi]. Fakultas Kedokteran. Universitas Diponegoro. Sumber: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/medico/.../1775>.
- Aswar. 2009. Diversifikasi Pangan di Indonesia. Di Akses: 31 Maret 2011. <http://ndhokey.blogspot.com/2009/02/diversifikasi-pangan-di-indonesia.html>
- Balitbangkes, Kementerian Kesehatan RI, BPOM, & Lembaga Demografi Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia (LD FEUI). 2012. Bunga Rampai Fakta Tembakau dan Permasalahannya di Indonesia Tahun 2012. Sumber: <http://cokyfauzialfi.files.wordpress.com/2013/02/buku-fakta-tembakau.pdf>.
- Begum S, Khan M, Farooq M, Begum N, and Shah IU. 2010. Socio economic factors affecting food consumption pattern in rural area of district Nowshera, Pakistan. *Sarhad J. Agric.* 26(4): 649-653.
- Depkes. 2009. Panduan penyelenggaraan Hari Cuci Tangan Pakai Sabun Sedunia (HCTPS) kedua. Sumber: <http://www.pamsimas.org/index.php?option=com...view...id...>
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2010. Laporan Nasional Hasil Riset Kesehatan Dasar 2010 (Riskesdas 2010). Bagian Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Departemen Kesehatan. RI. Jakarta.
- Drewnowski A. 2009. Nutrient Density of Dairy Products: Helping Build Healthier Diets Worldwide. International Dairy Federation (IDF) World Dairy Summit 'United Dairy World 2009'. Conference Nutrition & Health, Tuesday 22 September 2009.
- Drewnowski A. 2010. The Nutrient Rich Foods Index helps to identify healthy, affordable foods. *Am J Clin Nutr.* 91(4):1095S-1101S. Apr 2010. doi: 10.3945/ajcn.2010.28450D.
- Elgar FJ, Craig W, Trites SJ. 2012. *Family Dinners, Communication, and Mental Health in Canadian Adolescents*. *Journal of Adolescent Health*. Volume 52, Issue 4 (433-438). April 2013.

- Harper LJ, Deaton BJ, and Driskel JA. 1985. Pangan, Gizi and Pertanian. Jakarta: UI Press.
- Hartini & Kartasapoetra G. 1992. Kamus Sosiologi dan Kependudukan. Jakarta: Bumi Aksara.
- Heather JL, Minghua T, Armstrong CLH, Martin CB, and Campbell WW. 2010. *The Effects of Consuming Frequent, Higher Protein Meals on Appetite and Satiety During Weight Loss in Overweight/Obese Men*. Journal of Obesity Volume 19, Issues 4 (818–824). September 2010.
- Hermina. 1993. Keamanan dan Gizi. Dalam Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VIII. LIPI. Jakarta.
- Ibtiah, dkk. 2011. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Karies Gigi pada Anak Usia 10-12 Tahun di Sekolah Dasar Negeri 33 Palembang. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat:2(03);pp:196-202. ISSN 20866380. Sumber: <http://eprints.unsri.ac.id/1876/>.
- Ifzanul. 2009. Masyarakat Tradisional, Masyarakat Transisi, Masyarakat Modern, Masyarakat Perdesaan dan Masyarakat Perkotaan. Sumber: <http://ifzanul.blogspot.com/2010/06/masyarakat-tradisional-masyarakat.html>.
- Jabarprov. 2013. Dinas Pariwisata dan Kebudayaan Provinsi Jawa Barat: Kampung Ciptagelar. Sumber: <http://www.disparbud.jabarprov.go.id/wisata/dest-det.php?id=23 &lang=id>.
- Khomsan A. 1993. Keragaan Kebiasaan Makan Proyek Diversifikasi Pangan dan Gizi. Media Gizi dan Keluarga, 17 (2), 29033. Bogor.
- Khomsan A. 2003. Pangan dan Gizi untuk Kesehatan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Khomsan A, Awar F, Riyadi H, Sukandar D, Mudjajanto ES. 2009. Nutrition Education to Improve Mother and Cadre Nutritional Knowledge and Children Nutritional Status in Indonesia. Department of Community Nutrition, Faculty of Human Ecology, IPB and Nestlé Foundation.
- Kittler PG and Sucher KP. 2011. *Food and Culture*. Sixth edition. USA (US): The Thomson Corporation.
- Koentjaraningrat. 2002. *Pengantar Ilmu Antropologi*. Jakarta (ID): Rineka Cipta.
- Kusnaka A. 1992. Kasepuhan Yang Tumbuh di Atas yang Luruh. Bandung : PT. Tarsito.
- Leyna GH, Mmbaga EJ, Mnyika KG, Hussain A and Klepp KI. 2010. Food insecurity is associated with food consumption patterns and anthropometric measures but not serum micronutrient levels in adults in rural Tanzania. *Public Health Nutrition*. 13(9):1438–1444, 3 Maret 2010.

- Madanijah S. 2010. *Pola Konsumsi Pangan*. Di dalam: *Pengantar Pangan dan Gizi* (hlm.69-77). Editor: Baliwati YF, Khomsan A&Dwiriani MC. Depok: Penebar Swadaya.
- Martianto D, *et al.* 2006. Penilaian Situasi Pangan dan Gizi di Wilayah Kerja Plan Indonesia Program Unit Lembata. Kerjasama Fakultas Ekologi Manusia IPB dengan Plan Indonesia.
- Maxwell D, Clement A, Levin C, MargaretA, Sawudatu Z, Grace ML. 1999. Alternative Food Security Indicators: revisiting the Frequency and Severity of Coping Strategies. *Food Policy*: Vol.24(4),pp.411-429.
- Muchtadi D. 2001. Sayuran Sebagai Sumber Serat Pangan untuk Mencegah Timbulnya Penyakit Degeneratif (*Vegetables as sources of dietary fiber to prevent degenerative diseases*). *Jurnal Teknol dan Industri Pangan*:Vol. XII, No. 1 Th. 2001.
- Mutakin A. 2000. Proses Perubahan Sosial Budaya. Sumber: <http://mgmpips.wordpress.com>. [Akses 07 Juli 2008].
- Mutiara E. 2008. Analisis Strategi *Food Coping* Keluarga dan Penentuan Indikator Kelaparan. [Disertasi]. Sekolah Pascasarjana. Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Ningrat AA. 2004. Karakteristik Lanskap Kampung Tradisional di Halimun Selatan dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. Skripsi. Program Studi Arsitektur Lanskap, Departemen Budidaya Pertanian, Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor.
- Nurani AS, Sukandar D, Khomsan A, dan Rahmawati Y. 2009. Studi Indikator Ketahanan Pangan Rumahtangga Ditinjau dari Aspek Pendidikan, Ekonomi, dan Konsumsi Pangan. UPI-Bandung.
- Park SY, Suzanne PM, Lynne RW, Jennifer FY, Sangita S, Jean HH, Brian EH, and Laurence NK. 2005. Dietary patterns using the food guide pyramid groups are associated with sociodemographic and lifestyle factors: the multiethnic cohort study. *J. Nutr.* 135: 843–849. 31 December 2004.
- Peraturan Pemerintah No. 68 Tahun 2002 tentang Ketahanan Pangan. Sumber:http://perundangan.deptan.go.id/admin/p_pemerintah/PP-68-02.pdf.
- Pertiwi dkk, 2013. Analisis Faktor Praktik Hygiene Perorangan terhadap Kejadian Cacingan pada Murid Sekolah Dasar di Pulau Barrang Lompo Kota Makassar Tahun 2013. Sumber: <http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/6090/jurnal.pdf?sequence=1>.
- Purba, dkk. 2003. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Sistiserkosis pada Penduduk Kecamatan Wamena Kabupaten Jayawijaya Propinsi Papua Tahun 2002. *Makara, Kesehatan*. Vol.7(2):Desember 2003. Sumber: www.pamsimas.org/index.php?option=com...view...id.

- Riyadi H. 1996. Pola Konsumsi Pangan di dalam: Gizi dan Kesehatan dalam Pembangunan Pertanian (hlm. 174-183). Editor: Khomsan A & Sulaeman A. Bogor: IPB Press.
- Riyadi H. 2001. Metode Penilaian Status Gizi Secara Antropometri. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Sanjur D. 1982. Sosial and Cultural Perspectives in Nutrition. Prentice. New York.
- Sediaoetama AD. 1996. Nutrition: for Students and Professionals (I). Dian Rakyat. Jakarta.
- Sen A. 1982. Poverty and Famine an Essay on Entitlement and Deprivation. University Press. Oxford.
- Setiyawati R. 2012. Hubungan Kebiasaan Menggosok Gigi sebelum Tidur Malam dengan Karies pada Anak Usia Sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Al-Istiqomah Tangerang. [Skripsi]. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan. Universitas Indonesia.
- Subandriyo VU. 1993. Kesehatan Keluarga. Di dalam: Rustiawan A, Atmodjo SM, Subandriyo VU, Effendi YH. Ilmu Kesehatan Masyarakat. Diktat Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Suhardjo. 1989. Sosio-Budaya Gizi. Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi. Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Suhardjo. 2003. Berbagai Cara Pendidikan Gizi. Jakarta: Bumi Aksara bekerjasama dengan Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi-IPB.
- Suhartini SH, Kukuh WW, Puspadi K. 2005. Pola Pendapatan dan Pengeluaran Rumahtangga Kaitannya dengan Ketahanan Pangan Rumahtangga Kasus di Desa Sambelia, Kecamatan Sambelia, Kabupaten Lombok Timur. Balai Pengkajian Teknologi Pertanian NTB. Sumber: http://ntb.litbang.deptan.go.id/ind/2005/TPH/pola_pendapatan.doc
- Sukarni M. 1994. Kesehatan Keluarga dan Lingkungan. Penerbit Kanisius. Yogyakarta.
- Sukma MA. 2013. Kualitas Konsumsi dan Ketahanan Pangan serta *Food Coping Strategy* pada Masyarakat Adat Kasepuhan Ciptagelar. [skripsi] Departemen Gizi Masyarakat. Fakultas Ekologi Manusia. IPB. Bogor.
- Susilowati SH & Saleh C. 2002. Diversifikasi Sumber Pendapatan Rumahtangga di Pedesaan Jawa Barat. *Journal of Agro Ekonomi* 20(1): 85-109.

- Tabor S, Soekirman, dan Martianto D. 2000. Keterkaitan antara Krisis Ekonomi, Kemiskinan, Ketahanan Pangan, dan Keadaan Gizi. Prosiding Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi VII (hal. 41-71). Jakarta: LIPI.
- Tan MG, Abunain, Suharso, Rahardjo J, Suhardjo & Mulyohardjo S. 1970. Aspek Sosio-Budaya, Pola Konsumsi Pangan dan Kebiasaan Makan pada Lima Daerah Pedesaan di Indonesia. Direktorat Gizi, Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Tim Wacanan Nusantara. 2013. Masyarakat Adat Desa Ciptagelar. <http://wacananusantara.org/kehidupan-kolektif-kebudayaan-masyarakat-desaciptagelar/>. Di unduh: 13 November 2013.
- Tobacco Control Support Center 2012. Bunga Rampai Fakta Tembakau dan Permasalahannya di Indonesia Tahun 2012. Balitbangkes, Kementerian Kesehatan RI, BPOM & Lembaga Demografi Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia (LD FEUI). Sumber:<http://cokyfauzialfi.files.wordpress.com/2013/02/bukufaktatembakau.pdf>.
- [UNICEF] United Nations International Children's Emergency Fund. 2013. *United Nations Declaration on the Rights of Indigenous Peoples for Indigenous Adolescents*. New York (US). Human Rights Unit, Programme Division, UNICEF. January 2013.
- Warmbrand W. 2000. Hidup Bebas dari Rasa Sakit dan Derita: Public Health. Bandung: Pionir Jaya.
- WHO. 1995. Physical Status: the Use and Interpretation of Anthropometry. Report of a WHO Expert Committee. Geneva: WHO.
- [WNPG] Widyakarya Pangan dan Gizi. 2012. Prosiding Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi X. 2012. *Angka Kecukupan Gizi*. Auditorium LIPI, Jalan Gatot Subroto No. 10, Jakarta. 20 – 21 November 2012.

LAMPIRAN



Gambar 8. Abah Ugi, Kepala Adat Kasepuhan Ciptagelar



Gambar 9. Suasana perkampungan Kasepuhan Ciptagelar



Gambar 10. *Leuit Si Jimat*



Gambar 11. *Leuit* penduduk Kasepuhan Ciptagelar



Gambar 12. Penyimpanan padi dalam *leuit*



Gambar 13. Panen padi



Gambar 14. Kegiatan menumbuk padi