

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Pengantar

Kesehatan adalah suatu hal yang mutlak bagi setiap orang, yang memungkinkan setiap orang untuk dapat hidup produktif baik secara ekonomi maupun sosial. Kesehatan merupakan kebutuhan manusia dari berbagai kalangan, baik bagi kaya ataupun miskin, muda-tua, warga kota ataupun desa, dan yang lainnya. Masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat menyangkut dua aspek, yaitu aspek fisik seperti ketersediaan sarana dan prasarana kesehatan dan pengobatan penyakit, dan aspek non-fisik yang menyangkut perilaku kesehatan. Pada saat sekarang ini, banyak penyakit yang diderita oleh manusia tidak disebabkan oleh kuman penyakit, tetapi lebih disebabkan oleh perilaku tidak sehat dari manusia itu sendiri.

Masalah kesehatan masyarakat, terutama di negara-negara berkembang, pada dasarnya menyangkut dua aspek utama. Yang pertama ialah aspek fisik, seperti misalnya tersedianya sarana kesehatan dan pengobatan penyakit, sedangkan yang kedua adalah aspek non-fisik yang menyangkut perilaku kesehatan. Faktor perilaku ini mempunyai pengaruh yang besar terhadap status kesehatan individu maupun masyarakat (Sarwono, 1993:1).

Selain sandang, pangan dan papan, manusia juga mempunyai kebutuhan pokok lain yang tidak kalah penting, yaitu kesehatan. Kesehatan merupakan bagian terpadu dari pembangunan sumber daya manusia dalam mewujudkan bangsa yang maju dan mandiri serta sejahtera lahir dan batin. Salah satu ciri negara yang maju adalah negara yang mempunyai derajat kesehatan masyarakatnya yang tinggi. Pembangunan sumber daya manusia seutuhnya harus mencakup aspek jasmani dan rohaninya disamping spiritual, kepribadian, dan kejuangan, yang ditujukan untuk mewujudkan manusia yang sehat, cerdas, dan produktif. Banyak orang rela mengeluarkan uang yang banyak demi membeli obat dan vitamin atau rutin

melakukan *general check up*, yang tidak lain menjadi salah satu upayanya demi menjaga kesehatan. Kesehatan dianggap mempunyai nilai yang sangat tinggi. Untuk menjaga dan menjadi jiwa yang sehat itu sangat sulit sekali. Bahkan, ada ungkapan yang menyatakan bahwa kesehatan lebih berharga daripada uang. Hal ini dikarenakan dengan tubuh yang sehat maka kita bisa melakukan segala kegiatan yang kita inginkan.

Salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap derajat kesehatan masyarakat adalah kondisi lingkungan. Kondisi lingkungan ini akan menjadi bersih dan tidaknya tergantung masyarakat itu sendiri. Budaya masyarakat, khususnya di tempat kita masih banyak masyarakat yang kurang sadar akan kebersihan, hal ini terlihat dari tindakan dan perilaku masyarakat membuang sampah disembarang tempat dan mengkonsumsi makanan seadanya tanpa menghiraukan unsur atau dampak negatifnya.

Perilaku yang didapat manusia merupakan hasil dari segala macam pengalaman dan interaksi dengan manusia lain ataupun dengan lingkungan. Perilaku yang dapat berupa perilaku yang positif atau sehat, maupun perilaku yang negatif atau tidak sehat. Perilaku manusia yang tidak sehat seperti kebiasaan merokok, minum alkohol, narkoba dan yang lainnya. Perilaku-perilaku yang tidak sehat inilah yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit pada manusia.

1.2. Permasalahan

Atas dasar gambaran tersebut diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengetahuan Lokal (*Local Knowledge*) Masyarakat Pesisir dalam menjaga dan Memandang Pentingnya Kesehatan terkait dengan semakin ditinggalkannya konsep-konsep Kearifan Lokal masyarakat akibat tergerus oleh pemikiran-pemikiran modern yang bersumber dari barat.

Untuk lebih menajamkan eksplorasi kajian di lapangan nantinya, maka penelitian ini memfokuskan permasalahan pada :

1. Bagaimana Persepsi Masyarakat Pesisir di Pulau Kerayaan mengenai Perilaku Kesehatan terkhusus tentang Ekologi Lingkungan?
2. Bagaimana Masyarakat Pesisir di Pulau Kerayaan menerapkan Pengetahuan Lokal (*local knowledge*) mereka dalam memahami tentang Pola Hidup Sehat (Gizi)?

1.3. Tujuan Penelitian

Tentunya kajian yang akan dilakukan ini berusaha untuk mendalami Pemahaman Masyarakat Pesisir di Pulau Kerayaan khususnya Pengetahuan Lokal mereka mengenai Pola Hidup sehat dengan maksud untuk : *Pertama* mendapatkan pemahaman *etic* pola Hidup Sehat oleh masyarakat Pesisir. *Kedua*, secara *emik* diharapkan mendapatkan kekhasan (kearifan local) sebagai kegiatan utama terhadap Perilaku masyarakat Pesisir tentang Pola Hidup Sehat.

1.4. Urgensi Penelitian

Secara praktis: Urgensi dalam penelitian ini adalah membuka pemahaman bahwa Pengetahuan Lokal masyarakat mengenai Pola Hidup Sehat masih berkembang dan masih ada sehingga Pengetahuan Lokal tersebut bisa menjadi bahan sandingan terhadap pola-pola Hidup Sehat modern sekarang ini.

Secara akademis: membuka cakrawala akademis terhadap kemampuan warga setempat dalam memahami Konsep Hidup Sehat berbasis Pengetahuan Lokal.

BAB II

KAJIAN TEORITIS

2.1. Kearifan Lokal¹

Kesadaran terhadap kearifan lokal marak setelah tumbangya rezim Orde Baru. Pada mulanya, segala kebijakan harus berawal dari kehendak pemimpin dan menyampingkan kehendak masyarakat. Di penghujung Orde Baru, diberlakukan program pemerintah untuk membuka pertanian lahan gambut sejuta hektar dan mendatangkan transmigran ke Kalimantan Tengah. Ternyata mega proyek yang menghabiskan biaya besar serta membat hutan secara luas tidak mendapatkan hasil memuaskan, bahkan mengalami kegagalan. Inilah Fenomena orientasi kepada otoritas negara dan pasar yang telah melakukan konfigurasi ekonomi dan politik atas kenyataan atau keabsahan kultural sehingga melemahkan posisi manusia dalam berbagai bentuk (Abdullah, 2008)

Belajar dari pengalaman tersebut, diyakini peran serta masyarakat dalam pembangunan menjadi bagian yang tidak bisa dipisahkan. Setelah turunnya pemerintah Orde Baru, LSM-LSM Indonesia mendapat kesempatan yang sangat luas untuk terlibat dalam berbagai aktivitas pembangunan masyarakat, dan pemerintah daerah memperoleh kesempatan untuk merencanakan strategi pembangunan berdasarkan kebutuhan lokal dan kemampuan yang dimiliki (Ahimsa-Putra, 2008: 5)

Pemahaman tentang Kearifan local tertuang dalam UU No. 32 Tahun 2009 tentang Perlindungan dan Pengelolaan lingkungan hidup pada Bab I butir 30 adalah "nilai-nilai luhur yang berlaku dalam tata kehidupan masyarakat untuk antara lain melindungi dan mengelola lingkungan secara lestari". Selanjutnya menurut Ridwan (2007:2) memaparkan : Keraifan lokal atau sering disebut local wisdom dapat dipahami sebagai usaha manusia dengan menggunakan akal budinya (kognisi)

¹ Sub bagian ini diambil dari tulisan peneliti (Wahyu dan Nasrullah, 2011)

untuk bertindak dan bersikap terhadap sesuatu, objek atau peristiwa yang terjadi dalam ruang tertentu. Pengertian tersebut dipahami sebagai kemampuan seseorang dalam menggunakan akal pikirannya untuk bertindak atau bersikap sebagai hasil penilaian terhadap sesuatu, objek atau peristiwa yang terjadi.

Sebagai sebuah istilah “wisdom” sering dipahami sebagai “kearifan/kebijaksanaan. Lokal secara spesifik menunjuk pada ruang interaksi terbatas dengan sistem nilai yang terbatas pula. Sebagai ruang interaksi yang sudah didesain sedemikian rupa yang mencakup didalamnya suatu pola-pola hubungan antara manusia dengan manusia ataupun antara manusia dengan lingkungan fisiknya. Pola interaksi yang sudah terdesain disebut setting. Setting ini adalah ruang interaksi seseorang untuk menyusun hubungan-hubungan face to face dengan lingkungannya. Sebuah setting kehidupan yang sudah terbentuk secara langsung akan memproduksi nilai-nilai yang menjadi landasan hubungan mereka atau menjadi acuan dalam berperilaku.

Selanjutnya pemahaman mengenai kearifan lokal lebih spesifik diungkapkan oleh Keraf (2010:369) sebagai berikut : Kearifan tradisional disini adalah bentuk pengetahuan, keyakinan, pemahaman atau wawasan serta adat kebiasaan atau etika yang menuntun perilaku manusia dalam kehidupan didalam kehidupan ekologis. Jadi kearifan lokal ini bukan hanya menyangkut pengetahuan dan pemahaman masyarakat adat tentang manusia dan bagaimana relasi yang baik diantara manusia, melainkan juga menyangkut pengetahuan, pemahaman dan adat kebiasaan tentang manusia, alam dan bagaimana relasi diantara semua penghuni komunitas ekologis ini harus dibangun. Seluruh kearifan tradisional ini dihayati, dipraktikkan, diajarkan dan diwariskan dari satu generasi ke generasi lain yang sekaligus membentuk pola perilaku manusia itu sehari-hari, baik terhadap sesama manusia maupun terhadap alam dan yang gaib.

Di tengah menguatnya keinginan untuk mengangkat pengetahuan masyarakat setempat atau kearifan lokal, tentulah yang pertama kali dilakukan adalah pemahaman tentang kearifan lokal itu sendiri. Beberapa ahli mencoba mendefinisikan

tentang kearifan lokal. Menurut Ridwan, kearifan lokal merupakan pengetahuan yang eksplisit yang muncul dari periode panjang yang berevolusi bersama-sama masyarakat dan lingkungannya dalam sistem lokal yang sudah dialami bersama-sama. Wujud dari kearifan lokal itu berupa nyanyian, pepatah, sasanti, petuah, semboyan dan kitab-kitab kuno yang melekat dalam perilaku sehari-hari (2007: 3-4).

Namun, menurut Wahyu yang menitik beratkan bahwa kelebihan kearifan lokal diperoleh dari hasil uji-coba yang terus menerus dan bersifat lokal. Kelebihannya terletak pada sifatnya lentur dan tahan dalam beradaptasi dengan perubahan lingkungan, sehingga dalam pemanfaatannya sumberdaya alam dan lingkungan dapat berkelanjutan. Pengetahuan lokal juga lebih mengarah pada penyesuaian terhadap sistem ekologi, sehingga dapat menjaga keberlanjutan sistem ekologi tersebut (2005: 8).

Pendapat lain, menurut Ahimsa-Putra kearifan lokal dapat didefinisikan sebagai perangkat pengetahuan dan praktik-praktik baik yang berasal dari generasi-generasi sebelumnya maupun dari pengalaman berhubungan dengan lingkungan dan masyarakat lainnya milik suatu komunitas di suatu tempat, yang digunakan untuk menyelesaikan secara baik dan benar berbagai persoalan dan/atau kesulitan yang dihadapi (2008: 12)

Dari tiga definisi di atas, ada perbedaan dalam mendefinisikan kearifan lokal. Ada yang cenderung kearifan lokal sebagai proses evolusi dan wujudnya berupa tulisan maupun ucapan. Pendapat Wahyu, kearifan lokal sebagai suatu pengalaman, artinya bukan hanya proses dari masa lampau. Sehingga memiliki tujuan untuk menghadapi persoalan yang dihadapi. Pendapat Ahimsa-Putra merupakan kombinasi antara pengalaman sekaligus sebagai sesuatu yang diwariskan. Wahyu dan Ahimsa-Putra memiliki kesamaan pandangan tujuan kearifan lokal untuk menghadapi persoalan yang dialami masyarakat setempat.

Ada dua poin penting dalam kearifan lokal, yakni pengetahuan dan praktek yang tidak lain adalah pola interaksi dan pola tindakan (Ahimsa-Putra, 2008: 12). Pengetahuan dapat disamakan dengan *knowledge* yang dapat diperoleh dari berbagai

sumber seperti media massa ataupun cerita orang lain sehingga mudah dilupakan, sedangkan pengalaman atau *memory*, relatif permanen sifatnya, terutama karena ia berkaitan dengan pengalaman langsung (*direct experiences*) dalam perjalanan hidup manusia (Sjairin, 2006: 91).

Tentang pengalaman, Geertz mempertegas dengan istilah pengalaman dekat yang dalam pengalamannya melakukan penelitian di Jawa, Bali, Maroko menggambarkan informan secara individu dengan cara mendekati diri dengan gagasan mereka dengan membayangkan diri sebagai orang lain, seorang petani atau syekh suku kemudian mencari dan menganalisa bentuk-bentuk simbolis kata-kata, gambaran, lembaga, perilaku (Geertz, 2003: 70). Lebih jauh, puncaknya terletak pada struktur makna dalam kaitannya individu atau kelompok individu bertahan dalam kehidupannya terutama dengan simbol-simbol sehingga memasukkan dirinya ke dalam seperangkat bentuk-bentuk pemaknaan, “jaring-jaring pemaknaan yang ia tenun sendiri” (Geertz, 2003: 279).

Jadi, kearifan lokal penduduk adalah sistem pengetahuan penduduk setempat didapatkan sebagai warisan (*blueprint*) dari generasi ke generasi dan merupakan proses pengalaman hidup yang dijalani. Sistem pengetahuan itu beroperasi dalam tataran kehidupan sehari-hari sebagai upaya diri individu maupun kolektif untuk menyelesaikan persoalan hidupnya. Kearifan lokal dapat diketahui melalui tuturan berupa petuah, pantun, ungkapan bahasa lokal, dongeng atau tulisan-tulisan. Dalam praktek sehari-hari kearifan lokal muncul melalui pemaknaan atas fenomena yang terjadi di sekitarnya.

2.2. Persepsi

Persepsi adalah seluruh proses akal manusia secara sadar. Unsur-unsur yang mengisi akal jiwa seseorang manusia secara sadar, secara nyata terkandung dalam otaknya. Dalam lingkungan individu itu ada bermacam-macam hal yang dialaminya melalui penerimaan pancainderanya serta akal penerima atau reseptor

organismenya yang lain sebagai getaran eter (cahaya dan warna), getaran akustik (suara), bau, rasa, sentuhan, tekanan mekanika (berat-ringan), tekanan termikal (panas-dingin) dan sebagainya, yang masuk ke dalam sel-sel tertentu di bagian-bagian tertentu dari otaknya. Di sana berbagai macam proses fisik, fisiologi, dan psikologi terjadi yang menyebabkan berbagai getaran dan tekanan tadi diolah menjadi suatu susunan yang dipancarkan atau diproyeksikan oleh individu tersebut menjadi suatu pengalaman tentang lingkungan tadi (Koentjaraningrat, 1990: 30).

Persepsi sosial adalah aktivitas mempersepsikan orang lain dan apa yang membuat mereka dikenali. Melalui persepsi sosial, kita berusaha mencari tahu dan mengerti orang lain. Sebagai bidang kajian, persepsi sosial adalah studi terhadap bagaimana orang membentuk kesan dan membuat kesimpulan tentang orang lain. Persepsi sosial juga merujuk pada bagaimana orang mengerti dan mengategorisasi dunia. Seperti persepsi lainnya, persepsi sosial merupakan sebuah konstruksi. Sebagai hasil konstruksi, pengetahuan dan pemahaman dari persepsi sosial tidak selalu sesuai dengan kenyataannya (Sarwono, 2009 : 24).

Robin (Notoatmodjo, 2005:98) mengatakan persepsi adalah ‘sebagai proses dimana seseorang mengorganisasikan dan menginterpretasikan sensasi yang dirasakan dengan tujuan untuk memberi makna terhadap lingkungannya’. Sarwono (2010:86) berpendapat “kemampuan untuk membedakan, mengelompokkan, memfokuskan benda dan sebagainya, yang selanjutnya diinterpretasi disebut persepsi”. Persepsi yang dimiliki seorang individu dapat mempengaruhi tindakannya karena prosesnya yang sangat cepat dan kadang tidak disadari. Menurut Rita (Notoatmodjo, 2005:104), ada dua faktor yang dapat mempengaruhi persepsi:

1. Faktor Eksternal

- a. Kontras: Cara termudah untuk menarik perhatian adalah dengan membuat kontras baik pada warna, ukuran, bentuk atau gerakan,
- b. Perubahan intensitas: Suara yang berubah dari pelan menjadi keras, atau cahaya yang berubah dengan intensitas tinggi akan menarik perhatian kita,

- c. Pengulangan (*repetition*): Iklan yang diulang-ulang akan lebih menarik perhatian kita, walau sering kali kita jengkel dibuatnya,
- d. Sesuatu yang baru (*novelty*): Suatu stimulus yang baru akan lebih menarik perhatian kita daripada sesuatu yang telah kita ketahui,
- e. Sesuatu yang menjadi perhatian orang banyak: Suatu stimulus yang menjadi perhatian orang banyak akan menarik perhatian kita,

2. *Faktor Internal*

- a. Pengalaman/ Pengetahuan: Pengalaman atau pengetahuan yang dimiliki seseorang merupakan faktor yang sangat berperan dalam menginterpretasikan stimulus yang kita peroleh,
- b. Harapan atau expectation: Harapan terhadap sesuatu akan mempengaruhi persepsi terhadap stimulus,
- c. Kebutuhan: Kebutuhan akan menyebabkan stimulus tersebut dapat masuk dalam rentang perhatian kita dan kebutuhan ini akan menyebabkan kita menginterpretasikan stimulus secara berbeda,
- d. Motivasi: Motivasi akan mempengaruhi persepsi seseorang,
- e. Emosi: Emosi seseorang akan mempengaruhi persepsinya terhadap stimulus yang ada,
- f. Budaya: Seseorang dengan latar belakang budaya yang sama akan menginterpretasikan orang-orang dalam kelompoknya secara berbeda, namun akan mempersepsikan orang-orang diluar kelompoknya sebagai sama saja.

Menurut Dakir (1976: 34), menganggap bahwa persepsi ini merupakan suatu proses memberi arti terhadap tanda-tanda yang diterimanya. Selanjutnya Subowo (1998: 91), berpendapat bahwa persepsi menunjukkan adanya aktivitas penginderaan, penginterpretasian, memberi penilaian terhadap objek fisik maupun sosial. Penginderaan ini tergantung pada stimulus fisik maupun sosial dalam lingkungannya. Melalui stimulus fisik maupun sosial, maka pengalaman akan

didapatkan. Dengan demikian untuk mengadakan persepsi tergantung pada lingkungan tempat melakukan persepsi.

Dalam persepsi sosial ada dua hal yang ingin diketahui yaitu keadaan dan perasaan orang lain saat ini, di tempat ini melalui komunikasi non-lisan (kontak mata, busana, gerak tubuh dan sebagainya) atau lisan dan kondisi yang lebih permanen yang ada dibalik segala yang tampak saat ini (niat, sifat, motivasi dan sebagainya) yang diperkirakan menjadi penyebab dari kondisi saat ini. Hal yang terakhir ini bersumber pada kecenderungan manusia untuk selalu berupaya guna mengetahui apa yang ada dibalik gejala yang ditangkapnya dengan indra. Dalam hal persepsi sosial, penjelasan yang ada dibalik perilaku itu dinamakan *atribusi* (Sarwono, 2002 : 95).

Oskamp (Sadli, 1976: 36), mengemukakan ada empat karakteristik penting dari faktor pribadi dan sosial yang dapat mempengaruhi persepsi, yaitu:

1. Faktor ciri khas dari objek stimulus
2. Faktor pribadi, termasuk di dalamnya ciri khas individu seperti kecerdasan, minat dan emosional
3. Pengaruh kelompok adalah respons orang yang memberikan arah tingkah laku
4. Perbedaan kultural (latar belakangnya)

Tahapan dalam melakukan persepsi antara lain, sebagai berikut (Indrawijaya, 2000: 47):

1. Adanya stimulus dari lingkungan yaitu berupa informasi yang ada dalam otak manusia.
2. Perhatian dan seleksi yaitu dalam penyampaian suatu pesan atau informasi itu harus detail.
3. Pengorganisasian artinya dalam proses menerima suatu informasi harus diorganisasi secara baik dan sesuai.
4. Penafsiran stimulus, dalam menyampaikan suatu masalah harus diartikan sejelas mungkin agar mudah dipahami.

Dengan kata lain persepsi persepsi yang timbul dalam diri seseorang akan tercermin dari perilaku yang merupakan “totalitas penghayatan dan aktivitas, yang saling mempengaruhi antara berbagai macam gejala seperti perhatian, pengamatan,

pikiran, ingatan, dan fantasi”. Perilaku manusia merupakan hasil daripada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan. Dengan kata lain, perilaku merupakan respon atau reaksi seorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya. Perilaku kesehatan dapat dirumuskan sebagai “segala bentuk pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungannya, khususnya yang menyangkut pengetahuan dan sikap tentang kesehatan, serta tindakannya yang berhubungan dengan kesehatan” (Sarwono, 2007:1). Dengan kata lain, perilaku kesehatan adalah semua aktivitas atau kegiatan seseorang, baik yang dapat diamati (*observable*) maupun yang tidak dapat diamati (*unobservable*), yang berkaitan dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan Kualitatif Etnografi

Menurut Suryabrata (1992:59) penelitian adalah suatu proses, yaitu “suatu rangkaian langkah-langkah yang dilakukan secara terencana dan sistematis guna mendapatkan pemecahan masalah atau mendapatkan jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan tertentu. Penelitian kualitatif adalah ‘penelitian di bidang ilmu-ilmu sosial dan kemanusiaan dengan aktivitas berdasarkan disiplin ilmiah untuk mengumpulkan, mengklasifikasikan, menganalisis dan menafsirkan fakta-fakta serta hubungan-hubungan antara fakta-fakta alam, masyarakat, kelakuan dan rohani manusia guna menentukan prinsip-prinsip pengetahuan dan metode-metode baru dalam usaha menanggapi hal-hal tersebut’. Sedangkan Moleong (2007:9) mengatakan “penelitian kualitatif menggunakan metode kualitatif yaitu pengamatan, wawancara, atau penelaahan dokumen”.

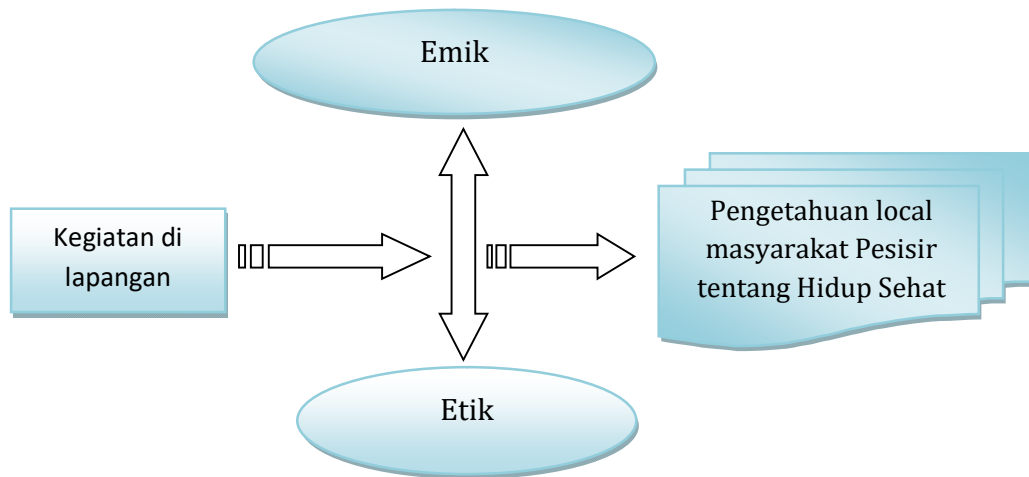
Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan-pendekatan Etnografi. Etnografi adalah merupakan pekerjaan untuk mendiskripsikan suatu kebudayaan (Spradeley : 3-1997). Selain itu, alasan metode penelitian kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam, lebih lengkap, kredibel, dan bermakna sehingga tujuan penelitian untuk memperoleh gambaran penelitian secara luas, menyeluruh, holistik (utuh) dan mendalam dapat tercapai. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dapat diketahui makna yang ada dibalik data-data yang diperoleh di lapangan, dan dapat dianalisis yang mana hasil dari penelitian ini dapat dijadikan salah satu pilihan alternatif dalam pemecahan masalah.

3.2. Penentuan Informan dan Lokasi Penelitian

Dalam menjangkau data lapangan, informan dipilih secara purposive sampling artinya orang-orang yang dipilih sudah dianggap mengetahui, menguasai dan mampu menjelaskan permasalahan yang diteliti. Informan ini meliputi tokoh-tokoh tua masyarakat yang memang dianggap memiliki pengetahuan-pengetahuan local terkait dengan permasalahan yang akan dianalisis nantinya. Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi adalah salah satu teknik pengumpulan data dengan menggunakan pengamatan. Dalam observasi atau pengamatan, peneliti melakukan pengamatan secara langsung terhadap aktivitas kehidupan masyarakat Pesisir di Pulau Kerayaan dengan melihat perilaku-perilaku keseharian mereka, khususnya Pola Hidup Sehat yang mereka jalankan.

Dalam penelitian ini dilakukan wawancara terstruktur, setiap informan diberikan pertanyaan yang sama, kemudian informasi yang diperoleh dikumpulkan. Dalam hal ini, yang menjadi objek wawancara adalah mahasiswa kampus FKIP Unlam Banjarmasin yang memiliki kebiasaan merokok, peneliti juga dapat menggunakan alat bantu seperti kamera. Hasil yang diperoleh dari wawancara didokumentasikan ke dalam catatan. Untuk mendukung data yang diperoleh menjadi lebih lengkap dan akurat, teknik pengumpulan data dengan dokumentasi seperti gambar, dokumen, peraturan-peraturan, dan lainnya.

3.3. Skema Penelitian



Langkah-langkah Penjaringan data :

Pertama ; Tim peneliti turun kelapangan mendatangi lokasi penelitian selanjutnya menemui Informan yang sudah dipilih secara purposive dengan tujuan untuk mendapatkan informasi baik secara emik ataupun etik. Dari pandangan etik dan emik penelitian ini akan mendapatkan Pengetahuan kearifan local warga mengenai Pola Hidup yang terkait dengan Kesehatan. Adapun proses pengumpulan data dengan melakukan teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara, dokumentasi foto, dan data literatur.

Kedua : Observasi digunakan untuk menggali data tentang gambaran fisik lokasi Pulau Kerayaan dan segala aktifitas masyarakat terkait dengan Pola Hidup Sehat mereka. Percakapan atau komunikasi masyarakat dalam bahasa lokal yang didengar kapan saja, di mana saja, dan dari siapa saja, karena percakapan inilah menyimpan informasi berupa istilah-istilah lokal yang mengandung makna kearifan lokal (Ahimsa-Putra, 2008).

Ketiga : Melakukan dokumentasi visual berupa foto untuk menggali data tentang aktifitas masyarakat terkait Perilaku yang berhubungan dengan Kesehatan.

3.4. Proses Analisa data

Analisis data ialah proses menyusun data agar dapat ditafsirkan. Menyusun data berarti menggolongkannya (mengkategorikannya) dalam pola atau tema. Tafsiran atau interpretasi artinya memberikan makna terhadap analisis, menjelaskan pola atau kategori, serta mencari hubungan antara berbagai konsep. Dari berbagai definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa analisis data ialah kegiatan analisis mengkategorikan data untuk mendapatkan pola hubungan, tema, menaksirkan apa yang bermakna, serta menyampaikan atau melaporkannya kepada orang lain yang berminat.

Pada prinsipnya analisis data kualitatif dapat dilakukan bersamaan dengan proses pengumpulan data. Teknik analisis yang dilakukan dengan menggunakan teknik analisis data berupa Reduksi data, Display data dan Perivikasi data.

BAB IV

PEMBAHASAN TEMUAN

4.1. Sanitasi Lingkungan

Masyarakat di sana mayoritas beragama muslim dan sebagian besar adalah masyarakat Nelayan, bahkan bisa dikatakan keseluruhan masyarakatnya beragama muslim. Menurut Bertrand (1987) masyarakat merupakan hasil dari suatu periode perubahan budaya dan akumulasi budaya. Jadi masyarakat bukan sekedar jumlah penduduk saja melainkan sebagai suatu sistem yang dibentuk dari hubungan antar mereka, sehingga menampilkan suatu realita tertentu yang mempunyai ciri-ciri tersendiri. (Darsono Wisadirana. 2004:23).

Secara geografis masyarakat nelayan adalah masyarakat yang hidup, tumbuh dan berkembang di kawasan pesisir, yakni suatu kawasan transisi antara wilayah darat dan laut (Kusnadi, 2009:27). Nelayan adalah suatu kelompok masyarakat yang kehidupannya tergantung langsung pada hasil laut, baik dengan cara melakukan penangkapan ataupun budi daya. Mereka pada umumnya tinggal di pinggir pantai, sebuah lingkungan pemukiman yang dekat dengan lokasi kegiatannya (Imron, dalam Subri, 2005:7).

Nelayan dibedakan menjadi tiga kelompok, yaitu nelayan buruh, nelayan juragan dan nelayan perorangan. Nelayan buruh adalah nelayan yang bekerja dengan alat tangkap milik orang lain. Sebaliknya nelayan juragan adalah nelayan yang memiliki alat tangkap yang dioperasikan oleh orang lain. Sedangkan nelayan perorangan adalah nelayan yang memiliki peralatan tangkap sendiri, dan dalam pengoperasiannya tidak melibatkan orang lain (Subri, 2005:7)

Sebagaimana pola kehidupan suatu masyarakat perdesaan selalu diiringi dengan kaparcayaan terhadap unsur-unsur yang berbau magis, begitu juga di Pulau Kerayaan. Dari beberapa informan yang berhasil kami wawancarai, di Pulau Kerayaan juga terdapat kepercayaan melaksanakan upacara adat yang di laksanakan setiap satu tahun sekaliyang dirangkai menjadi kegiatan agenda wisata Kabupaten Kotabaru, salah satunya adalah perlombaan “Katir Race” (Perahu Katir/layar Tradisional) yang dilaksanakan antara bulan Juli dan Agustus

Selain itu, upacar adat sebagai bentuk Budaya Bahari antara lain *Mallasuang Manu*” juga rutin dilaksanakan. Menurut salah seorang informan yang kami temui di rumahnya menuturkan bahwa upacara *Mallasuang Manu* ini telah ada turun temurun. Bahkan sebelum beliau menetap di desa tersebut. Ia pertama kali datang ke desa ini sekitar tahun 1970, dan upacara *Mallasuang Manu* itu sudah sering di lakukan oleh penduduk asli desa ini. Upacara *Mallasuang Manu* merupakan acara yang wajib kami lakukan setiap tahun, karena upacara itu menunjukkan rasa terima kasih kami kepada laut. Pernah dulu upacara ini tidak dilakukan, dan akibatnya ada beberapa sawi

(ABK) meninggal saat melaut. Jangankan yang melaut, yang berniat cuma memancing di pinggiran pantai pun pernah jadi korban. Itu sebabnya kami tidak pernah absen dalam melaksanakan upacara *Mallasuang Manu*". Suatu upacara adat di sebuah desa dilakukan bukan tanpa tujuan tertentu, begitu pula dengan upacara *Mallasuang Manu*. Upacara ini sengaja dilakukan oleh masyarakat desa Sarang Tiung dengan tujuan untuk mengucapkan rasa terima kasih kepada laut yang telah memberikan mereka penghidupan yang layak.

Desa Pulau Kerayaan yang terletak pada kecamatan pulau laut Kepulauan kabupaten Kotabaru Provinsi Kalimantan selatan mayoritas masyarakatnya sekitar \pm 95% berprofesi sebagai nelayan sudah pasti kehidupan mereka bergantung pada laut untuk memenuhi kebutuhan kehidupan sehari-hari, disana laut sangat berperan karena sebagai tempat mata pencaharian masyarakat desa tersebut dengan cara menjaring ikan, cumi, mencari kepiting, udang dan kerang hasil tangkapan yang berupa ikan biasanya berupa ikan teri, tambang, peda, tongkol, dll.

Dimana hasilnya tersebut sebagian akan langsung dijual oleh para nelayan yang biasanya hasil laut yang akan dibawa ke kota biasanya kota yang dituju adalah kotabaru dan setelah itu hasil laut tersebut akan di kirim ke beberapa kota diluar kotabaru bahkan sampai keluar dari daerah Kalimantan seperti Jawa, Bali tetapi hasil tangkapan tersebut ada juga yang diolah lebih dulu oleh para nelayan baru di jual ke kota atau ke pasar seperti udang diolah dulu menjadi ebi (udang papai) cumi diolah dulu menjadi cumi kering agar lebih awet dan tahan lama, ikan teri pun sama juga

harus diolah dulu melalui dijemur biasanya untuk hasil laut yang di olah dulu ini lebih banyak diminati karena lebih tahan lama dan awet, dan bisa dijadikan oleh-oleh.

Disamping itu ternyata berdasarkan informasi yang didapat hasil laut serta tangkapan para nelayan tersebut juga bisa langsung dibeli dari para nelayan langsung tidak perlu membeli ke kota, karena dengan membeli langsung pembeli bisa mendapatkan dengan harga lebih murah dan hasil tangkapan yang segar karena langsung tanpa melalui proses yang lama. Selain dijual hasil laut juga digunakan masyarakat desa sarang tiung untuk keperluan mereka sehari-hari (untuk makan sehari-hari).

Pulau Kerayaan yang 95% masyarakatnya sebagai nelayan sudah pasti penghasilan mereka diperoleh dari laut, dari hasil wawancara yang kami lakukan terhadap beberapa informan yang memang berprofesi sebagai nelayan penghasilan mereka dalam sekali melaut berkisar ± 1 pikul akan tetapi itu bila keadaan laut mendukung, seperti gelombang tidak besar, angin tidak kencang dan tidak hujan, bila memang keadaan laut tidak mendukung hasil tangkapan mereka memang tidak besar berkisar sekitar $\pm 1-10$ kg dalam sekali melaut, kegiatan mencari ikan pun tidak setiap hari mereka lakukan hanya sekitar ± 25 hari dalam sebulan dan sekitar ± 8 bulan dalam setahun itu dikarenakan beberapa faktor yang terjadi, seperti keadaan alam (gelombang besar, angin ribut, hujan turun terus menerus) ini sering disebut musim panceklik oleh para nelayan, dan para pekerja.

Keberadaan laut bagi masyarakat Pulau Kerayaan sangat bermanfaat karena sebagai sumber mata pencaharian yang dimana mayoritas profesi sebagian masyarakatnya adalah sebagai nelayan yang kehidupan mereka sangat bergantung pada laut, sebagai sumber penghasilan dalam memenuhi kebutuhan hidup mereka.

4.2. Sanitasi Lingkungan di Pulau Kerayaan Kotabaru

Pulau Kerayaan adalah salah satu desa yang terletak di pinggiran pantai daerah Kotabaru. Mayoritas masyarakatnya bermatapencaharian sebagai pelaut karena memang mereka semua tinggal tepat di pinggiran pantai. Desa mereka yang terletak di tepi pantai, dikelilingi oleh laut luas dan juga pegunungan. Situasi desanya dipagi hari tampak hening karena kebanyakan masyarakatnya pergi melaut untuk mencari ikan yang nantinya akan dijual.

Pulau Kerayaan adalah desa yang kesehatan lingkungannya beragam. Ada sebagian masyarakatnya peduli dengan kesehatan dan kebersihan lingkungan. Lalu ada juga sebagian lagi yang tidak terlalu menghiraukan keadaan lingkungan tempat tinggalnya. Masyarakat yang tinggal tepat ditepi pantai sebagian besar tampak kurang terlalu memperhatikan masalah sanitasi lingkungan atau dengan kata lain kesehatan dan kebersihan lingkungan tempat tinggalnya. Kondisi rumah mereka tampak seadanya dan lingkungan sekitar rumah mereka terlihat kotor dan berantakan. Sebagian besar mereka tidak mempunyai WC. Kebanyakan masyarakatnya hanya menyediakan sebuah tempat kecil tanpa atap di depan rumah untuk mereka pakai

mandi dan buang air kecil. Sedangkan untuk buang air besar, akan mereka lakukan di laut pada malam hari karena mereka tidak mempunyai WC. Dari keterangan wawancara dengan beberapa Ibu-ibu, keberadaan wc tidak begitu penting, karena rumah mereka sudah terletak langsung di tepi pantai, sehingga untuk buang air besar mereka bisa langsung ke pantai pada malam hari.

Akan tetapi warga yang memiliki kesadaran ekologi lingkungan yang cukup baik mempunyai rumah yang sanitasinya cukup bagus. Hal ini tampak dari kebersihan lingkungannya yang terawat dengan benar. Sebagian besar rumah warganya memiliki pondasi yang kuat dan ventilasi udara. Warga yang tinggal di tepi jalanpun hanya sebagian kecil saja yang memiliki WC. Akan tetapi, untuk kamar mandi, hampir tiap rumah sudah memilikinya. Selain itu, warga yang tinggal di tepi jalan memiliki parit (selokan). Kondisi di sekitar rumahnya tampak bersih karena warganya tidak membuang sampah ke sekitar rumah dan malah membakarnya atau dibuang ke tempat sampah yang disediakan. Di tiap-tiap rumah warga baik yang tinggal di tepi pantai ataupun tepi jalan banyak ditemukan pipa air yang bersumber dari Program Pamsimas kabupaten kotabaru.

Suatu lingkungan pasti berubah dari waktu ke waktu, tidak terkecuali keadaan lingkungan Pulau Kerayaan. Keadaan lingkungannya berangsur-angsur membaik seiring waktu. Dulu, menurut Pak Said kesehatan lingkungan di desa masih sangat kurang yang dalam artian kurang sehat. Hal itu disebabkan karena semua warga sama sekali tidak ada yang memiliki WC dan semua limbah warga langsung dibuang ke

pantai. Kesadaran warga tentang kebersihan dan kesehatan lingkungan masing sangat minim.

Jika dibandingkan dengan sekarang, perubahan itu terlihat sekali. Dahulu semua warga tidak memiliki WC, sekarang walaupun hanya sebagian kecil saja akan tetapi sudah ada warga yang memiliki WC dirumahnya. Selain itu dari hal perilaku membuang sampah juga terdapat perubahan. Untuk warga yang tinggal di tepi pantai, mereka membuang sampah langsung ke laut. sedangkan warga yang tinggal di tepi jalan, sebagian dari mereka membuang sampah ke tempat yang di sediakan atau membakarnya. akan tetapi, ada juga sebagian yang masih tetap membuangnya ke pantai. Warga lebih terbuka terhadap perubahan sejak adanya pembangunan desa, seperti jalan beraspal dan jaringan telepon sehingga transportasi lebih mudah diakses, informasi juga lebih mudah didapat dan warga Pulau Kerayaan pun lebih terbuka terhadap perubahan.

Selain itu, perubahan yang lebih mencolok, yang sangat terlihat perubahannya adalah pada keadaan rumah warga. Dahulu semua rumah warga terbuat dari kayu dan berupa rumah panggung. Akan tetapi sekarang telah dapat ditemukan rumah warga yang dibangun dengan menggunakan semen. Rumah-rumah tersebut juga tidak lagi jarang ditemukan ventilasi udara dan jendela-jendela kaca. Sebagian besar rumah warga yang terletak di tepi jalan beraspal, sudah mengalami perubahan yang positif dalam hal kesehatan lingkungannya.

Sanitasi berarti kesehatan dalam hubungannya dengan lingkungan. Dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, sanitasi lingkungan berarti pengawasan faktor-faktor lingkungan fisik manusia yang dapat berpengaruh buruk terhadap kesehatan jasmani, rohani, dan sosial. Termasuk di dalamnya pengawasan terhadap persediaan air, pembuangan limbah, air bekas pakai dan sampah, persyaratan rumah sehat, makanan (susu, daging, dan lain-lain), kebersihan umum, pencemaran udara, tempat umum (pasar, kantor, bioskop, restoran, dan lain-lain).

Menurut teori, sanitasi adalah perilaku disengaja dalam pembudayaan hidup bersih dengan maksud mencegah manusia bersentuhan langsung dengan kotoran dan bahan buangan berbahaya lainnya dengan harapan usaha ini akan menjaga dan meningkatkan kesehatan manusia. Teori tersebut sangat berbeda dengan kenyataannya jika dibandingkan dengan sanitasi di lingkungan Pulau Kerayaan Kotabaru. Walaupun Masyarakat Pulau Kerayaan ada sebagian warga yang kurang begitu memperhatikan sanitasi lingkungannya. Kurangnya kesadaran untuk berperilaku hidup bersih tersebut menghambat perkembangan sanitasi lingkungan. Dari beberapa informan yang kami temui, adalah penduduk asli di desa nelayan Pulau Kerayaan. Rumah tepat terletak di tepi pantai, Rumah tersebut berupa rumah panggung yang memiliki tiang rumah yang tinggi dan terbuat dari kayu. Rumah beliau tidak memiliki jendela yang terbuat dari kaca, melainkan berupa jendela yang terbuat dari kayu. Beliau beralasan, jika ada angin kencang jendela kaca tersebut akan pecah dan ditakutkan jendela kaca tersebut akan tersambar petir. Pintunya juga

terbuat dari kayu yang kokoh sebagai pintu tahan angin. Dibuat seperti itu agar ketika badai pintu rumah tersebut tidak rusak. Beliau mempunyai kamar mandi, tetapi tidak memiliki MCK untuk fasilitas buang hajat. Kamar mandinya terletak tepat di depan rumah dan terbuat dari kayu yang disusun persegi, dengan ukuran sekitar satu meter, dan tidak memiliki atap. Beliau tidak juga memiliki jamban, karena tidak memungkinkan untuk membuat jamban di rumah panggung dan tepat berada ditepi pantai. Menurut beliau MCK atau jamban itu tidak begitu penting, karena rumah yang beliau tinggali sudah terletak langsung ditepi pantai. Sehingga untuk buang air besar, beliau bisa langsung ke pantai saat malam hari.

Informan ini adalah salah satu warga yang pada dasarnya adalah orang yang kurang peduli terhadap kebersihan lingkungannya. Hal itu terlihat dari perilakunya yang membuang sampah langsung ke bawah rumahnya atau ke laut. Menurut beliau akan lebih praktis kalau membuang sampah itu langsung ke laut karena nantinya sampah-sampah yang dibuang tersebut akan langsung terbawa air ke tengah ketika laut pasang.

Walaupun pada dasarnya beliau mengetahui tentang lingkungan yang sehat yang menurut beliau adalah lingkungan yang bersih dari sampah, beliau tetap tidak bisa merubah perilakunya yang membuang sampah langsung ke laut. Hal itu disebabkan karena kebiasaan yang sulit diubah dan beliau sama sekali tidak merasa terganggu dengan sampah-sampah yang berserakan tersebut. Selain itu, tidak semua warga mendukung aksi perubahan tersebut sehingga keinginan untuk berubah

tersebut terasa sia-sia. Selain itu, ketika kami juga menemui salah satu warga yang menjadi sumber informan yang berprofesi sebagai pedagang. Beliau adalah pendatang dari Makasar. Rumah beliau terletak di tepi jalan. Rumahnya terbuat dari beton dengan pondasi yang kokoh, bukan seperti rumah yang berada di tepi pantai seperti rumah panggung. Rumah beliau memiliki ventilasi. Dengan ventilasi tersebut ditujukan agar ruangan tidak panas dan pengap. Ibu Ratna adalah salah satu warga yang memiliki MCK dan kamar mandi di rumah. Menurut beliau MCK dan kamar mandi itu penting karena memudahkan untuk buang air kecil ataupun air besar.

Di samping rumah beliau terdapat sebuah parit yang mengalirkan air dari atas pegunungan ke tepian pantai. Air tersebut akhirnya akan mengalir ke laut. Menurut beliau lingkungan yang sehat adalah lingkungan yang rapi yang tidak ada sampah. Ibu Ratna ini adalah salah satu warga yang peduli lingkungan. Beliau benar-benar merawat lingkungan sekitar tempat tinggalnya dengan tidak membuang sampah sembarangan. Setiap hari, sampah-sampah yang ada beliau kumpulkan lalu beliau bakar atau dibuang ke tempat pembuangan sampah yang telah disediakan.

Memang pada kenyataannya sebagian besar warga Pulau Kerayaan kurang peduli terhadap kebersihan lingkungannya. Menurut Bapak Muhammad Said yang profesinya adalah sebagai ketua RT, sebagian besar warga di RT-nya tidak memiliki MCK dan membuang sampah langsung ke laut. Hanya sebagian kecil saja yang memiliki MCK dan juga membuang sampah ke tempat yang disediakan atau membakarnya. Menurut beliau jendela yang cocok untuk rumah yang berada di tepian

pantai adalah jendela yang terbuat dari kayu dan bersekat. Sedangkan pintu yang cocok adalah pintu yang tahan angin. Pintu tersebut terbuat dari kayu. Hal itu adalah agar pintu tidak mudah rusak ketika diterpa angin yang kencang.

Beliau bercerita, di Pulau Kerayaan pernah terjadi badai kencang yang sempat merusak beberapa rumah warga. badai itu berupa angin puting beliung. Beberapa rumah warga rusak, tetapi masih bisa diperbaiki karena kerusakan yang diderita tidak begitu parah. Rumah warga yang diperbaiki dapat ditempati lagi oleh warganya. Selain rumah, mata pencaharian warga juga ikut rusak. Terutama untuk para nelayan. Bagang yang digunakan oleh nelayan untuk menangkap ikan jadi rusak parah akibat adanya angin puting beliung tersebut.

Sebagian kecil warga menganggap wc itu penting sehingga terjadi perubahan sanitasi dalam hal fasilitas MCK, khususnya perubahan ini dilakukan oleh masyarakat yang rumahnya terletak di tepi jalan. Warga tersebut juga mulai membuang sampah ke tempat pembuangan sampah yang disediakan atau membakarnya dan benar-benar menjaga kebersihan lingkungan di sekitar rumah. MCK itu penting, karena untuk memudahkan buang air kecil dan buang air besar. Beliau yang dulunya tidak memiliki MCK sekarang telah memilikinya. Perubahan pandangan itulah yang menjadikan sebagian kecil warga menggunakan wc untuk fasilitas MCK.

Perubahan tentang pandangan pentingnya MCK sangat nampak dalam sanitasi lingkungan di desa Sarang Tiung Kotabaru. Terlebih lagi sejak adanya pembangunan

desa, seperti jalan beraspal dan jaringan telepon, sehingga transportasi lebih mudah diakses, informasi pun lebih mudah didapat. Warga desa lebih terbuka terhadap perubahan khususnya dalam hal sanitasi lingkungan.

4.3. Pengetahuan Ibu Tentang Gizi

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Soekidjo Notoatmodjo, 1993). Pengetahuan seorang ibu dibutuhkan dalam perawatan anaknya, dalam hal pemberian dan penyediaan makanannya, sehingga seorang anak tidak menderita kekurangan gizi. Kekurangan gizi juga dapat disebabkan karena pemilihan bahan makanan yang tidak benar. Pemilihan makanan ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu tentang bahan makanan. Ketidaktahuan dapat menyebabkan kesalahan pemilihan dan pengolahan makanan, meskipun bahan makanan tersedia (Suhardjo, 2003). Tingkat pengetahuan gizi yang tinggi dapat membentuk sikap yang positif terhadap masalah gizi. Pada akhirnya pengetahuan akan mendorong seseorang untuk menyediakan makanan sehari-hari dalam jumlah dan kualitas gizi yang sesuai dengan kebutuhan. Kadar gizi anak dipengaruhi oleh pengasuhnya dalam hal ini adalah ibu. Kurangnya pengetahuan dan salah konsepsi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan adalah umum dijumpai setiap negara di dunia. Kemiskinan dan kekurangan persediaan pangan yang bergizi merupakan faktor

penting dalam masalah kurang gizi. Lain sebab yang penting dari gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi atau kemampuan untuk menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Suhardjo, 2003).

Pengukuran pengetahuan gizi dapat dilakukan dengan menggunakan instrumen berbentuk pertanyaan pilihan dan berganda (multiple choice test). Instrumen ini merupakan bentuk yang paling sering digunakan. Di dalam menyusun instrumen ini diperlukan jawaban-jawaban yang sudah tertera, dan responden hanya memilih jawaban yang menurutnya benar (Khomsan, 2002).

Tabel 2.1 Kategori pengetahuan gizi dapat dibagi dalam 3 kelompok, yaitu baik, sedang, dan kurang.

Kategori Pengetahuan Gizi	Skor
Baik	>80 %
Sedang	60 – 80 %
Kurang	< 60 %

(Baliwati, 2004)

4.3.1. Sarapan pagi

Sarapan pagi adalah suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas fisik pada hari itu. Paling tidak ada dua manfaat yang bisa diambil kalau kita melakukan sarapan pagi. Pertama, sarapan pagi dapat menyediakan karbohidrat yang siap digunakan untuk meningkatkan kadar gula darah. Dengan kadar gula darah yang terjamin normal, maka gairah dan konsentrasi belajar bisa lebih baik sehingga berdampak positif untuk meningkatkan produktivitas dalam hal ini adalah prestasi belajar. Kedua, pada dasarnya makan pagi akan memberikan kontribusi penting akan beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh seperti protein, lemak, vitamin dan mineral. Ketersediaan zat gizi ini bermanfaat untuk berfungsinya proses fisiologis dalam tubuh (Khomsan, 2002).

Sarapan pagi seyogyanya mengandung unsur gizi seimbang. Ini berarti kita benar-benar telah mempersiapkan diri untuk menghadapi segala aktivitas dengan amunisi yang lengkap. Hanya saja masalahnya seringkali sayur tidak bisa tersedia secara instan, sehingga makan yang disediakan minus sayuran. Namun hal ini tidak menjadi masalah karena fungsi sayuran sebagai penyumbang vitamin dan mineral bisa digantikan oleh buah.

Minum susu sangat baik karena susu selain sebagai sumber vitamin dan mineral juga kaya akan lemak, apabila kita mengkonsumsi lemak maka akan relatif lebih tahan lapar. Di dalam tubuh lemak dicerna lebih lama dibandingkan karbohidrat dan protein. Jadi konsentrasi belajar tidak terganggu karena rasa lapar (Khomsan, 2002).

Agar makanan dapat berfungsi seperti itu maka makanan yang kita makan sehari-hari harus tidak hanya sekedar makanan. Makanan harus mengandung zat-zat tertentu sehingga memenuhi fungsi tersebut, dan zat-zat ini disebut gizi. Makanan yang kita makan sehari-hari harus memelihara dan dapat meningkatkan kesehatan serat kecerdasan (Soekidjo Notoatmodjo, 2007). Membiarkan anak tidak makan di rumah dan memberinya uang untuk jajan sebenarnya kebiasaan yang tidak baik. Anak-anak umumnya tidak mengetahui makanan yang perlu dimakannya untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Orang tua pun tidak bisa mengawasi makanan apa yang dibeli anaknya diluar rumah.

Anjuran makan sehari untuk anak sekolah usia 6 sampai 12 tahun terdiri dari:

1. 1 piring nasi atau 200 gram
2. 3 potong lauk nabati atau 50 gram
3. 1,5 porsi sayur atau 100 gram tanpa kuah
4. 2 potong buah atau 100 gram buah matang (Shinta, 2001)

Tabel 2.2 Kecukupan gizi anak usia sekolah (Sjahmin moehji, 2003)

NO	Zat Gizi	Umur 7 – 9 tahun	
		Laki-laki	Perempuan
1.	Energi	1900 kalori	1900 kalori
2.	Kalsium	37 gr	37 gr
3.	Protein	0,5 mg	0,5 mg

4.3.2. Prestasi belajar

Pada umumnya prestasi belajar adalah yang dicapai oleh individu dalam hal ini anak atas proses belajar yang telah dilakukannya. Prestasi belajar juga adalah implementasi dari suatu keberhasilan anak setelah melakukan proses belajar. Jika sebelumnya telah diketahui makna dan pengertian dari metode bervariasi, maka hal yang ingin di capai dalam penerapan metode tersebut, yakni prestasi, harus pula diketahui maksud dan artinya. Hal ini dilakukan untuk lebih mempermudah proses penerapan dari metode bervariasi nantinya, yaitu dalam hal peningkatan prestasi belajar anak (Djamrah, dkk, 2002). Thoha (2009) prestasi adalah sesuatu yang berhasil diperoleh atau dilakukan dengan usaha atau keterampilan. Prestasi merupakan hasil yang dicapai dari sesuatu yang telah dilakukan. Prestasi akan dengan mudah tercapai jika dalam meraihnya muncul berbagai kreativitas yang dimiliki oleh seorang siswa yang ingin berprestasi. Dalam meraih dan menggapai prestasi maksimal, kreativitas yang tinggi tentunya sangat dibutuhkan. Dapat dikatakan bahwa prestasi merupakan

hasil maksimal yang dicapai dalam melaksanakan sesuatu dengan adanya nilai-nilai kreativitas yang dilakukan selama melaksanakannya. Oleh karena itu, prestasi adalah hal yang tak terlepas dari kreativitas dan merupakan target yang selalu diinginkan oleh siapa saja dari sesuatu yang dituntut, termasuk oleh anak yang ingin sukses dalam belajar.

Belajar yang efektif dapat membantu anak untuk meningkatkan kemampuan yang diharapkan sesuai dengan tujuan instruksional yang ingin dicapai. Untuk meningkatkan prestasi belajar yang baik perlu diperhatikan kondisi internal dan eksternal. Kondisi internal adalah kondisi atau situasi yang ada dalam diri siswa, seperti kesehatan, keterampilan, kemampuan dan sebagainya. Kondisi eksternal adalah kondisi yang ada diluar diri pribadi manusia, misalnya ruang belajar yang bersih, sarana dan prasaran belajar yang memadai (Hakim, 2000).

4.3.3. Hubungan pengetahuan Ibu tentang gizi dan sarapan pagi

Pengetahuan Ibu tentang gizi bertujuan untuk meningkatkan penggunaan sumber daya makanan yang tersedia. Dari hasil tersebut dapat diasumsikan bahwa tingkat kecukupan energi dan zat gizi pada anak relatif tinggi bila pendidikan ibu tinggi. Tingkat pengetahuan gizi yang tinggi dapat membentuk sikap yang positif terhadap pola sarapan pagi. Pada akhirnya pengetahuan akan mendorong seseorang untuk menyediakan makanan sehari-hari dalam jumlah dan kualitas gizi sesuai

dengan kebutuhan. Sarapan pagi anak dipengaruhi oleh pengasuhnya dalam hal ini adalah ibu.

Peranan orang tua dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak sangatlah penting. Menurut Ki hajar Dewantoro, pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu“, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan dapat diperoleh dari beberapa faktor baik formal seperti yang didapatkan di sekolah-sekolah maupun nonformal yang diantaranya dapat diperoleh bila ibu tersebut aktif dalam kegiatan posyandu, PKK maupun kegiatan penyuluhan masyarakat. Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, dimana hal itu dikuatkan dengan penelitian yang dilakukan Rogers (1974) yang mengungkapkan bahwa perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Soekidjo Notoatmodjo, 1993).

Ditinjau dari masalah kesehatan dan gizi, anak masa sekolah merupakan golongan yang paling mudah terkena kelainan gizi, sedangkan pada saat ini mereka sedang mengalami proses pertumbuhan yang sangat pesat, dan memerlukan zat gizi dalam jumlah yang relatif besar. Khususnya untuk masa anak sekolah merupakan masa perkembangan dimana sedang dibina untuk mandiri, berperilaku menyesuaikan terhadap lingkungan, peningkatan berbagai kemampuan dan berbagai perkembangan lain yang membutuhkan fisik yang sehat. Maka kesehatan yang baik ditunjang oleh keadaan gizi yang baik. Kondisi ini hanya dapat dicapai melalui proses pendidikan

dan pembiasaan serta penyediaan kebutuhan yang sesuai seperti makanan sehari-hari khususnya melalui sarapan pagi bagi seorang anak (Anies dan Soegeng Santoso, 1999).

Masalah makan bisa terjadi karena anak meniru pola makan ibunya yang mungkin sedang berdiet untuk menurunkan berat badan. Ibu yang pilih-pilih makanan secara tidak langsung akan menyebabkan anak berperilaku makan seperti ibunya. Kewajiban kita sebagai ibu adalah menjamin hak anak-anak untuk memperoleh makanan secara cukup dan berkualitas khususnya pada pemberian sarapan pagi. Dengan disertai pola asuh yang baik, anak-anak akan tumbuh secara optimal menjadi generasi yang ehat dan cerdas (Khomsan, 2004). Seorang ibu yang hanya tamat Sekolah Dasar belum tentu pengetahuannya jauh lebih rendah dibanding dengan ibu-ibu yang tamat dari sekolah lanjutan, karena pengetahuan itu tidak hanya diperoleh dari bangku sekolah, namun pengetahuan lebih banyak diperoleh dari pengalaman hidup sehari-hari, terutama pengetahuan ibu tentang gizi, dimana mereka dapat memperoleh pengetahuan tersebut dari kursus-kursus masakan dengan jalan mengikuti program PKK, dengan adanya kerja sama dengan ibu-ibu yang ahli dalam hal mengatur makanan keluarga. Namun dalam hal ini sering para ibu tidak memperhatikan bagaimana pengetahuannya sendiri tentang gizi, hal ini mungkin disebabkan karena faktor-faktor sosial seperti faktor sosial ekonomi yang rendah, dimana para ibu yang mencari nafkah untuk kebutuhan sehari-hari dari penghasilan yang diperoleh hanya cukup untuk kebutuhan yang sangat mendasar saja sehingga

dengan sendirinya perhatian mereka kehal-hal lain semakin berkurang termasuk dalam hal pengetahuan tentang pengaturan makanan sarapan pagi untuk anak-anaknya. Seperti sudah disebutkan, ibu selalu berusaha menjaga anak dari segala bencana dan kerisauan hidup; menyingkiri keterkejutan atau pengalaman yang mendebarkan – misalnya makan minum yang berasa “tajam” (karena itu selama menyusui bayi mereka selalu menghindari makanan pedas), tetapi juga menghindari kemarahan orang lain – karena kerisauan emosional itu dapat mengakibatkan sakit. Jika terjadi halilintar sang ibu akan mendepak telapak tangannya ke telinga anaknya, karena frustrasi dan kekecewaan dianggap dapat menimbulkan suasana kaget, maka selalu ada daya upaya sang ibu, apakah memberikan kepada si anak segala apa yang diinginkan.

Aspek budaya merupakan wujud abstrak dari segala macam ide dan gagasan manusia yang bermunculan didalam masyarakat yang memberi jiwa kepada masyarakat itu sendiri. Baik dalam bentuk atau berupa sistem pengetahuan, nilai, pandangan hidup, kepercayaan, persepsi, dan etos kebudayaan (Setiadi. 2006).

1. Sistem pengetahuan: Sistem pengetahuan yang dimiliki manusia sebagai makhluk sosial merupakan suatu akumulasi dari perjalanan hidupnya.
2. Nilai: Nilai adalah sesuatu yang baik yang selalu diinginkan, dicita-citakan dan dianggap penting oleh seluruh manusia sebagai anggota masyarakat. Karena itu, sesuatu dikatakan memiliki nilai apabila berguna dan berharga

(nilai kebenaran), indah (nilai estetika), baik (nilai moral atau etis), religius (nilai agama).

3. Pandangan hidup: Pandangan hidup merupakan pedoman bagi suatu bangsa atau masyarakat dalam menjawab atau mengatasi berbagai masalah yang dihadapinya. Didalamnya terkandung konsep nilai kehidupan yang dicita-citakan oleh suatu masyarakat.
4. Kepercayaan: Pada dasarnya, manusia yang memiliki naluri untuk menghambakan diri kepada yang Mahatinggi, yaitu dimensi lain diluar diri dan lingkungannya, yang dianggap mampu mengendalikan hidup manusia.
5. Persepsi: Persepsi atau sudut pandang ialah suatu titik tolak pemikiran yang tersusun dari seperangkat kata-kata yang digunakan untuk memahami kejadian atau gejala dalam kehidupan.
6. Etos kebudayaan

Pendapat lain, menurut Ahimsa-Putra, kearifan lokal dapat didefinisikan sebagai perangkat pengetahuan dan praktik-praktik baik yang berasal dari generasi-generasi sebelumnya maupun dari pengalaman berhubungan dengan lingkungan dan masyarakat lainnya milik suatu komunitas di suatu tempat, yang digunakan untuk menyelesaikan secara baik dan benar berbagai persoalan dan/atau kesulitan yang dihadapi.

4.1.4. Hubungan sarapan pagi terhadap prestasi belajar

Berangkat kesekolah tanpa sarapan pagi rupanya bukan kebiasaan baik untuk anak. Sarapan pagi bukan hanya penting untuk menunjang kebutuhan fisik, tapi juga mempengaruhi pencapaian prestasi belajar anak. Daya pikir dan daya mengingatnya menjadi lebih rendah. Serangkaian penelitian pernah dilakukan terhadap 600 murid di Inggris dari keluarga yang berpenghasilan rendah dan sedang. Kesimpulannya anak-anak yang tidak terbiasa sarapan pagi ternyata sulit berkonsentrasi, lambat menanggapi, dan rentang perhatiannya terhadap pelajaran sangat rendah. Gerak-geriknya lamban dan cenderung mudah tersinggung. Nilai-nilai pelajarannya umumnya lebih rendah daripada anak dari keluarga yang sering sarapan pagi. Penelitian lain dilakukan terhadap 1000 murid di Inggris juga, dari keluarga yang berpenghasilan yang rendah tidak terbiasa sarapan pagi. Setelah anak-anak itu mengikuti program wajib sarapan pagi disekolah, nilai pelajarannya rata-rata menjadi lebih bagus dari sebelumnya. Geraknya menjadi lebih lincah (Shinta, 2001).

Sukati Saidi dkk (1991) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa kebiasaan tidak sarapan pagi pada anak usia sekolah berpengaruh nyata terhadap prestasi belajar anak sekolah. Selain daya tangkap seseorang pada pagi hari sangat dipengaruhi oleh kadar gula darah. Anak-anak perlu diberikan sarapan pagi sesudah puasa 10 jam selama tidur, keadaan ini ada hubungannya dengan kerja terutama proses daya tangkap seseorang bila tidak sarapan pagi akan terjadi hipoglikemia (Depkes, 1995).

Makan terlalu banyak akan membuat anak merasa tidak nyaman, akan menyebabkan anak-anak mudah mengantuk jika langsung harus duduk disekolah. Perut kekenyangan akan membuat aliran darah terpusat diperut dan enggan menuju otak. Sebaliknya, jika perut kekenyangan anak akan langsung bergerak aktif, misalnya berlarian, perutnya akan terasa sakit karena lambungnya sulit mencerna makanan.

BAB V

PENUTUP

Pandangan masyarakat nelayan tentang sanitasi lingkungan berbeda-beda. Ada yang menganggap kebersihan itu tidak penting karena telah terbiasa dengan kehidupan yang kurang kebersihannya. Ada juga yang menganggap kalau sanitasi lingkungan itu penting. Warga masyarakat nelayan yang menganggap sanitasi lingkungan itu penting terlihat dari perilaku warganya terhadap pembuangan limbah. Limbah atau sampah yang dibuang sembarangan ke laut akan memuat pencemaran terhadap laut dan akan berdampak pada mata pencaharian warga desa Sarang Tiung sebagai pelaut. Kurangnya kesadaran terhadap sanitasi lingkungan menjadi penghambat bagi perkembangan kesehatan desa Sarang Tiung Kotabaru.

Masyarakat Pulau Kerayaan sangat terbuka terhadap perubahan apalagi semenjak adanya pembangunan desa seperti jalan beraspal dan jaringan telepon sehingga transportasi lebih mudah diakses, informasi juga lebih mudah didapat. perubahan yang lebih mencolok, yang sangat terlihat perubahannya adalah pada keadaan rumah warga. Dahulu semua rumah warga terbuat dari kayu dan berupa rumah panggung. Akan tetapi sekarang telah dapat ditemukan rumah warga yang dibangun dengan menggunakan semen. Rumah-rumah tersebut juga tidak lagi jarang ditemukan ventilasi udara dan jendela-jendela kaca. Warga desa lebih terbuka terhadap perubahan khususnya dalam hal sanitasi lingkungan.

Pengetahuan merupakan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Pengetahuan seorang ibu dibutuhkan dalam perawatan anaknya, dalam hal pemberian dan penyediaan makanannya, sehingga seorang anak tidak menderita kekurangan gizi. Kekurangan gizi juga dapat disebabkan karena pemilihan bahan makanan yang tidak benar. Pemilihan makanan ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu tentang bahan makanan. Ketidaktahuan dapat menyebabkan kesalahan pemilihan dan pengolahan makanan, meskipun bahan makanan tersedia. Pengetahuan gizi ibu bertujuan untuk meningkatkan penggunaan sumber daya makanan yang tersedia. Dari hasil tersebut dapat diasumsikan bahwa tingkat kecukupan energi dan zat gizi pada anak relatif tinggi bila pendidikan ibu tinggi. Tingkat pengetahuan gizi yang tinggi dapat membentuk sikap yang positif terhadap pola sarapan pagi. Pada akhirnya pengetahuan akan mendorong seseorang untuk menyediakan makanan sehari-hari dalam jumlah dan kualitas gizi sesuai dengan kebutuhan. Sarapan pagi anak dipengaruhi oleh pengasuhnya dalam hal ini adalah ibu.

ANGGARAN BIAYA DAN JADWAL PENELITIAN

6.1. Anggaran Biaya

No	Komponen	Usulan Biaya (Rp)
1	Pengolah Data (Max 30%)	1.500.000,00
2	Perjalanan (Max 40%)	1.400.000,00
3	Bahan Habis pakai (30%)	630.000,00
4	Lain-lain	1.470.000,00
	Jumlah	5.000.000,00

6.2. Rician Penggunaan Anggaran :

I Honorarium			
	Item	Volume	Biaya Satuan (Rp)
1	Pengolah Data		1.500.000,00
	Jumlah		1.500.000,00
II Transportasi			
1	Banjarmasin – Pulau Kerayaan	1	700.000,00
2	Pulau Kerayaan – Banjarmasin	1	700.000,00
	Jumlah		1.400.000,00
III Bahan habis Pakai			
1	Laporan Akhir	10	630.000,00
	Jumlah		630.000,00
IV Lain-lain			
1	Sewa Rumah	7	500.000,00
2	Konsumsi	21	420.000,00
3	Peralatan Penunjang	1	550.000,00
			375.000,00
	Jumlah		1.470.000,00
	Total		5.000.000,00

PUSTAKA

- Ahimsa-Putra, HS. 1997. "Sungai dan Air Ciliwung Sebuah Kajian Etnoekologi", *Prisma* 1 bulan Januari. h. 51-72.
- Anies dan Soegeng Santoso, 1999. *Mengatasi Gangguan Kesehatan Pada Anak-Anak*. Jakarta : Penerbit PT Elex Media Komputindo Gramedia
- Baliwati, Yayuk Farida, dkk. 2004. *Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta: Penerbit Swadaya
- Djamrah, Syaiful Bahri dan Aswan Zain. 2002. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta Rineka Cipta.
- Geertz, Clifford. 2003. *Pengetahuan Lokal Esai-Esai Lanjutan Antropologi Interpretatif*. Yogyakarta: Merapi.
- Keraf, A.S. 2010. *Etika lingkungan Hidup*. Jakarta. Buku Kompas
- Koentjaraningrat. 1990. *Pengantar Ilmu Antopologi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Khomsan, Ali. 2002. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: Penerbit PT Raja Grafindo Persada.
- Moleong, Lexy J. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nasrullah, 2008. *Ngaju, Ngawa, Ngambu, Liwa (Analisa Strukturalisme Levi-Strauss terhadap Pemikiran Orang Dayak Bakumpai di Sungai Barito*, Tesis, Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ridwan, N.A. 2007. Landasan Keilmuan Kearifan Lokal. *Jurnal Studi Islam dan Budaya*. Vol. 5(1), 27-38
- Sadli, Saparinah. *Persepsi Sosial Tentang Perilaku Menyimpang*. Jakarta: Tesis Bulan Bintang.
- Sarwono, Solita. 1993. *Sosiologi Kesehatan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Setiadi, Elly M, dkk. 2006. *Ilmu Sosial Budaya Dasar*. Jakarta: Kencana
- Shinta,Ratnawati, 2001. *Sehat Pangkal Cerdas*. Jakarta: Kompas
- Soekidjo Notoatmodjo, 1993. *Pengantar Pendidikan Kesehatan Dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta : Penerbit Andi Offset
- Spradley, James P. 1997, *Metode Etnografi*. Yogyakarta. Tiara Wacana
- Suhardjo. 2003. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara
- Wahyu, 2001. *Kemampuan Adaptasi Petani dalam Sistem Usahatani Sawah Pasang Surut dan Sawah Irigasi di Kalimantan Selatan*. Desertasi pada Program Pascasarjana Universitas Padjadjaran, Bandung. Naskah tidak diterbitkan.
- _____ 2008. "Ilmuwan Budaya dan Revitalisasi Kearifan Lokal Tantangan Teoritis dan Metodologis". Makalah disampaikan pada Rapat Senat Terbuka Dies Natalis ke-62 Fakultas Ilmu Budaya Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta

Lampiran :

Rumah-rumah di Pulau Kerayaan



Gizi Ikan dianggap sebagai Nilai Cerdasnya Otak (Pintar)



Upacara Adat “Katir race”

