

ABSTRAK

Pola Makan Lansia Etnik Jawa di Kota Sawahlunto

Oleh : Fitri Safrina

Fenomena lanjut usia etnik Jawa yang memilih tinggal di Kota Sawahlunto menarik perhatian penulis. Penulis mengamati fenomena-fenomena tentang kebiasaan-kebiasaan lansia etnik Jawa khususnya tentang pola makan lansia selama tinggal di Ranah Minang ini. Etnik Jawa tentu memiliki cita rasa serta selera yang berbeda dengan etnik Minang seperti cara mengelola makanan etnik Jawa dengan rasa yang manis-manis, sementara etnik Minang suka makanan bersantan dan pedas-pedas. Setelah berada di Ranah Minang, lansia beretnik Jawa masih suka mengkonsumsi makanan yang rasanya manis-manis, mereka masih mengkonsumsi makanan yang biasa dimakan di Jawa dahulu walaupun sudah berada 10 tahun lebih di Ranah Minang. Bagaimanakah proses adaptasi lansia beretnik Jawa setelah berada di Ranah Minang yang berkenaan dengan pola makan lansia beretnik Jawa. Pola makan yang peneliti amati yaitu berkenaan dengan cara lansia etnik Jawa memilih makanan, cara mengelola makanan, cara mendapatkan makanan serta cara mengkonsumsi makanan.

Teori yang digunakan untuk menjelaskan data hasil penelitian ini adalah *Teori Adaptasi* yang dikemukakan oleh Oekan Suekotjo Abdoellah. adaptasi merupakan suatu proses di mana suatu individu berusaha untuk memaksimalkan kesempatan hidupnya. Proses adaptasi dari lansia etnik Jawa yang tinggal di Kota Sawahlunto, dengan latar belakang budaya yang berbeda di Kota Sawahlunto, untuk bisa bertahan hidup dalam hal mengkonsumsi makanan, lansia etnik Jawa harus beradaptasi dengan lingkungan fisik dan sosial yang baru. Hal ini tidak berarti bahwa kehidupan lansia etnik Jawa ditentukan oleh kondisi lingkungan, karena disadari bahwa manusia dengan budayanya mampu memanipulasi lingkungannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe penelitian studi kasus dengan paradigma post-positivisme. Informan penelitian ini berjumlah 39 orang. Teknik pemilihan informan dilakukan dengan teknik *purposive sampling* (disengaja). Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi partisipasi pasif, wawancara mendalam. Peneliti melakukan triangulasi data. Analisis dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif yang dikembangkan oleh Mathew Miles dan Huberman.

Temuan dilapangan menunjukkan bahwa adaptasi yang sangat berarti bisa diamati dari strategi bertahan hidup lansia beretnik Jawa yang tinggal di Kota Sawahlunto pada umumnya memilih makanan yang rasanya manis-manis, dan rasa pahit diantara sayur pare dengan daun kates. Lansia etnik Jawa sangat tidak suka mengkonsumsi makanan-makanan yang bersantan karena menurut mereka makanan bersantan tersebut tidak baik untuk kesehatan. Proses pengolahan makanan lansia etnik Jawa dilakukan dengan cara direbus atau ditumis. Tindakan dalam memilih dan mengolah makanan yang dipilih lansia etnik Jawa tersebut berkenaan dengan nilai-nilai kebudayaan yang dipakai lansia etnik Jawa. Waktu yang dipilih lansia etnik Jawa untuk mengkonsumsi nasi dengan lauk pauk yaitu antara siang hari dengan sore hari, di pagi hari mereka hanya mengkonsumsi susu, Energen, kopi dan roti serta masih ada yang merokok di pagi hari.