

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis mengenai Makna Simbolik Tabu Makanan Pada Ibu Hamil Dan Menyusui Etnis Jawa Di Desa Bandar Klippa Kabupaten Deli Serdang yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Pemahaman masyarakat jawa terhadap tabu makanan masih dipercaya. Kepercayaan terhadap tabu makanan merupakan bentuk pelarangan untuk mengonsumsi makanan karena ada beberapa ancaman atau hukuman bagi orang yang mengonsumsinya. Pada etnis jawa sendiri tabu makanan paling banyak pada saat kehamilan dan menyusui. Tabu makanan dalam masyarakat Jawa merupakan sebuah bentuk strategi untuk mewujudkan pemaknaan Slamet yang berarti menjauhkan dari segala bentuk celoko/ciloko atau cilaka, sehingga keberadaan tabu makanan tetap dijunjung tinggi dan dipercayai ditengah perkembangan kehidupan mereka. Dalam pewarisannya, terdapat tiga proses yaitu proses penuturan orang tua kepada anak, proses mendengarkan dan menyimak serta proses menaati tabu makanan. Tabu mengenai pantangan makan pada masa kehamilan menjadi hal yang diyakini hanya sebatas mengikuti segala perintah atau anjuran orang tua. Disamping mempercayai atau tidak, tetap diyakini bahwa tabu makanan itu selalu diikuti

dengan akibatnya dan itu adalah contoh nyata. Tabu makanan tetap dijalankan dari generasi dulu sampai sekarang karena sifatnya mengikat masyarakat dengan berbagai konsekuensi yang akan diberatkan apabila melanggar sehingga sukar untuk ditinggalkan namun saat ini sedikit terjadi perubahan pada tabu makanan karena banyak ibu hamil dan menyusui yang sudah tidak lagi menjalankan hal tersebut dikarenakan adanya perubahan pola pikir yang menyudutkan tabu makanan sebagai sebuah mitos yang tidak masuk akal dan kuno

2. jenis makanan tabu pada ibu hamil terdiri dari makanan hewani seperti: kepiting, ikan lele belut, Sayuran seperti : jantung pisang, waluh, cabai, buahubahan seperti : Nanas, durian, tebu, pisang atau buah lain yang kembar atau berdempet kemudian makanan lainnya seperti gula merah, tape, pulut, santan dan minuman seperti es jenis makanan diatas diyakini dapat membahayakan ibu hamil atau berdampak buruk bagi ibu dan bayinya apabila dikonsumsi pada masa kehamilan. Jenis makanan tabu pada ibu menyusui etnis jawa yaitu: tidak boleh mengonsumsi makanan pedas seperti cabai, merica, tidak boleh mengonsumsi timun, tidak boleh mengonsumsi sayuran yang mengandung air seperti bayam, kol, sawi, tidak boleh mengonsumsi sawi, tidak boleh mengonsumsi tape, durian dan tidak boleh meminum es.
3. Makna simbolik tabu makanan pada ibu hamil seperti tabu mengonsumsi tebu dan gula merah karena dipercaya akan *watkidang* dalam proses persalinan. Makna simbolik tabu makanan pada ibu hamil seperti tabu mengonsumsi timun

karena dipercaya anak akan masuk angin. Tabu makanan memiliki makna simbolik atau akibat yang dipercaya dapat membahayakan atau berdampak buruk bagi ibu dan bayinya apabila dikonsumsi pada masa kehamilan dan menyusui.

5.2 Saran

Adapun saran yang bisa diberikan penulis terkait dengan Makna Simbolik Tabu Makanan Pada Ibu Hamil Dan Menyusui Etnis Jawa Di Desa Bandar Klippa Kabupaten Deli Serdang sebagai berikut:

1. bagi ibu hamil dan ibu menyusui, baik kiranya untuk mengikuti tradisi yang telah diturunkan secara turun temurun serta tidak ada salahnya jika mengikuti nasihat dan arahan dari orang tua terlebih jika arahan tersebut mengarah pada kebaikan ibu dan bayi. Namun, sebaiknya disertai konsultasi dengan dokter, bidan, atau ahli gizi yang mengetahui makanan apa saja yang baik dan buruk untuk ibu dan bayi.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dalam meneliti tabu makanan pada ibu hamil dan menyusui diharapkan untuk dapat mengkaji penelitian dengan menggunakan lebih banyak referensi sehingga dapat memberikan pembaharuan.