

Peran Tradisi Masak, Macak, Manak dalam Kehidupan Rumah Tangga Ibu-Ibu di Program Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (Studi Kasus di Desa Selorejo, Malang)

Ilham Lahia¹, Novantya Eka Fitri², Faizah Nur Addini³
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Malang

Correspondence

Email: Ilham.Lahia.2201116@students.um.ac.id No. Telp:

Submitted 28 Oktober 2024

Accepted 2 November 2024

Published 3 November 2024

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran tradisi Masak, Macak, Manak dalam kehidupan rumah tangga ibu-ibu yang tergabung dalam program Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) di Desa Selorejo, Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Pemilihan subjek penelitian dilakukan dengan teknik purposive sampling, yang melibatkan empat orang sebagai subjek utama. Metode pengumpulan data meliputi wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui tahap reduksi data, display data, dan verifikasi serta penarikan kesimpulan. Uji keabsahan data menggunakan metode triangulasi untuk memastikan keakuratan dan validitas temuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tradisi 3M (Masak, Macak, Manak) memiliki peran yang signifikan dalam kehidupan rumah tangga, yaitu: (1) Masak berperan sebagai sarana penguatan peran ibu dalam menjaga keharmonisan keluarga melalui penyediaan makanan yang menjadi simbol kasih sayang, (2) Macak berfungsi sebagai upaya menjaga harga diri dan citra diri ibu sebagai pilar keluarga yang dihormati, serta (3) Manak menjadi wujud tanggung jawab dalam pendidikan anak yang turut membentuk nilai-nilai moral dan sosial di dalam keluarga.

Kata Kunci: Tradisi masak; tradisi macak; tradisi manak; pemberdayaan kesejahteraan keluarga; perempuan Jawa

Abstract

This study aims to describe the role of the "Masak, Macak, Manak" tradition in the household lives of mothers involved in the Family Welfare Empowerment or Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga program in Selorejo Village, Malang. This research employs a qualitative approach with a case study design. The subjects were selected using purposive sampling, involving four individuals as the primary subjects. Data collection methods included in-depth interviews, observation, and documentation. Data analysis was conducted through data reduction, data display, verification, and conclusion drawing. The validity of the data was tested using triangulation to ensure accuracy and validity of the findings. The results indicate that the 3M tradition ("Masak, Macak, Manak") plays a significant role in household life, as follows: (1) Masak serves as a means of reinforcing the mother's role in maintaining family harmony by preparing food as a symbol of affection; (2) Macak functions as an effort to maintain self-respect and the mother's image as a respected pillar of the family; and (3) Manak represents the responsibility for child-rearing, which helps instill moral and social values within the family.

Key Words: Tradisi masak; tradisi macak; tradisi manak; pemberdayaan kesejahteraan keluarga; perempuan Jawa

PENDAHULUAN

Tradisi Masak, Macak, Manak atau dikenal dengan istilah 3M memiliki akar budaya yang mendalam dalam kehidupan perempuan Jawa, khususnya dalam lingkup keluarga dan rumah tangga (Muhmad Pirus & Nurahmawati, 2020). Dalam budaya Jawa yang paternalistik, peran perempuan kerap dibatasi pada ranah domestik yang melibatkan tanggung jawab untuk merawat, melahirkan keturunan, dan menjaga keharmonisan keluarga. Sebagai warisan budaya yang telah turun-temurun, nilai 3M ini tidak hanya mencakup tugas-tugas praktis, tetapi juga mengandung makna filosofis dan simbolik terkait identitas perempuan Jawa sebagai istri dan ibu.

Di desa Selorejo, Kabupaten Malang, tradisi 3M ini masih dipertahankan dalam kehidupan ibu-ibu yang terlibat dalam program Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK).

Program PKK merupakan upaya pemerintah dalam memberdayakan perempuan di lingkungan pedesaan melalui pelatihan dan kegiatan yang meningkatkan kesejahteraan keluarga. Dalam konteks ini, nilai-nilai 3M menjadi salah satu pondasi yang mendukung peran dan tanggung jawab perempuan dalam rumah tangga, sekaligus memperkuat ikatan sosial di antara anggota keluarga dan komunitas.

Pada konsep Masak, perempuan diharapkan dapat memenuhi kebutuhan pangan keluarga dengan menyediakan makanan yang bergizi dan mencerminkan kasih sayang kepada keluarga (Imama & Yoneno Reyes, 2021). Aktivitas memasak tidak hanya dipandang sebagai tugas rutin, tetapi sebagai bentuk pengabdian yang menunjukkan cinta kasih ibu terhadap suami dan anak-anak. Dalam tradisi Jawa, memasak juga dianggap sebagai keterampilan yang harus diwariskan, sehingga setiap keluarga memiliki resep khas yang mengandung nilai-nilai leluhur.

Macak, yang berarti merawat diri dan menjaga penampilan, menunjukkan bagaimana perempuan diharapkan mampu menjaga kehormatan keluarga melalui penampilan diri yang rapi dan menarik (Nurahmawati et al., 2022). Merawat diri dalam konteks ini bukan sekadar untuk kepuasan pribadi, tetapi sebagai wujud penghargaan terhadap suami dan lingkungan sekitar. Nilai ini mengajarkan bahwa seorang istri yang berpenampilan baik akan mencerminkan keharmonisan dan kedamaian dalam rumah tangga.

Sementara itu, Manak atau melahirkan keturunan dianggap sebagai salah satu tugas utama seorang istri dalam memenuhi tanggung jawabnya terhadap keluarga besar dan Masyarakat (Karunia, 2016). Keturunan dipandang sebagai penerus yang menjaga keberlangsungan keluarga, sehingga perempuan sering kali memiliki beban psikologis dan sosial untuk melahirkan anak. Tradisi ini tidak hanya mengukuhkan peran reproduktif perempuan, tetapi juga mengaitkan keberhasilan mereka sebagai ibu dalam mendidik anak yang memiliki nilai-nilai moral dan sosial yang baik.

Pada era modern, nilai-nilai 3M ini terus mengalami perubahan, terutama dengan adanya pengaruh globalisasi dan gerakan emansipasi perempuan (Dwi Astuti & Kistanto, 2022). Banyak perempuan Jawa kini menjalani peran ganda, sebagai ibu rumah tangga sekaligus bekerja di luar rumah (Rembang, 2016). Meskipun demikian, tradisi 3M tetap memiliki pengaruh yang kuat dalam kehidupan perempuan Jawa karena dianggap sebagai bagian penting dari identitas budaya mereka. Tradisi ini juga diadopsi dan dimaknai ulang sesuai dengan tantangan zaman, namun tetap mempertahankan esensi utamanya.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran nilai 3M dalam kehidupan ibu-ibu yang tergabung dalam PKK di Desa Selorejo, serta bagaimana mereka menyesuaikan tradisi ini dengan perubahan sosial yang terjadi. Melalui pendekatan studi kasus, penelitian ini berupaya mendalami makna dan relevansi nilai 3M dalam konteks kehidupan rumah tangga modern. Fokus pada subjek ibu-ibu PKK memungkinkan kita untuk melihat bagaimana mereka menegosiasikan peran tradisional dan tuntutan kehidupan modern secara bersamaan.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam peran tradisi *Masak*, *Macak*, *Manak* dalam kehidupan rumah tangga ibu-ibu yang tergabung dalam program Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) di Desa Selorejo, Malang. Menurut (Sugiyono, 2015), metode penelitian kualitatif sesuai untuk menggambarkan objek dalam kondisi yang alamiah, sedangkan (Moeloeng, 2005) menyatakan bahwa penelitian kualitatif merupakan metode untuk memahami fenomena yang dialami subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, dan motivasi, dengan deskripsi holistik menggunakan bahasa sehari-hari di dalam konteks khusus.

Dalam penelitian ini, pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus dipilih untuk memungkinkan pendalaman terhadap satu objek spesifik yaitu peran tradisi 3M (Masak, Macak, Manak) di dalam keluarga peserta PKK. Studi kasus ini akan mengumpulkan data dari para informan yang dianggap memahami dan terlibat langsung dalam praktik budaya 3M di lingkungan keluarga masing-masing.

Subjek penelitian ini dipilih dengan teknik *purposive sampling*, yaitu subjek yang memenuhi kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2015). Kriteria yang ditetapkan adalah ibu-ibu yang tergabung dalam kegiatan PKK di Desa Selorejo, yang memahami serta menerapkan tradisi *Masak, Macak, Manak* dalam kehidupan sehari-hari. Subjek penelitian terdiri dari empat orang yang memiliki latar belakang beragam untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang bagaimana nilai 3M diterapkan dalam berbagai situasi rumah tangga.

Tabel 1. Data Informan

No.	Nama	Keterangan
1.	IW	Ibu setengah baya berusia 35 tahun, sebagai ibu rumah tangga, pemilik lahan perkebunan dan pendidikan terakhir SMP.
2.	IR	Ibu setengah baya berusia 42 tahun, bekerja sebagai petani ladang, dan pendidikan terakhir SMP.
3.	AW	Ibu muda berusia 27 tahun yang sedang hamil anak pertama, sebagai ibu rumah tangga dan pendidikan terakhir SMA.
4.	YA	Ibu muda berusia 29 tahun, sebagai ibu rumah tangga yang sering bercocok tanam di lahan perkebunan, dan pendidikan terakhir SMA.

Metode pengumpulan data yang digunakan meliputi wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi.

1. Wawancara

Wawancara dilakukan secara mendalam dengan panduan pertanyaan yang telah disusun untuk menggali persepsi, pengalaman, dan pandangan para ibu terhadap peran tradisi *Masak, Macak, Manak*. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan data langsung dari informan mengenai penerapan tradisi dalam keseharian mereka.

2. Observasi

Observasi nonpartisipan dilakukan untuk melihat secara langsung bagaimana tradisi 3M dilaksanakan dalam konteks rumah tangga sehari-hari, serta untuk mengamati interaksi dan dinamika antara anggota keluarga dalam menjalankan tradisi tersebut. Hal ini membantu peneliti memahami peran tradisi 3M dalam bentuk yang lebih konkrit.

3. Dokumentasi

Dokumentasi berupa foto dan catatan harian juga dikumpulkan untuk melengkapi data penelitian, serta mencatat momen-momen penting yang menggambarkan penerapan tradisi *Masak, Macak, Manak* di lingkungan keluarga.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan (Bungin, 2001). Reduksi data dilakukan untuk menyederhanakan data yang telah terkumpul, sementara penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif agar peneliti dan pembaca dapat memahami konteks dan pola-pola yang ditemukan. Kesimpulan akhir ditarik berdasarkan verifikasi terhadap data yang diperoleh dari berbagai metode.

Keabsahan data diperiksa dengan metode triangulasi, di mana data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi dibandingkan satu sama lain untuk memastikan konsistensi dan validitas temuan (Moeloeng, 2005). Triangulasi ini membantu mengurangi bias dan meningkatkan keandalan data dengan memverifikasi informasi yang diperoleh dari berbagai perspektif dan sumber.

Dengan demikian, penelitian ini berupaya untuk memberikan gambaran yang mendalam dan komprehensif mengenai bagaimana tradisi *Masak, Macak, Manak* berperan dalam membentuk dinamika dan keharmonisan rumah tangga di Desa Selorejo, serta untuk memahami relevansi tradisi ini dalam konteks modern.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tradisi *Masak, Macak, Manak* masih memainkan peran penting dalam kehidupan rumah tangga ibu-ibu yang tergabung dalam PKK di Desa Selorejo, Malang. Tradisi ini berfungsi tidak hanya sebagai bentuk tanggung jawab domestik, tetapi juga sebagai cara untuk menjaga keharmonisan dan stabilitas keluarga. Ibu-ibu peserta PKK menganggap tradisi *Masak* sebagai salah satu bentuk kasih sayang dan perhatian kepada keluarga. Memasak makanan yang bergizi dan disukai anggota keluarga menjadi cara ibu-ibu mengekspresikan kepedulian, sekaligus menjaga kesehatan keluarga. Selain itu, memasak juga dianggap sebagai salah satu keterampilan penting yang diwariskan dari generasi ke generasi, yang memiliki nilai kebersamaan dan memperkuat ikatan keluarga.

Aspek *Macak* dalam tradisi 3M juga memiliki makna yang mendalam dalam kehidupan ibu-ibu PKK. Berdasarkan wawancara, sebagian besar informan menyatakan bahwa menjaga penampilan, baik dalam hal kebersihan maupun kerapian, merupakan bentuk penghormatan kepada suami dan masyarakat sekitar. Mereka percaya bahwa dengan menjaga penampilan, mereka turut menjaga kehormatan keluarga. Aktivitas *Macak* ini juga memengaruhi cara mereka dipandang oleh suami dan lingkungan, yang berdampak pada rasa percaya diri dan harga diri mereka sebagai perempuan dan ibu rumah tangga.

Peran *Manak*, atau memiliki dan merawat anak, dipandang oleh informan sebagai tugas utama seorang istri dan ibu yang tidak hanya berperan dalam meneruskan garis keturunan, tetapi juga sebagai bentuk kontribusi dalam pendidikan anak. Melalui *Manak*, ibu-ibu ini merasa memiliki tanggung jawab besar dalam membimbing anak-anak mereka agar memiliki nilai-nilai moral dan sosial yang baik. Pengalaman ibu-ibu dalam mendidik anak mencerminkan pandangan mereka bahwa seorang ibu adalah pilar utama dalam pendidikan awal anak. Hal ini menunjukkan bahwa tradisi *Manak* tidak hanya berkaitan dengan aspek biologis, tetapi juga menyangkut nilai-nilai pendidikan dan bimbingan moral dalam keluarga.

Namun, tradisi 3M ini juga mengalami adaptasi seiring dengan perkembangan zaman dan pengaruh globalisasi. Sebagian besar informan menyatakan bahwa peran mereka kini tidak hanya terbatas pada tugas-tugas domestik, tetapi juga mencakup peran ekonomi dan sosial. Banyak ibu yang mulai bekerja atau terlibat dalam kegiatan produktif di luar rumah, terutama dalam program PKK yang menawarkan pelatihan dan kegiatan pemberdayaan. Meski demikian, mereka tetap berusaha menjaga keseimbangan antara tanggung jawab rumah tangga dan peran di luar rumah, yang menjadi tantangan tersendiri dalam kehidupan mereka. Hal ini menunjukkan adanya perubahan dan penyesuaian terhadap peran tradisional yang memungkinkan perempuan untuk berkontribusi dalam aspek ekonomi keluarga tanpa mengabaikan nilai-nilai 3M.

Tradisi *Masak, Macak, Manak* memiliki relevansi yang kuat dalam kehidupan ibu-ibu di Desa Selorejo, baik sebagai wujud tanggung jawab domestik maupun sebagai alat untuk mempertahankan keharmonisan keluarga. Tradisi ini terus dijaga dan dimaknai ulang dalam konteks kehidupan modern, di mana ibu-ibu tetap berpegang pada nilai-nilai leluhur sambil beradaptasi dengan tuntutan sosial dan ekonomi yang baru. Adaptasi ini menunjukkan fleksibilitas budaya yang memungkinkan tradisi 3M tetap relevan dan berperan dalam membentuk identitas perempuan Jawa di tengah perubahan sosial yang terjadi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tradisi Masak, Macak, Manak (3M) memiliki peran penting dalam kehidupan rumah tangga ibu-ibu anggota program Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) di Desa Selorejo, Malang, yang tidak hanya mencerminkan tanggung jawab domestik tetapi juga menjaga keharmonisan keluarga dan memperkuat ikatan sosial. Melalui praktik memasak, merawat diri, dan mendidik anak, para ibu menunjukkan komitmen terhadap nilai-nilai budaya dan identitas sebagai perempuan Jawa. Namun, dengan perkembangan zaman dan globalisasi, tradisi 3M mengalami penyesuaian, di mana banyak perempuan kini berperan ganda sebagai ibu rumah tangga dan kontributor ekonomi dan sosial. Meskipun tradisi ini tetap relevan dalam konteks modern, tantangan untuk menjaga keseimbangan antara tanggung jawab rumah tangga dan peran di luar rumah tetap ada, yang perlu diperhatikan dalam upaya pemberdayaan perempuan di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bungin, B. (2001). Metodologi Penelitian Kualitatif. In *PT. Pustaka Belajar*.
- Dwi Astuti, R., & Kistanto, H. (2022). Tradisi 3M Masyarakat Jawa menurut Perspektif Gen Z Kajian: Feminisme. *Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 7(1), 49–54. <https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/JP-BSI/article/view/2474>
- Imama, Y. N., & Yoneno Reyes, M. (2021). Masak, Macak, Manak Nowadays through Challenge-Based Research on Nol Dance Creation. *Dewa Ruci: Jurnal Pengkajian Dan Penciptaan Seni*, 16(2), 75–84. <https://doi.org/10.33153/dewaruci.v16i2.3232>
- Karunia. (2016). THE IDENTITY OF JAVANESE WOMEN (The study of Phenomenology Toward Indonesian Migrant Women Workers). *JARES*, 1(1), 62–72.
- Moeloeng, L. J. (2005). Metodologi Penelitian Kualitatif. In *Remaja Rosdakarya*. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.188>
- Muhammad Pirus, M. S., & Nurahmawati, H. (2020). Javanese Women Identity Regarding 3M: Macak-Manak-Masak Values. *International Journal of Culture and History*, 7(2), 54. <https://doi.org/10.5296/ijch.v7i2.18055>
- Nurahmawati, H., Pirus, M. S. M., & Mohamed, S. (2022). Integrating intercultural communication among Javanese women married to French locals using the Javanese values of Macak-Manak-Masak (3M). *SEARCH Journal of Media and Communication Research*, 2022(iCOMS2021), 87–98.
- Rembang, S. (2016). *Konsep Gender Terhadap Peran Perempuan*.
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan. *Penerbit Alfabeta*.