

# DIVERSIFIKASI KONSUMSI PANGAN RUMAH TANGGA PEDESAAN DAN PERKOTAAN (STUDI KASUS KECAMATAN PANJI KABUPATEN SITUBONDO)

Gema Iftitah Anugerah Yekti<sup>1</sup>; Yasmini Suryaningsih<sup>2</sup>  
[gemaiftitah31@gmail.com](mailto:gemaiftitah31@gmail.com)<sup>1</sup>; [jasminumsambac95@gmail.com](mailto:jasminumsambac95@gmail.com)<sup>2</sup>  
<sup>1,2</sup>Fakultas Pertanian Universitas Abdurachman Saleh Situbondo

## *Abstract*

The aims of this study to analyze the consumption patterns in the urban and rural household, and also analyzed the dietary diversity of the urban and rural household. The method to collect data used food recall 2x24 hours method. The consumption pattern was analyzed by *Recommended Dietary Allowances (RDA)*. Diversification food consumption analyse used dietary diversity. Analysis result showed consumption patterns in the urban and rural household still not differ yet and tend to depend on one kind of food, so consumption of energy still under recommended of RDA. Consumption of energy and protein in urban is 1514,18 kcal and 40,06 g. Consumption of energy and protein in rural is 1567,77 kcal and 37,58 g. Group of food match with RDA and even more there are in group of sugar for urban area and group of oil, fat and sugar for rural area. Implementtion of diversification food consumption in urban area and rural area still not match with Dietary Diversity Score (DDS) rate for urban 57,50 and rural 50,15.

**Keyword:** rural, urban, household, consumption pattern, diversification food consumption

## PENDAHULUAN

Pangan merupakan kebutuhan mendasar manusia untuk bisa hidup dan melakukan berbagai aktivitas. Pangan juga merupakan faktor penentu kualitas sumber daya manusia, karena kebutuhan nutrisi tubuh, seperti protein, vitamin, dan unsur mikro penting lainnya terdapat dalam makanan. Berkaitan dengan hal tersebut, manusia perlu memperhatikan pola pangan yang baik bagi tubuhnya. Salah satu pola perbaikan pangan yang dianjurkan adalah diversifikasi konsumsi pangan (Anonim, 2002).

Diversifikasi pangan adalah proses pemilihan pangan yang tidak tergantung kepada satu jenis saja, tetapi terhadap macam-macam bahan pangan, karena tidak ada satu pun jenis makanan yang mengandung semua zat gizi, yang mampu membuat seseorang untuk hidup sehat, tumbuh kembang dan produktif. Diversifikasi pangan juga merupakan salah satu pilar dari program ketahanan pangan yang saat ini diupayakan terwujud oleh pemerintah. Hal ini disebabkan

karena diversifikasi pangan dianggap penting dalam pemenuhan gizi masyarakat yang dapat meningkatkan kualitas sumberdaya manusia Indonesia.

Indikator dari diversifikasi pangan yang digunakan sejauh ini adalah skor Pola Pangan Harapan (PPH), dengan skor tertinggi mencapai nilai 100. Skor PPH sendiri didapatkan dari perhitungan konsumsi energi dan protein dari 9 kelompok bahan pangan, yaitu padi-padian, umbi-umbian, minyak dan lemak, buah/biji berminyak, gula, pangan hewani, kacang-kacangan, sayur dan buah, serta lainnya (Hanani, 2005). Kualitas konsumsi pangan yang dianggap sempurna diberikan pada angka kecukupan gizi dengan skor PPH mencapai 100. Selain itu, informasi skor mutu konsumsi pangan menurut PPH di daerah sangat penting untuk tujuan perencanaan dan evaluasi penyediaan pangan bagi pemenuhan kebutuhan konsumsi pangan penduduk suatu daerah.

Secara nasional, kondisi diversifikasi konsumsi pangan mengalami penurunan dari

82,8 pada tahun 2007, menjadi 81,9 pada tahun 2008, dan turun menjadi 75,7 pada tahun 2009. Penurunan kualitas konsumsi pangan yang sangat tajam pada tahun 2009, disebabkan menurunnya konsumsi seluruh jenis komoditas pangan dalam 9 kelompok bahan pangan, kecuali minyak sawit dan minyak lainnya dari kelompok minyak dan lemak serta konsumsi minuman (Anonim, 2010).

Kondisi tersebut juga diikuti oleh skor PPH pada wilayah desa dan kota. Pada tahun 2005 skor PPH daerah perkotaan adalah 80,8 dan skor PPH daerah pedesaan sebesar 77,6 (Rachman dan Ariani, 2008). Hal tersebut menunjukkan bahwa keragaman pangan di daerah perkotaan lebih besar daripada daerah pedesaan. Cahyani (2008) juga menunjukkan bahwa tingkat konsumsi energi dan protein di daerah pedesaan lebih rendah dibandingkan daerah perkotaan di Kabupaten Banyumas. Konsumsi energi dan protein di daerah perkotaan masing-masing sebesar 91% dan 96,37%, sedangkan konsumsi energi dan protein di daerah pedesaan sebesar 84% dan 89,49%.

Meskipun skor PPH secara nasional cenderung fluktuatif, namun skor PPH wilayah pedesaan ternyata jauh lebih kecil dibandingkan wilayah perkotaan. Padahal pedesaan merupakan daerah penghasil bahan pangan yang seharusnya dapat memberikan variasi konsumsi pangan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan gizi yang dibutuhkan penduduk pedesaan. Namun skor PPH pedesaan masih lebih rendah dibandingkan wilayah perkotaan. Ironisnya, desa merupakan wilayah penyedia pangan yang seharusnya diikuti oleh konsumsi pangan masyarakatnya yang mencukupi dan beragam. Namun sejauh ini desa hanya berperan sebagai penyedia pangan kota. Berdasarkan hal tersebut, kajian tentang diversifikasi konsumsi pangan rumah tangga pedesaan dan perkotaan perlu dianalisa untuk mengetahui jenis program apa yang seharusnya diterapkan di desa dan kota terkait dengan pemenuhan gizi masyarakatnya.

Kecamatan Panji merupakan kecamatan dengan daerah teritorial terluas di Kabupaten

Situbondo yang terdiri dari 2 kelurahan dan 10 desa. Mayoritas penduduk desa bekerja di sektor pertanian, sementara penduduk kota bekerja di luar sektor pertanian. Dengan keadaan yang demikian, tentu saja terdapat perbedaan mencolok dalam pola konsumsi pangan di wilayah pedesaan dan perkotaan.

Berdasarkan penjelasan di atas, tujuan penelitian tentang diversifikasi konsumsi pangan rumah tangga pedesaan dan perkotaan yaitu untuk menganalisa pola konsumsi pangan dan kondisi diversifikasi konsumsi pangan rumah tangga pedesaan dan perkotaan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan di Kecamatan Panji Kabupaten Situbondo pada bulan April – Juli 2017. Wilayah pedesaan dilakukan di Desa Juglangan dan wilayah perkotaan dilakukan di Kelurahan Ardirejo. Pemilihan lokasi penelitian dilakukan secara *random* dengan pertimbangan bahwa kelurahan dan desa di Kecamatan Panji relatif memiliki kondisi sosial dan ekonomi yang cenderung sama. Sedangkan metode sampel yang digunakan adalah metode survai pada seluruh rumah tangga di satu RT di Desa Juglangan dan Kelurahan Ardirejo. Sedangkan penentuan RT dilakukan secara *simple random sampling*.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara langsung dengan metode *food recall* kepada responden yang dipandu dengan kuesioner. Menurut Hardiansyah (2007), metode *recall* adalah suatu metode yang dilakukan dengan mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada masa lalu, yaitu 1-3 hari yang lalu.

Analisa yang digunakan adalah analisa nilai Angka Kecukupan Energi (AKE), Angka Kecukupan Protein (AKP), dan skor Pola Pangan Harapan (PPH) dengan langkah-langkah sebagai berikut.

### a. Pengelompokan Konsumsi Pangan

Berikut adalah kelompok konsumsi pangan berdasarkan komoditasnya.

- Padi-padian, beras, jagung, gandum, dan bahan olahannya
- Umbi-umbian, singkong, ubi jalar, sagu, dan umbi lainnya
- Pangan hewani, daging ruminansia, daging unggas, telur, susu, ikan
- Minyakdan lemak, minyak kelapa, minyak sawit, minyak lainnya
- Buah/ biji berminyak, kelapa, kemiri
- Kacang-kacangan, kedelai, kacang tanah, kacang hijau, kacang lain
- Gula, gula pasir, gula merah
- Sayuran dan buah, sayur, buah
- Lain-lain, minuman, bumbu-bumbuan

Selanjutnya, disajikan konsumsi dan angka PPH anjuran dari masing-masing kelompok bahan pangan pada tabel berikut.

Tabel 1. Nilai Konsumsi dan Skor PPH Anjuran

No	KelompokPangan	Konsumsi Anjuran	Skor PPH
1	Padi-padian	1000	25,0
2	Umbi-umbian	120	2,5
3	Panganhewani	240	24,0
4	Minyakdan lemak	200	5,0
5	Buah/bijiberminyak	60	1,0
6	Kacang-kacangan	100	10,0
7	Gula	100	2,5
8	Sayurdanbuah	120	30,0
9	Lain-lain	60	0,0
Jumlah			100,0

Sumber: Deptan, 2001 dalam Hanani

### b. Perhitungan Kandungan Energi Dan Protein Aktual Kelompok Pangan

Rumus yang digunakan yaitu:

$$E_i = [B_i \times KE_i / 100 \times (BDD_i / 100)] / JRT$$

$$P_i = [B_i \times KP_i / 100 \times (BDD_i / 100)] / JRT$$

- $E_i$  : energi aktual yang dikonsumsi dari bahan pangan  $i$  (kkal/ kapita/hari)
- $P_i$  : protein aktual yang dikonsumsi dari bahan pangan  $i$  (gram/kapita/hari)
- $B_i$  : berat bahan pangan  $i$  (gram)
- $KE_i/100$ : kandungan energi/100 gram bahan pangan

$KP_i/100$ : kandungan protein/100 gram bahan pangan

$BDD_i$  : persentase bahan pangan yang dikonsumsi (%BDD)

$JRT$  : jumlah anggota rumah tangga (orang).

Dari  $E_i$  dan  $P_i$  yang didapat, kemudian dijumlahkan untuk mendapatkan total energi dan protein aktual dalam kelompok bahan pangan. Sehingga rumus yang didapatkan adalah sebagai berikut.

$$E_p = \sum_{i=1}^m E_{ip}$$

$$P_p = \sum_{i=1}^m P_{ip}$$

$E_p$  : total  $E_i$  dalam kelompok pangan  $p$  (kkal/kap/hari)

$P_p$  : total  $P_i$  dalam kelompok pangan  $p$  (gram/kap/hari)

Total dari  $E_p$  dan  $P_p$  akan menghasilkan total energi dan protein actual dari 9 bahan pangan.

$$TE = \sum_{p=1}^9 E_p$$

$$TP = \sum_{p=1}^9 P_p$$

$TE$  : total energi dari 9 kelompok bahan pangan (kkal/kapita/hari)

$TP$  : total protein dari 9 kelompok bahan pangan (gram/kapita/hari)

### c. Perhitungan Skor AKE dan AKP Aktual

Untuk mendapatkan skor AKE dan AKP aktual, digunakan rumus sebagai berikut.

$$R_p = E_p / AKE \times 100\%$$

$$S_p = P_p / AKP \times 100\%$$

$R_p$  : persentase energi aktual masing-masing kelompok pangan terhadap AKE

$S_p$  : persentase protein actual masing-masing kelompok pangan terhadap AKP

AKE : 2000 kkal/kapita/hari

AKP : 52 gram/kapita/hari

#### d. Analisis Skor PPH

Untuk mendapatkan skor PPH aktual, maka digunakan rumus sebagai berikut.

$$\text{SkorPPH} = R_p \times B_p$$

$B_p$  : bobotkelompokbahan pangan

Dari skor PPH aktual yang didapat, maka:

- Jika skor PPH actual > skor PPH maksimal, maka skor PPH adalah skor PPH maksimal
- Jika skor PPH actual < skor PPH maksimal, maka skor PPH adalah skor PPH aktual.

Setelah skor PPH masing-masing wilayah diketahui, maka dilakukan uji beda nyata. Analisis ini untuk menguji seberapa besar perbedaan diversifikasi konsumsi pangan di wilayah pedesaan dan perkotaan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pola Konsumsi Pangan

Pola konsumsi pangan rumah tangga dapat terlihat dari Angka Kecukupan Gizi (AKG), yang terdiri dari Angka Kecukupan Energi (AKE) dan Angka Kecukupan Protein (AKP) dari konsumsi 8 kelompok pangan.

#### a. Kelompok Pangan Serealialia dan Padi-Padian

Hasil penelitian menunjukkan adanya pola yang sama pada kelompok pangan serealialia dan padi-padian di rumah tangga pedesaan dan rumah tangga perkotaan. Sebagian besar masyarakat desa dan kota menjadikan beras sebagai pangan pokok utama. Meskipun, terdapat rumah tangga yang sudah mencampur berasnya dengan jagung, ataupun sumber karbohidrat lainnya, namun

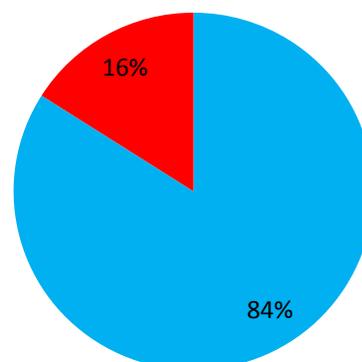
keberadaan beras dianggap penting dan tidak dapat tergantikan dengan sumber karbohidrat lainnya.

Pola konsumsi pangan kelompok pangan serealialia dan padi-padian pada rumah tangga pedesaan dan perkotaan terdapat dua pola, yaitu pola tunggal beras, dan pola mix antara beras dan jagung. Persentase jumlah kedua pola tersebut dapat dilihat pada Gambar 1.

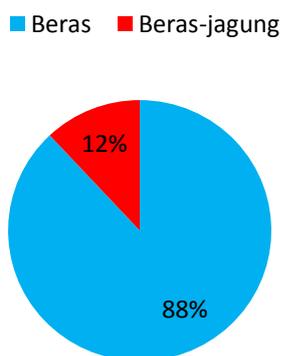
Gambar 1 menunjukkan pola konsumsi pangan kelompok serealialia dan padi-padian rumah tangga pedesaan dan perkotaan tidak jauh berbeda. Pada rumah tangga pedesaan, hanya sebesar 16% masyarakatnya yang mengkonsumsi pangan utama dengan mencampur beras dengan jagung sedangkan sebesar 84% menjadikan beras sebagai pangan tunggal. Begitu pun pada rumah tangga perkotaan, rumah tangga yang mencampur makanan pokoknya dengan non beras hanya sebesar 12%. Hal tersebut menunjukkan tingkat ketergantungan yang tinggi terhadap pangan beras dan perlahan-lahan pangan lokal non beras sudah mulai ditinggalkan. Sebagian besar rumah tangga lebih memilih beras dengan alasan sudah menjadi kebiasaan, sehingga terasa sulit untuk merubah kebiasaan tersebut.

### Rumah Tangga Pedesaan

■ Beras ■ Beras-jagung



### Rumah Tangga Perkotaan



Gambar 1. Pola Konsumsi Kelompok Pangan Sereal dan Padi-Padian

Tabel 2 menunjukkan rata-rata energi aktual yang didapatkan dari kelompok sereal dan padi-padian di bawah energi normatif yang dianjurkan yaitu sebesar 1000 kkal/kapita/hari (Anonim, 2010). Namun, energi rata-rata pada rumah tangga pedesaan lebih tinggi dari pada rumah tangga perkotaan. Hal tersebut terjadi karena rata-rata masyarakat desa mendapatkan pasokan pangan dari lahan sawah mereka sendiri. Sehingga masyarakat desa tergolong lebih mudah untuk mendapatkan pangan pokok beras dibandingkan masyarakat kota yang mendapatkan pangan pokok beras dengan cara membeli.

Tabel 2. Rata-Rata Tingkat Energi Kelompok Pangan Sereal dan Padi-Padian

Rumah Tangga	Energi Aktual (kkal)	Persentase Energi Aktual (%)	Energi Normatif (kkal)
Perkotaan	894,92	89,49	1000,00
Pedesaan	975,47	97,55	
Desa+ Kota	935,20	93,52	

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Uji t menunjukkan tidak ada beda nyata pada taraf  $\alpha$  5% antara konsumsi pangan sereal dan padi-padian pada rumah tangga pedesaan dan perkotaan. Hal tersebut menunjukkan bahwa konsumsi sereal dan

padi-padian telah menjadi pangan pokok di daerah pedesaan dan perkotaan. Sesuai pendapat Yekti (2014) yang menyatakan bahwa rumah tangga telah terpola untuk menjadikan kelompok sereal dan padi-padian, terutama beras sebagai bahan pangan pokoknya, sehingga rata-rata konsumsi beras cenderung sama.

#### b. Kelompok Pangan Umbi-Umbian

Masyarakat Indonesia juga menjadikan kelompok pangan umbi-umbian sebagai pangan pokok utama, karena kandungan karbohidratnya yang tinggi (Yekti, 2014). Hasil penelitian menunjukkan umbi-umbian yang umumnya dikonsumsi oleh rumah tangga pedesaan dan perkotaan adalah ketela pohon dan kentang. Sementara itu, rata-rata tingkat energi kelompok pangan umbi-umbian dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Rata-Rata Tingkat Energi Kelompok Pangan Umbi-Umbian

Rumah Tangga	Energi Aktual (kkal)	Persentase Energi Aktual (%)	Energi Normatif (kkal)
Perkotaan	8,63	7,19	120,00
Pedesaan	22,45	18,71	
Desa+Kota	15,54	12,95	

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Tabel 3 menunjukkan rata-rata tingkat energi aktual untuk kelompok pangan umbi-umbian di bawah energi normatif yang dianjurkan, baik rumah tangga pedesaan maupun rumah tangga perkotaan. Hal tersebut terjadi karena umumnya masyarakat desa dan kota hanya menjadikan kelompok umbi-umbian sebagai pangan selingan dan juga campuran sayur.

Hasil uji t menunjukkan tidak ada beda nyata antara konsumsi umbi-umbian pada rumah tangga pedesaan dan perkotaan. Hal tersebut terjadi karena rata-rata masyarakat desa maupun kota hanya mengkonsumsinya sebagai makanan selingan.

### c. Kelompok Pangan Buah/Biji Berminyak

Buah/biji berminyak yang umumnya dikonsumsi adalah kelapa berupa santan, yang dicampurkan pada sayur. Rata-rata tingkat energi pada kelompok buah/biji berminyak dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4. Rata-Rata Tingkat Energi Kelompok Pangan Buah/ Biji Berminyak

Rumah Tangga	Energi Aktual (kkal)	Persentase Energi Aktual (%)	Energi Normatif (kkal)
Perkotaan	5,94	9,90	60,00
Pedesaan	0,49	0,82	
Desa+Kota	3,22	5,37	

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Tabel 4 menunjukkan rumah tangga pedesaan dan perkotaan tidak terlalu menyukai makanan berbahan dasar santan. Hal tersebut dapat ditunjukkan dari energi aktual kelompok pangan ini yang relatif kecil. Rumah tangga pedesaan dan perkotaan lebih menyukai mengkonsumsi pangan yang lebih mudah penyajiannya, seperti tumis ataupun makanan yang digoreng dibandingkan dengan makanan bersantan.

Uji t menunjukkan ada beda nyata pada taraf  $\alpha$  5% antara konsumsi rumah tangga pedesaan dan rumah tangga perkotaan. Umumnya, masyarakat desa akan lebih memilih untuk mengkonsumsi makanan yang telah tersedia di lahan, tegal, ataupun pekarangannya yang didapatkan secara cuma-cuma dibandingkan dengan harus membeli. Begitupun pada kelompok buah/biji berminyak, karena tidak tersedia di sekitar mereka, sehingga mereka jarang ataupun tidak mengkonsumsi bahan pangan tersebut.

### d. Kelompok Pangan Minyak dan Lemak

Kelompok pangan minyak dan lemak yang dikonsumsi oleh rumah tangga pedesaan dan perkotaan adalah minyak kelapa sawit. Minyak kelapa sawit umumnya digunakan oleh rumah tangga untuk menggoreng dan menumis. Rata-rata energi aktual untuk kelompok pangan minyak dan lemak dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Rata-Rata Tingkat Energi Kelompok Pangan Minyak dan Lemak

Rumah Tangga	Energi Aktual (kkal)	Persentase Energi Aktual (%)	Energi Normatif (kkal)
Perkotaan	188,15	94,08	200,00
Pedesaan	201,27	100,64	
Desa+Kota	194,71	97,34	

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Tabel di atas menunjukkan konsumsi minyak pada rumah tangga pedesaan lebih tinggi dari pada rumah tangga perkotaan, bahkan energi yang dihasilkan melebihi energi normatif yang dianjurkan, yaitu sebesar 200 kkal/kapita/hari (Anonim, 2010). Hal tersebut menunjukkan bahwa masyarakat pedesaan menyukai jenis makanan yang digoreng, mulai dari lauk yang digoreng hingga kue-kue yang disajikan dengan cara digoreng.

Uji t menunjukkan tidak ada beda nyata konsumsi pangan minyak dan lemak baik pada rumah tangga pedesaan maupun perkotaan. Hal tersebut menunjukkan adanya selera yang sama antara masyarakat desa dan kota terhadap makanan yang digoreng ataupun ditumis.

### e. Kelompok Pangan Gula

Jenis gula yang dikonsumsi oleh rumah tangga pedesaan dan perkotaan adalah gula pasir. Umumnya gula digunakan untuk minuman dalam takaran yang banyak dan campuran bumbu pada makanan dalam takaran sedikit. Konsumsi gula pada rumah tangga pedesaan dan perkotaan dapat dilihat pada tabel di bawah.

Tabel 6. Rata-Rata Tingkat Energi Kelompok Pangan Gula

Rumah Tangga	Energi Aktual (kkal)	Persentase Energi Aktual (%)	Energi Normatif (kkal)
Perkotaan	145,67	145,67	100,00
Pedesaan	131,59	131,59	
Desa+Kota	138,63	138,63	

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Tabel 6 menunjukkan konsumsi gula cenderung berlebih dari konsumsi yang dianjurkan pada rumah tangga pedesaan dan perkotaan. Hal tersebut menunjukkan selera yang sama antara masyarakat desa dan kota yang menyukai rasa manis. Sedangkan uji t menunjukkan tidak ada beda nyata pada taraf  $\alpha$  5% antara konsumsi gula di rumah tangga pedesaan dan perkotaan. Sehingga, kesukaan masyarakat desa dan kota terhadap rasa manis cenderung sama.

#### f. Kelompok Pangan Hewani

Pangan hewani merupakan pangan sumber protein yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Sehingga, kebutuhan konsumsi pangan hewani merupakan proporsi kebutuhan energi terbesar nomor dua setelah kelompok pangan sereal dan padi-padian, yaitu sebesar 240 kkal/kapita/hari (Anonim, 2010). Berdasarkan hasil penelitian, kelompok pangan hewani yang umumnya dikonsumsi oleh masyarakat desa dan kota adalah jenis ikan tongkol, ikan layang, dan telur.

Tabel 7. Rata-Rata Tingkat Energi Kelompok Pangan Hewani

Rumah Tangga	Energi Aktual (kkal)	Persentase Energi Aktual (%)	Energi Normatif (kkal)
Perkotaan	99,60	41,50	240,00
Pedesaan	63,26	26,36	
Desa+Kota	81,43	33,93	

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Tabel 7 menunjukkan rata-rata konsumsi pangan hewani yang cenderung di bawah kebutuhan yang dianjurkan. Sedangkan uji t menunjukkan terdapat beda nyata pada taraf  $\alpha$  5% antara konsumsi pada rumah tangga pedesaan dan perkotaan. Hal tersebut menunjukkan tingkat kesadaran masyarakat kota yang lebih tinggi daripada desa terhadap kebutuhan protein hewani bagi pemenuhan gizi keluarganya.

Meskipun konsumsi protein hewani di kota lebih tinggi dibandingkan di desa, namun konsumsi keduanya masih relatif berada di bawah konsumsi anjuran. Hal tersebut disebabkan oleh adanya faktor kebiasaan

makan lauk yang sedikit, asal kenyang, adanya anggapan protein hewani dapat digantikan oleh protein nabati juga menjadi penyebab mereka mengonsumsi sumber pangan hewani dalam jumlah yang minim. Selain itu, faktor harga yang tinggi pada beberapa sumber pangan hewani, seperti daging sapi, ayam, dan kelompok seafood lainnya yang membuat mereka jarang, bahkan enggan untuk mengkonsumsinya.

#### g. Kelompok Pangan Kacang-Kacangan

Jenis pangan kacang-kacangan yang umumnya dikonsumsi oleh rumah tangga di pedesaan dan perkotaan adalah pangan olahan dari kedelai, yaitu tahu dan tempe. Kelompok pangan ini merupakan sumber protein nabati yang dibutuhkan oleh tubuh. Namun, kebutuhan protein nabati tidak sebesar protein hewani, yaitu sebesar 100 kkal/kapita/hari (Anonim, 2010). Konsumsi kelompok pangan kacang-kacangan dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 8. Rata-Rata Tingkat Energi Kelompok Pangan Kacang-Kacangan

Rumah Tangga	Energi Aktual (kkal)	Persentase Energi Aktual (%)	Energi Normatif (kkal)
Perkotaan	128,84	128,84	100,00
Pedesaan	149,25	149,25	
Desa+Kota	139,05	139,05	

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Tabel 8 menunjukkan rata-rata konsumsi kelompok kacang-kacangan berlebih dari kebutuhan yang dianjurkan. Faktor kesukaan, harga, kebiasaan makan tahu dan tempe, serta anggapan pengganti protein hewani menjadi faktor kelompok ini digemari oleh masyarakat. Uji t menunjukkan konsumsi kacang-kacangan pada rumah tangga pedesaan tidak berbeda nyata dengan rumah tangga perkotaan. Hal tersebut menunjukkan tingkat kesukaan yang sama terhadap kelompok pangan ini, terutama tahu dan tempe. Menurut Yekti (2014) konsumsi kelompok pangan kacang-kacangan (tahu dan tempe) disukai semua golongan dan dijadikan lauk sehari-hari, sehingga konsumsinya cenderung berlebih. Jika ditelaah lebih jauh,

konsumsi tahu dan tempe yang tinggi juga berdampak pada impor kedelai yang juga semakin tinggi. Tahu dan tempe merupakan makanan asli Indonesia namun bahan bakunya masih impor. Sebagai negara pemakan tempe dan tahu terbesar di dunia, impor kedelai tahun 2000 mencapai angka Rp4,7 triliun dengan tingkat ketergantungan terhadap kedelai impor mencapai 70% (Lastinawati, 2010).

#### h. Kelompok Pangan Sayur dan Buah

Kelompok pangan sayur dan buah merupakan kelompok pangan penting yang dibutuhkan tubuh karena merupakan sumber vitamin, mineral, serat, dan nutrisi lainnya. Sehingga kelompok ini memiliki bobot tertinggi, yaitu 5 dalam penilaian diversifikasi konsumsi pangan (Hanani, 2005).

Tabel 9. Rata-Rata Tingkat Energi Kelompok Sayur dan Buah

Rumah Tangga	Energi Aktual (kkal)	Persentase Energi Aktual (%)	Energi Normatif (kkal)
Perkotaan	42,45	35,38	120,00
Pedesaan	23,99	19,99	
Desa + Kota	33,22	27,68	

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Kontribusi konsumsi energi dari kelompok pangan sayur dan buah sebesar 33,22 kkal/kapita/hari dan masih jauh dari konsumsi energi yang dianjurkan yaitu 120 kkal/kapita/hari (Anonim, 2010). Hal ini berarti rumah tangga masih perlu didorong untuk mengkonsumsi aneka sayur dan buah lebih banyak dan beragam.

Hasil uji t menunjukkan konsumsi kelompok pangan sayur dan buah di desa berbeda nyata dengan kota. Konsumsi di desa cenderung lebih rendah dari pada di kota. Masyarakat kota sudah mulai sadar untuk mengkonsumsi buah dan sayur sebagai sumber vitamin dan serat, sehingga jumlah konsumsinya cenderung lebih tinggi daripada masyarakat desa. Selain itu, kebiasaan makan sayur dan buah yang diturunkan oleh orang

tua terhadap anak-anaknya turut menjadi faktor pendorong tingginya rendahnya konsumsi buah pada masyarakat. Untuk itu, kesadaran dan pengetahuan ibu rumah tangga sebagai penyedia gizi keluarga dibutuhkan untuk memperbaiki pola konsumsi rumah tangga.

#### Diversifikasi Konsumsi Pangan

Penilaian diversifikasi konsumsi pangan dari aspek kuantitas dapat dilihat melalui Angka Kecukupan Gizi (AKG), yang terdiri dari konsumsi energi yang tertuang pada Angka Kecukupan Energi (AKE) dan konsumsi protein yang tertuang pada Angka Kecukupan Protein (AKP). Sedangkan dari segi kualitas dapat menggunakan penilaian Pola Pangan Harapan (PPH).

##### a. Angka Kecukupan Energi (AKE)

Akumulasi tingkat konsumsi energi ini didapatkan dari akumulasi 8 kelompok pangan yang telah dijelaskan sebelumnya, meliputi kelompok sereal dan padi-padian, umbi-umbian, buah/biji berminyak, minyak dan lemak, gula, pangan hewani, kacang-kacangan, serta buah dan sayur. AKE yang dianjurkan dalam WKNPG tahun 2004 adalah sebesar 2000 kkal/kapita/hari (Cahyani, 2008).

Tabel 10. Konsumsi Energi Rumah Tangga Pedesaan dan Perkotaan

Rumah Tangga	Rata-Rata AKE (kkal)	Persentase AKE (%)
Perkotaan	1514,18	75,71
Pedesaan	1567,77	78,39
Desa + Kota	1540,98	77,05

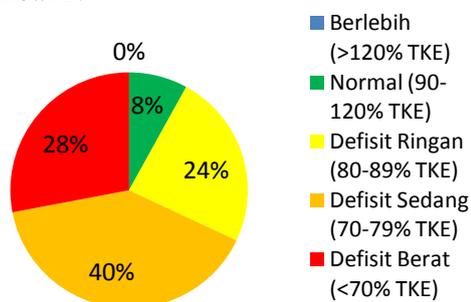
Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Tabel 10 menunjukkan konsumsi energi rumah tangga pedesaan dan perkotaan sebesar 1.540,73 kkal/kapita/hari atau sebesar 77,04% dari kebutuhan AKE. Hal tersebut berarti rumah tangga pedesaan dan perkotaan sudah dapat memenuhi kebutuhan energinya. Sesuai dengan pendapat Cahyani (2008) yang menyatakan bahwa batas suatu konsumsi energi dan protein yang dianggap rawan (defisit berat) adalah tingkat konsumsinya

kurang dari 70% angka kecukupan yang dianjurkan. Pada tingkat konsumsi tersebut, tubuh tidak dapat memenuhi energi basal metabolisme yang diperlukan untuk mempertahankan kelangsungan hidup.

Hasil uji t menunjukkan konsumsi energi rumah tangga pedesaan tidak berbeda nyata dengan rumah tangga perkotaan. Hal ini terjadi karena pola konsumsi di kedua wilayah yang cenderung tidak beragam dan hanya bergantung pada satu bahan pangan saja, sehingga konsumsi energi rata-rata hanya sebesar 1.540,73 kkal/kapita/hari.

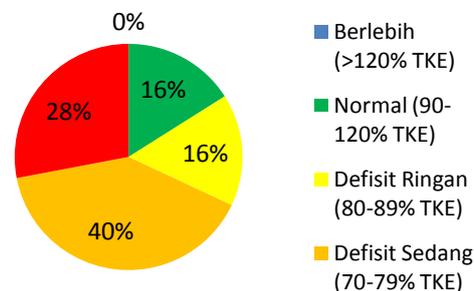
Ditinjau dari tingkat kecukupan energi, pada rumah tangga pedesaan dan perkotaan terdapat rumah tangga yang mampu memenuhi kebutuhannya, dan ada sebagian lagi yang belum bisa. Penggolongan tingkat kecukupan energi dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Sebaran Rumah Tangga Berdasar TKE Rumah Tangga Perkotaan

Gambar 2 menunjukkan sebagian besar rumah tangga perkotaan berada pada kriteria defisit sedang, yaitu sebesar 40% dengan konsumsi energi berada di kisaran 70-79% TKE. Namun, jumlah persentase terbesar kedua ditempati oleh rumah tangga dengan kriteria defisit berat, yaitu sebesar 28%. Hal ini menandakan bahwa sebesar 28% rumah tangga perkotaan belum mampu memenuhi kebutuhan energinya. Menurut Cahyani (2008), adanya rumah tangga yang konsumsi energinya < 70% mengindikasikan adanya kesenjangan yang terjadi di tengah masyarakat. Kondisi tersebut diduga berkaitan erat dengan aspek sosial ekonomi. Jika

kondisi ini terus berlanjut, maka akan berpengaruh terhadap kualitas SDM dan kasus kurang energi-protein (KEP) dapat terjadi akibat pola makanan yang buruk (Suhardjo dan Riyadi, 1988).



Gambar 3. Sebaran Rumah Tangga Berdasar TKE Rumah Tangga Pedesaan

Gambar 3 menunjukkan sebaran rumah tangga berdasarkan TKE pada rumah tangga pedesaan. Sebagian besar (40%) rumah tangga tergolong dalam defisit ringan dan 28% rumah tangga tergolong dalam defisit berat. Hal ini harus segera ditangani dengan berbagai cara, salah satunya adalah penyuluhan tentang gizi yang dapat dilakukan oleh penyuluh kesehatan dan dinas terkait untuk memperbaiki kualitas SDM, serta menghindari penyakit gizi buruk.

#### b. Angka Kecukupan Protein (AKP)

Sama halnya dengan konsumsi energi, konsumsi protein juga didapatkan dari akulasi konsumsi protein dari 8 kelompok pangan. AKP yang dianjurkan dalam WKNPG tahun 2004 adalah sebesar 52 gram/kapita/hari (Cahyani, 2008).

Tabel 11. Konsumsi Protein Rumah Tangga Pedesaan dan Perkotaan

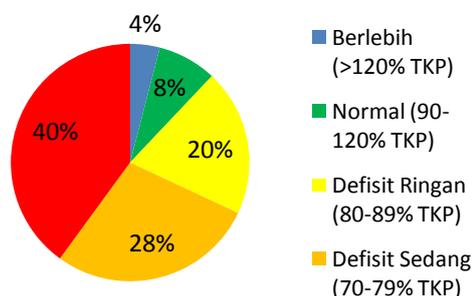
Rumah Tangga	Rata-Rata AKP (gram)	Persentase AKP (%)
Perkotaan	40,06	77,04
Pedesaan	37,58	72,23
Desa + Kota	38,82	74,63

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Konsumsi protein rata-rata untuk rumah tangga pedesaan dan perkotaan adalah sebesar 38,81 gram/kapita/hari atau sebesar 74,63%.

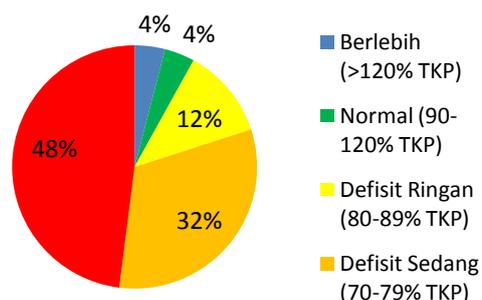
Angka ini masih berada di bawah konsumsi protein yang dianjurkan. Hal ini terjadi karena masyarakat masih dominan pada konsumsi kelompok pangan minyak dan lemak, berupa minyak kelapa sawit serta kelompok pangan gula dengan kandungan protein adalah 0%.

Hasil uji t menunjukkan konsumsi protein di kota tidak berbeda nyata dengan konsumsi di desa meskipun dari jumlah konsumsi rata-rata protein lebih tinggi kota daripada desa. Hal ini menunjukkan perbaikan pola konsumsi untuk peningkatan konsumsi protein sangat dianjurkan untuk memperbaiki gizi serta kualitas SDM desa dan kota. Data tentang sebaran rumah tangga menurut tingkat kecukupan protein (TKP) disajikan pada Gambar 4 dan 5 di bawah.



Gambar 4. Sebaran Rumah Tangga Berdasar TKP Rumah Tangga Perkotaan

Gambar 4 menunjukkan sebaran rumah tangga berdasar tingkat kecukupan proteinnya bervariasi, mulai dari berlebih hingga defisit berat. Sebagian besar (40%) berada pada rumah tangga defisi berat, namun ada rumah tangga (4%) yang cenderung berlebih dalam tingkat kecukupan proteinnya. Hal ini menunjukkan adanya ketimpangan yang cukup tinggi dalam konsumsi protein di wilayah kota. Pemahaman yang kurang tentang kandungan protein dan anggapan harga protein hewani yang cenderung tinggi menjadi salah satu faktor ketimpangan tersebut. Padahal, protein hewani, seperti golongan ikan dan telur merupakan sumber protein hewani dengan harga relatif rendah, mengingat Situbondo merupakan kawasan pesisir dan mudah mendapatkan ikan segar.



Gambar 5. Sebaran Rumah Tangga Berdasar TKP Rumah Tangga Pedesaan

Kondisi yang sama juga terjadi di wilayah desa. Sebagian besar rumah tangga (48%) berada pada kondisi konsumsi protein defisit berat. Hal ini terjadi karena kurangnya konsumsi dari kelompok pangan hewani yang merupakan sumber protein utama. Padahal untuk mencapai kualitas SDM yang baik dan mampu bersaing di era globalisasi, konsumsi protein hewani yang dibutuhkan adalah minimal 50% dari total konsumsi protein (Rachman dan Ariani, 2008).

### c. Pola Pangan Harapan (PPH)

Kualitas pola konsumsi pangan dapat dinilai menggunakan skor PPH, karena menurut Hanani (2005) penilaian dengan skor PPH lebih representatif dan banyak digunakan oleh pakar pertanian dan gizi. Senada dengan Hanani, Tejasari (2003) juga menyatakan bahwa indikator diversifikasi konsumsi pangan tingkat kelompok atau daerah yang paling cocok adalah indikator skor mutu pangan dengan pendekatan pola pangan harapan (PPH) karena mencakup aspek kuantitas dan kualitas.

Tabel 12. Rata-Rata Skor PPH Rumah Tangga Pedesaan dan Perkotaan

Kelompok Pangan	Skor PPH Kota	Skor PPH Desa	Skor PPH Ideal
	Serealia dan Padi-padian	22,37	22,60
Umbi-Umbian	0,22	0,56	2,50
Biji/Buah	0,13	0,01	1,00
Berminyak			

Kelompok Pangan	Skor PPH Kota	Skor PPH Desa	Skor PPH Ideal
Minyak dan Lemak	4,35	4,50	5,00
Gula	2,37	0,75	2,50
Pangan Hewani	9,95	6,30	24,00
Kacang-Kacangan	7,72	9,16	10,00
Sayur dan Buah	10,38	6,26	30,00
Lainnya	0,00	0,00	0,00
Total	57,50	50,15	100,00

Sumber: Data Primer Diolah, 2017

Tabel 12 menunjukkan skor PPH masing-masing kelompok pangan di wilayah kota dan desa masih di bawah skor PPH ideal dengan skor tertinggi pada kelompok pangan sereal dan padi-padian. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi pangan rumah tangga pedesaan dan perkotaan cenderung tidak beragam dan kualitas pangan yang dikonsumsi pun relatif rendah. Hasil uji t menunjukkan ada beda nyata pada  $\alpha$  5% antara wilayah kota dan desa. Tingkat konsumsi masyarakat kota lebih beragam dibandingkan konsumsi pangan masyarakat desa, meskipun masih di bawah skor PPH ideal. Desa sebagai penghasil pangan, seharusnya memudahkan masyarakat desa untuk mengakses beragam pangan yang dibutuhkan tubuh. Namun, adanya faktor kebiasaan dan pendapat "asal kenyang" mengakibatkan masyarakat desa mengkonsumsi pangan yang tidak beragam dan bergantung pada satu jenis pangan saja.

Diversifikasi konsumsi pangan masih belum tercapai di kedua wilayah tersebut. Sehingga peranan berbagai pihak terkait diperlukan untuk memperbaiki pola konsumsi rumah tangga pedesaan dan perkotaan agar kualitas SDM juga semakin meningkat.

## KESIMPULAN

Pola konsumsi pangan rumah tangga pedesaan dan perkotaan masih belum beragam dan cenderung bergantung pada satu jenis pangan, sehingga konsumsi energi cenderung

di bawah normatif yang dianjurkan. Konsumsi energi dan protein untuk wilayah kota adalah sebesar 1514,18 kkal/kapita/hari dan 40,06 gram/kapita/hari. Sedangkan konsumsi energi dan protein untuk wilayah desa adalah sebesar 1567,77 kkal/kapita/hari dan 37,58 gram/kapita/hari.

Diversifikasi konsumsi pangan pada wilayah kota dan desa masih belum tercapai. Hal tersebut ditunjukkan dari skor PPH untuk wilayah kota dan desa masing-masing 57,50 dan 50,15.

## REFERENSI

- Anonim. 2002. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Bina Kesehatan Masyarakat-Departemen Kesehatan. Jakarta
- Anonim. 2010. *Rencana Strategis Kementerian Pertanian 2010-2014*. Kementerian Pertanian. Jakarta
- Cahyani, G. I. 2008. Analisis Faktor Sosial Ekonomi Keluarga terhadap Keanekaragaman Konsumsi Pangan Berbasis Agribisnis di Kabupaten Banyumas. *Tesis*. Fakultas Pertanian Universitas Diponegoro. Semarang
- Hanani, Nuhfil. 2005. *Diversifikasi Konsumsi Pangan*. <http://nuhfil.lecture.ub.ac.id/files/.../8diversifikasi-konsumsi-pangan-8.pdf> diakses tanggal 2 Februari 2016
- Hardiansyah, Y, dkk. 2007. Review Faktor Determinan Keragaman Konsumsi Pangan. *Jurnal Gizi dan Pangan*. IPB. Bogor
- Lastinawati, Endang. 2010. Diversifikasi Pangan dalam Mencapai Ketahanan Pangan. *Jurnal Agronobis* Vol. 2 No. 4 Halaman 11-19
- Rachman, H dan Ariani, M. 2008. Penganekaragaman Konsumsi Pangan di Indonesia: Permasalahan dan Implikasi untuk Kebijakan Program. *Jurnal Analisis Kebijakan*

*Pertanian*. Vol. 6 No.2 Halaman 140-154

Singarimbun, M dan Efendi, S. 1995. *Metode Penelitian Survei*. LP3ES. Jakarta

Suhardjo, H dan Riyadi, H. 1988. *Survey Konsumsi Pangan*. IPB. Bogor

Tejasari.2003. Diversifikasi Konsumsi Pangan Berdasarkan Pendekatan Pola Pangan Harapan di Daerah Rawan Gizi. *Jurnal Media Gizi dan Keluarga*. Vol. 27 No. 1 Halaman 46-53

Yekti, Gema Iftitah. 2014. Diversifikasi Konsumsi Pangan Rumah Tangga Pedesaan. *Jurnal Agribios*. Vol. 12 No.2 Hal. 1-22