

HUBUNGAN KETAHANAN PANGAN KELUARGA DENGAN KEMAMPUAN IBU DALAM MEMENUHI KEBUTUHAN VITAMIN DARI BUAH DAN SAYUR PADA MASA PANDEMI COVID-19

Relationship between Family Food Security with Mothers' Ability to Fulfill Vitamin Needs from Fruits and Vegetables during the Covid-19 Pandemic

Silvester Gusti Kurniawan Palayukan*, Bernatal Saragih, Marwati

*Jurusan Teknologi Hasil Pertanian, Fakultas Pertanian, Universitas Mulawarman, Jl. Tanah Grogot
Kampus Gunung Kelua, Samarinda 75119.*

**Penulis korespondensi: silver22palayukan@gmail.com*

Submisi 18.2.2021; Penerimaan 29.7.2021; Dipublikasikan 2.8.2021

ABSTRAK

Pada akhir tahun 2019, muncul penyakit baru di Wuhan, Propinsi Hubei, Republik Rakyat Tiongkok, yang dinamakan *corona virus disease 2019* (Covid-19). Pencegahan dan pengobatan terhadap Covid-19 tidak cukup, tapi harus diikuti dengan kebijakan mendasar yaitu bagaimana memperkuat ketahanan pangan rumah tangga sebagai fokusnya. Peran perempuan dalam menjaga ketahanan pangan keluarga adalah kemampuan untuk mengatur ekonomi keluarga sehingga mampu untuk membeli kebutuhan pangan seperti gizi buah dan sayur. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara ketahanan pangan keluarga dengan kemampuan Ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) dari buah dan sayur pada masa pandemi Covid-19 di Desa Linggang Jelemuq, Kecamatan Tering, Kabupaten Kutai Barat, Provinsi Kalimantan Timur. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *non probability* dengan teknik *purposive sampling* yang meliputi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketahanan pangan keluarga memiliki hubungan yang bermakna dengan kemampuan ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) bersumber dari buah dan sayur pada masa pandemi Covid-19 baik pada sebelum pandemi Covid-19 ($p=0,014$) ataupun pada masa pandemi Covid-19 ($p=0,025$). Semakin baik ketahanan pangan keluarga, maka semakin baik pula kemampuan ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) bersumber dari buah dan sayur pada masa pandemi Covid-19.

Kata kunci: ketahanan pangan, kemampuan ibu, gizi buah dan sayur, Covid-19

ABSTRACT

At the end of 2019, a new disease emerged in Wuhan, Hubei Province, People's Republic of China, called coronavirus disease 2019 (Covid-19). Prevention and treatment against Covid-19 are not enough but must be followed by basic policies, namely strengthening household food security as its focus. The role of women in maintaining family food security is to manage the family economy to buy food needs such as fruit and vegetable nutrition. This study was conducted to determine the relationship between family food security and the mother's ability to meet nutritional needs (vitamins C and E) from fruits and vegetables during the Covid-19 pandemic in Linggang Jelemuq Village, District of Tering, West Kutai Regency, East Kalimantan Province. The sampling method in this study uses a non-probability method with a purposive sampling technique, which includes inclusion criteria and exclusion criteria. The results of this study indicate that family food security has a significant relationship with the mother's ability to meet nutritional needs (vitamins C and E) from fruits and vegetables before ($p=0.014$) and during ($p=0.025$) the Covid-19 pandemic. The better the family food security, the better the mother's ability to meet nutritional needs (vitamins C and E) sources from fruits and vegetables during the Covid-19 pandemic.

Keywords: food security, maternal ability, fruit and vegetable nutrition, Covid-19

PENDAHULUAN

Penularan penyakit ini terjadi jika seseorang menghirup percikan air liur yang dikeluarkan oleh penderita Covid-19 saat bersin atau batuk. Di samping itu penularan juga dapat terjadi jika seseorang memegang benda yang telah terkontaminasi percikan air liur penderita Covid-19 lalu memegang hidung atau mulut tanpa mencuci tangan terlebih dahulu. Penularan Covid-19 ini sangat cepat dan lebih mudah menyebar dari manusia ke manusia. Sampai saat ini belum ada obat yang terbukti efektif dalam mengatasi Covid-19 (Muhammad, 2020).

Untuk mencegah penyebaran penyakit ini Pemerintah Indonesia telah mengambil kebijakan dan langkah menjaga jarak sosial (*social distancing*) atau membatasi interaksi sosial, tetap tinggal di rumah (*stay at home*), kebijakan belajar, bekerja dan beribadah di rumah dan sekarang menerapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) atau membatasi perpindahan orang (Muhammad, 2020).

Agar kebijakan ini berhasil, maka Majelis Permusyawaratan Rakyat (MPR), wajib mengingatkan pemerintah bahwa secara medis pencegahan dan pengobatan tidak cukup, tapi harus diikuti dengan kebijakan mendasar yaitu bagaimana memperkuat ketahanan pangan rumah tangga sebagai fokusnya, bukan pada tataran nasional, yang meliputi ketersediaan yang cukup untuk masa tertentu dan keterjangkauan (harga yang layak) (Muhammad, 2020).

Kondisi ketahanan pangan keluarga yang tercermin dari ketersediaan pangan yang dapat mencukupi kebutuhan anggota keluarganya berpengaruh positif terhadap tingkat konsumsi dan secara tidak langsung juga akan berpengaruh terhadap status gizi. Bila ketahanan pangan keluarga baik, yang artinya ketersediaan pangan mampu mencukupi kebutuhan anggota keluarga (Muhammad, 2020).

Menurut Priminingtyas dan Yulianti (2016), ketahanan pangan tidak terlepas dari peran para petani perempuan. Perempuan terlibat dalam kegiatan produksi (*on farm*), pengolahan sampai distribusi pangan. Mereka bukan hanya menghasilkan pangan, tetapi juga menjadi penanggung jawab utama terhadap kebutuhan asupan gizi bagi seluruh anggota keluarganya. Kemampuan ibu mengolah sayur dalam memilih makanan

akan meningkatkan kemampuan ibu dalam merencanakan dan mengolah makanan dengan ragam dan kombinasi yang tepat sesuai dengan syarat-syarat gizi, pengolahan dan penyajian, serta porsi dan frekuensi konsumsi sayur (Hasanah et al., 2015).

Sayuran dan buah-buahan adalah pangan sumber vitamin, mineral dan serat. Vitamin dan mineral merupakan senyawa bioaktif yang tergolong sebagai antioksidan, yang mempunyai fungsi antara lain untuk mencegah kerusakan sel (Peraturan Menteri Kesehatan, 2014)

Desa Linggang Jelemuq adalah sebuah desa yang berada di Kecamatan Tering, Kabupaten Kutai Barat, Provinsi Kalimantan Timur, Indonesia. Desa Linggang Jelemuq merupakan jalan akses yang berada diantara Desa Tukul, Desa Muyup Ilir, Desa Muyup Ulu, Tering Seberang, Tering Pasar dan Tering Lama. Desa Linggang Jelemuq terdiri dari 4 RT, salah satunya adalah RT. 02 yang menjadi lokasi penelitian ini. Masyarakat Linggang Jelemuq sebagian besar adalah seorang petani karet, kakao dan nelayan. Biasanya para pengepul yang mengambil hasil panen dari wilayah RT. 02 tersebut, namun sekarang dikarenakan Covid-19, seluruh akses menuju Desa Linggang Jelemuq dibatasi dengan adanya portal desa untuk mencegah penyebaran Covid-19, membuat masyarakat desalah yang pergi keluar untuk mengantarkan hasil panennya ke Kecamatan Tering dan sebagian lagi di pasar Nala Kecamatan Bigung yang dapat diakses dalam waktu 10-15 menit. Sehingga hal tersebut membuat masyarakat mengeluarkan biaya yang biasanya tidak mereka keluarkan untuk biaya transportasi.

Masyarakat desa juga memiliki ladang mereka masing-masing, namun ladang tersebut tidak di sekitar rumah melainkan di luar dari wilayah desa yang tidak jauh dari desa tersebut. Mereka biasa menanam buah pisang, durian, cempedak, nangka, tomat, mangga, rambutan, kedondong dan nanas. Mereka juga menanam singkong, labu, bayam potong dan cabai. Untuk buah-buahan dan sayur-sayuran yang tidak mereka tanam, biasanya mereka mendapatkannya di pasar yang berada di Tering Seberang maupun pasar Nala. Biasanya mereka membeli buah anggur hijau, jeruk, semangka, apel, sawo dan bermacam sayur kangkung, sawi, buncis, kacang panjang, wortel, terong dan lainnya.

Sehingga membuat ibu-ibu di Desa Linggang Jelemuq bisa menyediakan buah dan sayur setiap harinya, namun dengan akses yang lumayan jauh untuk menjangkau pangan yang tidak ada di sekitar mereka. Beberapa keluarga juga biasanya hanya mengkonsumsi buah pisang, kedondong dan tomat saja. Jadi untuk gizi buah yang lainnya jarang terpenuhi. Apalagi dengan kondisi Covid-19 sekarang ini, biasanya ada tukang sayur keliling yang masuk wilayah Jelemuq, namun sekarang tidak bisa karena akses masuk ke desa dibatasi, hanya warga desa saja yang boleh keluar masuk. Sehingga membuat warga tidak bisa mendapatkan vitamin C yang misalnya terdapat di buah jeruk, apel dan buah serta sayur lainnya. Ketersediaan pangan menjadi berkurang karena adanya pembatasan pergerakan keluar masuk.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat hubungan antara ketahanan pangan keluarga dengan kemampuan ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) bersumber dari buah

dan sayur pada masa pandemi Covid-19 di Desa Linggang Jelemuq.

METODE PENELITIAN

Tempat dan waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan bulan Oktober 2020 sampai dengan November 2020 bertempat di Desa Linggang Jelemuq Kecamatan Tering, Kabupaten Kutai Barat, Kalimantan Timur.

Teknik pengumpulan data

Data primer dalam penelitian ini adalah hasil wawancara ibu yang memiliki keluarga di wilayah Desa Linggang Jelemuq menggunakan kuesioner yang dibuat berdasarkan definisi operasional dan pengukuran yang disajikan pada Tabel 1. Data sekunder yaitu profil penduduk diperoleh dari kantor Desa Linggang Jelemuq.

Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *non probability* dengan teknik *purposive sampling* yang meliputi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi pada kuesioner.

Tabel 1. Definisi Operasional dan Pengukurannya

Variabel	Definisi Operasional	Instrumen	Hasil ukur
<u>Variabel Bebas</u> Ketahanan pangan keluarga	Upaya seseorang dalam mempertahankan ketersediaan pangan dalam keluarganya	Kuesioner Menggunakan skala Likert. Pemberian skor berupa 1-4. Selalu = 4 Sering = 3 Kadang-kadang = 2 Tidak pernah = 1	1. Memenuhi ketahanan pangan jika total skor yang diperoleh > 39 2. Tidak memenuhi ketahanan pangan jika total skor yang diperoleh < 39
<u>Variabel Terikat</u> Kemampuan ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi buah dan sayur pada masa pandemi Covid-19	Kapasitas seorang ibu untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga seperti buah dan sayur selama masa pandemi Covid-19	Kuesioner Menggunakan skala Likert. Pemberian skor berupa 1-4. Selalu = 4 Sering = 3 Kadang-kadang = 2 Tidak pernah = 1	1. Mampu jika total skor yang diperoleh > 31 2. Tidak mampu jika total skor yang diperoleh < 31
Asupan vitamin C dari sayur dan buah	Terpenuhinya angka kecukupan gizi vitamin C dari sayur dan buah selama masa pandemi Covid-19	<i>Food Recall</i> 2x24 jam	1. Memenuhi AKG vitamin C harian 2. Tidak memenuhi AKG vitamin C harian
Asupan vitamin E dari sayur dan buah	Terpenuhinya angka kecukupan gizi vitamin E dari sayur dan buah selama masa pandemi Covid-19	<i>Food Recall</i> 2x24 jam	1. Memenuhi AKG vitamin E harian 2. Tidak memenuhi AKG vitamin E harian

Analisis data

Analisis data yang dilakukan menggunakan perangkat lunak (*software*) program komputer *nutrisurvey* versi Indonesia dan analisa bivariat untuk mengetahui hubungan antar dua variabel dengan menggunakan program SPSS versi 20.

Skor total variabel ketahanan pangan adalah 56 (semua jawaban benar) dari total pernyataan $14 \times 4 = 56$. Dikatakan mempunyai ketahanan pangan bila memenuhi nilai 39, yaitu 70% dari 56. Skor total kemampuan memenuhi gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur adalah 44 dari total pernyataan $11 \times 4 = 44$. Dikatakan ibu mempunyai kemampuan memenuhi gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur adalah 31, yaitu 70% dari 44.

Penentuan AKG vitamin C dan E didapat melalui AKG harian dari ibu yang berusia 16-80 tahun dengan kriteria AKG vitamin C harian adalah 75 mg, sedangkan kriteria AKG vitamin E harian untuk ibu dengan usia 16-64 tahun adalah 15 mg dan usia 65-80 tahun adalah 20 mg.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini menggunakan responden sebanyak 40 orang ibu rumah tangga di Desa Linggang Jelemuq, Kecamatan Tering, Kabupaten Kutai Barat, Kalimantan Timur. Karakteristik responden disajikan pada Tabel 2. Sebanyak 27,5% responden berusia 26-35 tahun dan 36-45 tahun, dan hanya 5% responden yang berusia >65 tahun. Responden dengan pendidikan terakhir SMA/SLTA adalah 45%, sedangkan 35% adalah lulusan SD. Sebanyak 47,5% responden merupakan petani karet, 45,5% adalah ibu rumah tangga. Suami responden sebanyak 75% bekerja sebagai petani karet dan 15% sebagai pekerja bangunan. Sebanyak 70% responden mempunyai pendapatan keluarga pada masa pandemi adalah 2,5-4 juta rupiah, 22,5% berpenghasilan 1-2,5 juta rupiah. Rendahnya penghasilan dikarenakan pekerjaan dari responden maupun suami yang merupakan petani karet, nelayan atau pekerja bangunan, dan ada juga yang hanya ibu rumah tangga, dengan masa pandemi seperti sekarang ini penghasilan menjadi menurun. Sebanyak

40% responden merupakan keluarga berjumlah 4 orang, dan 2,5% merupakan keluarga dengan komposisi masing-masing 2 dan 6 orang.

Tabel 2. Karakteristik ibu rumah tangga dan keluarga di Desa Linggang Jelemuq (n=40)

Karakteristik	n	%
<i>Usia (tahun)</i>		
17-25	6	15,0
26-35	11	27,5
36-45	11	27,5
46-55	4	10,0
56-65	6	15,0
>65	2	5,0
<i>Pendidikan terakhir</i>		
SD	14	35,0
SMP/SLTP	6	15,0
SMA/SLTA	18	45,0
S1	2	5,0
<i>Pekerjaan</i>		
Petani karet	19	47,5
Ibu rumah tangga	18	45,5
Pegawai Negeri Sipil	2	5,0
Lainnya	1	2,5
<i>Pekerjaan suami</i>		
Nelayan	4	10,0
Petani karet	30	75,0
Pekerja bangunan	6	15,0
<i>Pendapatan keluarga pada masa pandemi (juta rupiah)</i>		
1,0-2,5	9	22,5
2,5-4,0	28	70,0
4,0-5,5	1	2,5
5,5-7,0	0	0
7,0-8,5	2	5,0
<i>Jumlah anggota keluarga (orang)</i>		
2	1	2,5
3	9	22,5
4	16	40,0
5	13	32,5
6	1	2,5

Hubungan antara karakteristik keluarga dengan ketahanan pangan dan kemampuan memenuhi kebutuhan vitamin C dan E dari buah dan sayur

Di Desa Linggang Jelmuq, ketahanan pangan keluarga dan kemampuan ibu memenuhi kebutuhan vitamin keluarga berhubungan tidak nyata dengan karakteristik keluarga. Ketahanan pangan keluarga misalnya mempunyai berhubungan yang tidak nyata dengan pekerjaan suami ($p=0,875$), pendapatan pada masa pandemi

($p=0,746$) maupun jumlah anggota keluarga ($p=0,906$) (Tabel 3.). Sedangkan kemampuan ibu memenuhi kebutuhan vitamin C dan E dari buah dan sayur juga mempunyai

hubungan yang tidak nyata dengan usia ($p=0,579$), dan pendidikan ibu ($p=0,220$) (Tabel 4.).

Tabel 3. Hubungan antara karakteristik keluarga dengan ketahanan pangan keluarga pada masa pandemi

Karakteristik Keluarga	Ketahanan Pangan Keluarga, <i>n</i> (%)	
	Memenuhi	Tidak memenuhi
<i>Pekerjaan suami</i>	$p=0,875$	
Nelayan	3 (7,5)	1 (2,5)
Petani karet	22 (55,0)	8 (20,0)
Pekerja bangunan	5 (12,5)	1 (2,5)
<i>Pendapatan (juta rupiah)</i>	$p=0,746$	
1,0-2,5	7 (17,5)	2 (5,0)
2,0-4,0	20 (50,0)	8 (20,0)
4,0-5,5	1 (2,5)	0 (0,0)
5,5-7,0	-	-
7,0-8,5	2 (5,0)	0 (0,0)
<i>Jumlah anggota keluarga</i>	$p=0,906$	
2	1 (2,5)	0 (0,0)
3	6 (15,0)	3 (7,5)
4	12 (30,0)	4 (10,0)
5	10 (25,0)	3 (7,5)
6	1 (2,5)	0 (0,0)

Keterangan: Data dianalisis menggunakan *Rank Spearman*

Tabel 4. Hubungan antara karakteristik ibu (usia dan pendidikan) dengan kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) dari buah dan sayur pada masa pandemi Covid-19

Karakteristik	Kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) dari buah dan sayur, <i>n</i> (%)	
	Mampu	Tidak mampu
<i>Usia (tahun)</i>	$p=0,579$	
17-25	4 (10,0)	2 (5,0)
26-35	6 (15,0)	5 (12,5)
36-45	7 (17,5)	4 (10,0)
46-55	3 (7,5)	1 (2,5)
56-65	2 (5,0)	4 (10,0)
>65	2 (5,0)	0 (0,0)
<i>Pendidikan</i>	$p=0,220$	
SD	6 (15,0)	8 (20,0)
SMP/SLTP	3 (7,5)	3 (7,5)
SMA/SLTA	13 (32,5)	5 (12,5)
S1	2 (5,0)	0 (0,0)

Keterangan: Data dianalisis dengan *Pearson Correlation*

Bagi ibu yang hanya terkadang mengenalkan buah dan sayur yang baik untuk kesehatan apalagi pada masa pandemi Covid-19 membutuhkan pengetahuan yang lebih luas lagi, karena dari hal tersebut dapat

membantu ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi bersumber dari buah dan sayur pada masa pandemi Covid-19. Yudaningrum (2011) menyatakan bahwa hal tersebut dapat diatasi dengan memberikan informasi dan

penyuluhan mengenai kecukupan gizi serta pengaruhnya terhadap kesehatan. Dengan adanya informasi-informasi tersebut membuat ibu akan lebih optimal dalam memenuhi kebutuhan gizi yang bersumber dari buah dan sayur untuk keluarganya pada masa pandemi Covid-19.

Dari responden diketahui bahwa sebelum pandemi berlangsung biasanya ibu sering pergi ke pasar, pada saat pandemi berlangsung menjadi jarang dikarenakan adanya pembatasan keluar masuk, serta adanya jaga jarak yang menyebabkan ibu lebih baik jarang ke pasar untuk menjaga diri dari keramaian, namun meskipun begitu ibu tetap mampu memenuhi kebutuhan gizi keluarga.

Ibu yang mampu memenuhi kebutuhan gizi yang bersumber dari buah dan sayur seperti ibu selalu memberikan buah pisang dan jeruk untuk meningkatkan imunitas tubuh keluarganya. Pengetahuan ibu yang cukup luas membuat ibu mampu memenuhi kebutuhan gizi buah dan sayur keluarganya, hasil tersebut menunjukkan bahwa hal ini tidak selalu sejalan seperti yang dikatakan oleh Budiman *et al.* (2017), makin tinggi

pendidikan seseorang, maka makin mudah dalam memperoleh menerima informasi, sehingga kemampuan ibu dalam berpikir lebih rasional.

Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Kondisi Keluarga

Pandemi Covid-19 mempunyai hubungan yang tidak nyata dengan kondisi keluarga, yaitu ketahanan pangan keluarga ($p=0,271$) dan kemampuan ibu memenuhi AKG vitamin dari buah dan sayur ($p=0,787$) (Tabel 5.). Walaupun terlihat bahwa keluarga yang dapat memenuhi ketahanan pangan lebih tinggi pada masa pandemi dibanding sebelum pandemi, begitu pula kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi vitamin C dan E dari buah-buahan lebih banyak yang tidak mampu pada masa pandemi dibanding sebelum pandemi, tetapi hasil analisis statistik menyatakan bahwa pandemi Covid-19 memberikan dampak yang tidak nyata terhadap kondisi keluarga dalam pemenuhan ketahanan pangan keluarga dan kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi berupa vitamin C dan E dari buah dan sayur.

Tabel 5. Hubungan antara karakteristik keluarga dan kondisi lingkungan

Kondisi Keluarga	Kondisi Lingkungan (Pandemi Covid-19)	
	Sebelum Pandemi	Masa Pandemi
<i>Ketahanan pangan keluarga</i>	$p = 0,271$	
Memenuhi ketahanan pangan	22 (55,0)	30 (75,0)
Tidak memenuhi ketahanan pangan	18 (45,0)	10 (25,0)
<i>Kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) dari Buah dan Sayur</i>	$p = 0,787$	
Mampu	26 (65,0)	20 (50,0)
Tidak mampu	14 (35,0)	20 (50,0)
<i>AKG vitamin C bersumber dari buah dan sayur</i>		
Terpenuhi		20 (50%)
Tidak terpenuhi		20 (50%)
<i>AKG vitamin E bersumber dari buah dan sayur</i>		
Terpenuhi		20 (50%)
Tidak terpenuhi		20 (50%)

Keterangan: Data dianalisis dengan *Chi square*. Data dipresentasikan sebagai n(%).

Ketahanan pangan keluarga merupakan kemampuan keluarga untuk memenuhi kebutuhan pangan anggota rumah tangga dari segi jumlah, mutu, dan ragamnya sesuai dengan budaya setempat (Kartono *et al.*, 2012), sedangkan ketahanan pangan keluarga tercermin dari ketersediaan, kemampuan daya beli, dan keterjangkauan keluarga

dalam memenuhi pangan. Ketersediaan pangan keluarga akan dipengaruhi oleh faktor keterjangkauan (jarak) dan kemampuan daya beli keluarga terhadap bahan makanan. Bila keluarga mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan pangan yang disebabkan oleh ketidakmampuan dalam menyediakan

makanan karena jarak tempuh untuk mendapatkan makanan tidak terjangkau atau tidak mampu membeli karena segi ekonomi, maka keluarga tersebut dikatakan tidak tahan pangan. Kondisi ketahanan pangan yang menurun, akan berakibat pada kurangnya pemenuhan gizi anggota keluarga (Natalia *et al.*, 2013).

Ketersediaan pangan juga dibutuhkan oleh sebuah keluarga, terlihat dari jawaban ibu yang rendah karena hanya kadang-kadang bahkan tidak pernah mempersiapkan stok bahan makanan untuk seminggu ke depan saat sebelum pandemi Covid-19. Saat sebelum pandemi, keluarga masih menanggapi permintaan ibu dalam menyediakan stok buah-buahan, namun pada saat masa pandemi keluarga terkadang kurang menanggapi permintaan ibu. Natalia *et al.* (2013) menyebutkan, kondisi ketahanan pangan keluarga yang tercermin dari ketersediaan pangan yang dapat mencukupi kebutuhan anggota keluarganya berpengaruh positif terhadap tingkat konsumsi dan secara tidak langsung juga akan berpengaruh terhadap status gizi.

Hal tersebut juga berkaitan dengan jawaban ibu pada akses pangan yang menurun saat masa pandemi berlangsung, keluarga yang biasanya mendapatkan buah dari hasil kebun sendiri, membuat beberapa keluarga yang menjadi terkadang saja dikarenakan adanya pandemi ini. Ada juga keluarga yang biasanya membeli kebutuhan pangan terutama sayur dan buah di pasar, menjadi terkadang saja dikarenakan adanya kondisi pandemi ini. Shamadiyah dan Nasution (2018) mengatakan bahwa biasanya para ibu ke pasar dua sampai 3 kali dalam seminggu. Bahkan ada juga yang hanya seminggu sekali karena semua kebutuhan pangan sudah tersedia di sekitar mereka.

Seseorang dikatakan memiliki kemampuan atau mampu bila ia bisa dan sanggup melakukan sesuatu yang memang harus dilakukannya. Gibson *et al.* (1985) berpendapat bahwa kemampuan adalah sebuah *trait* (bawaan atau dipelajari) yang mengizinkan seseorang mengerjakan sesuatu yang berkaitan dengan mental atau fisik.

Hasil penelitian pada kemampuan ibu saat sebelum pandemi, 83% ibu menjawab pada pertanyaan bahwa ibu selalu mencuci buah dan sayur dengan air bersih sebelum diberikan ke keluarga, ada 4 keluarga yang

menjawab kadang-kadang, namun pada saat masa pandemi Covid-19 berlangsung 4 keluarga tersebut menjadi sering bahkan ada yang selalu mencuci buah dan sayur sebelum diberikan ke keluarga. Pencucian buah-buahan dan sayuran tetap merupakan salah satu cara terbaik untuk melindungi diri dan keluarga dari penyakit dan kontaminasi zat kimia (Hidayati, 2020).

Sebelum pandemi berlangsung, lebih banyak ibu menjawab sering kurang menyajikan buah-buahan karena keluarganya tidak suka buah. Namun pada saat pandemi Covid-19 ibu menjadi hanya terkadang saja kurang memberikan buah-buahan walaupun keluarganya tidak suka buah. Purwita *et al.* (2018) mengatakan bahwa perempuan mempunyai peran yang sangat penting dalam upaya konsumsi bahan pangan pada tingkat rumah tangganya mengingat bahwa di tangan perempuan atau seorang ibulah bahan pangan direncanakan, diolah dan dipersiapkan sebagai hidangan bagi keluarganya. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan kurangnya konsumsi sayur dan buah, salah satunya kurangnya kegemaran dan kebiasaan untuk mengonsumsi sayur dan buah.

Hubungan antara ketahanan pangan keluarga dan kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur

Ketahanan pangan keluarga mempunyai hubungan yang nyata dengan kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur baik pada masa sebelum pandemi ($p=0,014$), maupun pada masa pandemi ($p=0,025$) (Tabel 6.). Pada masa pandemi ketahanan pangan keluarga mengalami peningkatan, yaitu jumlah keluarga yang mampu memenuhi ketahanan pangannya meningkat menjadi 75% pada masa pandemi dibandingkan dengan sebelum masa pandemi yang berjumlah 55%. Sebaliknya kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur mengalami penurunan pada masa pandemi menjadi 60% dari semula pada masa sebelum pandemi sebesar 65%.

Pada masa pandemi, pemenuhan AKG vitamin C dan E dari buah dan sayur berhubungan tidak nyata ($p=1,000$) dengan ketahanan pangan keluarga dan kemampuan ibu memenuhi gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur (Tabel 7.).

Tabel 6. Hubungan antara ketahanan pangan keluarga dan kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) dari buah dan sayur pada kondisi sebelum dan masa pandemi Covid-19

Ketahanan Pangan Keluarga	Kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) dari buah dan sayur			
	Sebelum Pandemi		Masa Pandemi	
	Mampu	Tidak mampu	Mampu	Tidak mampu
	$p = 0,014$		$p = 0,025$	
Memenuhi ketahanan pangan	18 (45,0)	4 (10,0)	21 (52,5)	9 (22,5)
Tidak memenuhi ketahanan pangan	8 (20,0)	10 (25,0)	3 (7,5)	7 (17,5)

Keterangan: Data dianalisis dengan *Chi square*. Data dipresentasikan sebagai n(%).

Tabel 7. Hubungan antara ketahanan pangan keluarga dan kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) dari buah dan sayur dengan AKG vitamin masa pandemi Covid-19

Karakteristik keluarga	AKG vitamin dari buah dan sayur			
	Vitamin C		Vitamin E	
	Terpenuhi	Tidak terpenuhi	Terpenuhi	Tidak terpenuhi
Ketahanan Pangan Keluarga	$p = 1,000$		$p = 1,000$	
Memenuhi ketahanan pangan	15 (37,5)	15 (37,5)	15 (37,5)	15 (37,5)
Tidak memenuhi ketahanan pangan	5 (12,5)	5 (12,5)	5 (12,5)	5 (12,5)
Kemampuan ibu memenuhi kebutuhan gizi (vitamin C dan E) dari buah dan sayur	$p = 1,000$		$p = 1,000$	
Mampu	12 (30,0)	12 (30,0)	13 (32,5)	11 (27,5)
Tidak mampu	8 (20,0)	8 (20,0)	7 (17,5)	9 (22,5)

Keterangan: Data dianalisis dengan *Chi square*. Data dipresentasikan sebagai n(%).

Dari responden diketahui bahwa ketahanan pangan keluarga sangat membantu ibu untuk mampu memenuhi kebutuhan gizi yang bersumber dari buah dan sayur, membantu ibu untuk bisa menyuguhkan buah dan sayur untuk meningkatkan imunitas selama masa pandemi Covid-19, ibu juga bisa memberikan berbagai macam sayur dan buah setiap harinya. Semakin beraneka ragam jenis sayuran dan buah yang dikonsumsi oleh sampel, maka semakin banyak pula kandungan antioksidan yang didapatkan pada berbagai jenis warna sayuran dan buah (Purwita *et al.* (2018).

Pada masa pandemi Covid-19, 50% keluarga di Desa Linggang Jelemuq dapat memenuhi AKG vitamin C dan E dari buah dan sayur, yang 37,5% adalah dari keluarga yang memenuhi ketahanan pangan, atau 30% dari keluarga yang mempunyai ibu mampu memenuhi kebutuhan gizi buah dan sayur. Hal ini terjadi karena keluarga menyediakan stok sayur-sayuran dan buah-buahan untuk seminggu ke depan, keluarga juga mendapatkan pasokan sayur dari hasil kebun sendiri. Biasanya para ibu ke pasar dua

sampai 3 kali dalam seminggu. Bahkan ada juga yang hanya seminggu sekali karena semua kebutuhan pangan sudah tersedia di sekitar mereka (Shamadiyah dan Nasution, 2018). Keluarga mengonsumsi buah-buahan untuk memperoleh energi agar dapat menjaga daya tahan tubuh sehingga ibu mendorong keluarganya untuk selalu mengonsumsi buah dan sayur.

Cukup tingginya AKG vitamin C dan E yang bersumber dari buah dan sayur pada keluarga di Desa Linggang Jelemuq dimungkinkan oleh tingginya keluarga yang mempunyai ketahanan pangan keluarga, yaitu 50%. Afani *et al.* (2015) menyatakan bahwa meningkatnya ketersediaan buah dan sayur di rumah dapat meningkatkan konsumsi buah dan sayur.

Sedangkan alasan tidak terpenuhinya AKG vitamin C dan E oleh keluarga di Desa Linggang Jelemuq, dinyatakan oleh responden bahwa minimnya penghasilan menyebabkan ibu tidak mampu mengonsumsi buah setiap hari. Ibu juga tidak tahu banyak makanan seperti apa yang mengandung vitamin E, padahal ibu

melakukan penyediaan makanan dalam keluarga (Natalia *et al.*, 2013). Apabila pengetahuan ibu tentang kecukupan gizi kurang, maka banyak diantara mereka yang tidak dapat memanfaatkan bahan makanan yang bergizi yang berakibat timbulnya gangguan gizi. Selain itu, rendahnya pendapatan dan banyaknya anggota keluarga juga menjadi pemicu kurangnya penyediaan makan bagi anggota keluarga yang mempengaruhi tingkat konsumsi energi.

Alasan lainnya adalah ibu jarang mengenalkan berbagai macam buah-buahan yang sangat baik bagi kesehatan pada masa pandemi Covid-19, kurangnya pengetahuan yang didapatkan ibu tentang makanan yang dianjurkan pada masa pandemi Covid-19 ini menjadi penyebab ibu kurang mengenalkan berbagai macam buah yang baik dikonsumsi untuk meningkatkan imunitas tubuh pada masa pandemi Covid-19 ini. Terkait dengan ketahanan pangan, pendidikan dan pengetahuan ibu rumah tangga berpengaruh terhadap konsumsi anggota rumah tangga. Ibu rumah tangga berperan penting dalam pengambilan keputusan dalam konsumsi pangan, karena umumnya merekalah yang mengurus masalah dapur dan menyiapkan makanan bagi seluruh anggota rumah tangganya. Apabila pengetahuan ibu rumah tangga tentang konsumsi pangan gizi baik, maka ketercukupan gizi anggota rumah tangganya akan diperhatikan, sehingga dapat memilih bahan pangan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi rumah tangganya (Yudaningrum, 2011).

Keluarga di Desa Linggang Jelemuq yang tidak memenuhi ketahanan pangan dan ibu tidak mampu memenuhi kebutuhan gizi yang bersumber dari buah dan sayur pada masa pandemi Covid-19, adalah keluarga yang jarang bahkan tidak pernah menyiapkan stok bahan pangan untuk seminggu ke depan, terutama buah dan sayur, keluarga juga jarang menanggapi permintaan ibu untuk menyediakan stok tersebut. Ada beberapa keluarga juga yang menjadi jarang membeli sayuran dari tukang sayur keliling bahkan tidak pernah dikarenakan adanya pembatasan masuk kecuali masyarakat asli yang tinggal di Desa Linggang Jelemuq. Bahkan ada beberapa keluarga juga jarang pergi ke pasar karena adanya pembatasan sosial. Ibu juga hanya terkadang bahkan tidak pernah memanfaatkan buah-buahan yang ada di

sekeliling rumah untuk memenuhi kebutuhan pangan, karena beberapa keluarga ada yang tidak memiliki pohon buah-buahan di sekitar rumahnya. Shamadiyah dan Nasution (2018) mengatakan, petani perempuan di Gampong Blang Pala juga menanam berbagai jenis macam sayuran seperti kacang panjang, kangkung, bayam, cabai, dan lain-lain. Hal ini diperuntukkan jika tidak ada pendapatan atau kurangnya pendapatan dari hasil pertanian padi sawah, mereka masih tetap bisa makan dan menyediakan makanan bagi keluarganya.

KESIMPULAN

Ketahanan pangan keluarga dan kemampuan keluarga memenuhi kebutuhan gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur di Desa Linggang Jelemuq tidak bergantung pada karakteristik/profil keluarga. Ketahanan pangan keluarga mempunyai hubungan yang nyata ($p < 0,05$) dengan kemampuan keluarga memenuhi kebutuhan gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur. Pada masa pandemi Covid-19, di Desa Linggang Jelemuq terdapat 75% keluarga yang menunjukkan mempunyai ketahanan pangan dan 50% keluarga mampu memenuhi kebutuhan gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur. Jumlah keluarga yang mempunyai ketahanan pangan mengalami peningkatan pada masa pandemi mengalami peningkatan dibanding sebelum pandemi Covid-19, sebaliknya mengalami penurunan untuk memenuhi kebutuhan gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur. Pemenuhan AKG vitamin C dan E tidak mempunyai hubungan yang nyata dengan kemampuan keluarga memenuhi kebutuhan gizi vitamin C dan E dari buah dan sayur.

DAFTAR PUSTAKA

- Afani, Y.N., Prastiani, D.B., Kastining. 2015. Hubungan perilaku ibu dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa SDN Pedagangan 01 Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal. *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 6(1): 21-28.
- Budiman, E., Kundre, R., Lolong, J. 2017. Hubungan tingkat pendidikan, pekerjaan, status ekonomi dengan paritas di puskesmas Bahu Manado. *e-Jurnal Keperawatan*, 5(1): p.7.

- Gibson J.J., Ivancevich, J.M., Donnelly, J.H. 1985. Organisasi. Jilid 2. Perilaku, Struktur, Proses. Alih Bahasa: Soekrisno, S., Dharma, A. Erlangga, Jakarta.
- Hasanah, A.N., Keloko, A.B., Andayani, L.S. 2015. Gambaran perilaku ibu dalam penyediaan sayur keluarga di kelurahan pasir bidang Kecamatan Sarudik Kabupaten Tapanuli Tengah tahun 2012. Kebijakan, Promosi Kesehatan dan Biostatistika, 1(1): 1-9.
- Hidayati, M. 2020. Mencuci Buah dan Sayuran yang Benar. <https://dinkes.ntbprov.go.id/artikel/mencuci-buah-dan-sayuran-yang-benar/>. [5 Mei 2020]
- Kartono, D., Hardinsyah, Jahari, A.B., Sulaeman, A., Astuti, M., Soekarti, M., Riyadi, H.. 2012. Ringkasan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan bagi orang Indonesia 2012. Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi. Jakarta 20-21 November 2012.
- Muhammad, F. 2020. Ketahanan pangan rumah tangga di tengah badai corona. Republika.co.id. 23 April 2020. [5 Mei 2020].
- Natalia, L.D., Rahayuning, D., Fatimah, S. 2013. Hubungan ketahanan pangan tingkat keluarga dan tingkat kecukupan gizi dengan status gizi Batita di Desa Gondangwinangun Tahun 2012. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2(2): p.19.
- Peraturan Menteri Kesehatan. 2014. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang.
- Priminingtyas, D.N., Yuliati, Y. 2016. Peran Perempuan dalam Ketahanan Pangan Keluarga. Prosiding Seminar Nasional Pembangunan Pertanian. Fakultas Pertanian Universitas Brawijaya. Malang 12 November 2016. p.422-424.
- Purwita, N.K.D.D., Kencana, I.K., Kusumajaya, A.A.N. 2018. Gambaran konsumsi sayur dan buah dengan status gizi remaja di SMP Negeri 3 Kabupaten Badung. Jurnal Ilmu Gizi, 7(3): 57-63.
- Shamadiyah, N., Nasution, P. 2018. Peran perempuan dalam ketersediaan pangan rumah tangga (studi kasus pada masyarakat petani padi di Gampong Blang Pala, Kecamatan Banda Baro, Kabupaten Aceh Utara, Provinsi Aceh. AGRIFO: Jurnal Agribisnis Universitas Malikussaleh, 3(2): 45-54.
- Yudaningrum, A. 2011. Analisis Hubungan Proporsi Pengeluaran Dan Konsumsi Pangan Ketahanan Pangan Dengan Ketahanan Pangan Rumah Tangga Petani Di Kabupaten Kulon Progo. Skripsi. Fakultas Pertanian, Universitas Sebelas Maret, Surakarta.