

**POLA KONSUMSI PANGAN RUMAH TANGGA MASYARAKAT PESISIR DI
KABUPATEN BULUNGAN, PROVINSI KALIMANTAN UTARA, SELAMA
PANDEMI COVID-19: Studi Kasus pada Desa Tanah Kuning dan Desa
Mangkupadi**

*Dietary Consumption Patterns of Coastal Household Communities in Bulungan
Regency, North Kalimantan Province, During the Covid-19 Pandemic: Case Study of
Tanah Kuning and Mangkupadi Villages*

Fitrah Pangerang*, Didi Adriansyah

Program Studi Agroteknologi Fakultas Pertanian, Universitas Kaltara, Tanjung Selor

**)Penulis korespondensi: fitrahpangerang2@gmail.com*

Submisi 1.8.2022; Diterima 17.9.2022; Dipublikasikan 24.9.2022

ABSTRAK

Pangan merupakan kebutuhan yang paling mendasar bagi setiap makhluk hidup untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan tenaga agar bisa melakukan aktivitas sehari-hari. Situasi pandemi Covid-19, membuat perubahan situasi baru hampir semua aspek kehidupan, termasuk perubahan rantai pasok pangan mulai dari hulu hingga hilir sehingga menimbulkan permasalahan konsumsi pangan masyarakat terkait keseimbangan jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola konsumsi pangan rumah tangga berdasarkan aspek kuantitas dan kualitas. Metode pengumpulan data menggunakan metode *food recall* 2 x 24 jam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi energi rumah tangga Desa Tanah Kuning dan Desa Mangkupadi di masa pandemi tergolong defisit dengan angka kecukupan energi (AKE) aktualnya berturut-turut 979,25 kkal/kapita/hari dan 779,15 kkal/kapita/hari dengan rata-rata tingkat kecukupan energi (TKE) sebesar 45,54% dan 36,24%. Dilain pihak, konsumsi protein rumah tangga Desa Tanah Kuning tergolong normal sedangkan Desa Mangkupadi tergolong sedang dengan rata-rata kecukupan protein (AKP) aktualnya masing-masing sebesar 68,94 gram/kapita/hari dan 46,63 gram/kapita/hari dengan tingkat kecukupan protein berturut-turut sebesar 108,64% dan 73,37%. Kualitas konsumsi pangan rumah tangga masyarakat Desa Tanah Kuning dan Desa Mangkupadi belum beragam dan belum seimbang (dibawah standar ideal), skor Pola Pangan Harapan (PPH) kedua desa tersebut berturut-turut adalah 41,70% dan 34,80%.

Kata kunci: Konsumsi pangan, Angka Kecukupan Energi, Angka Kecukupan Protein, Pola Pangan Harapan

ABSTRACT

Food is the most basic need for every living creature to meet the nutritional and energy needs to carry out daily activities. The Covid-19 pandemic situation has changed the situation in almost all aspects of life, including changes in the food supply chain from upstream to downstream, causing problems in public food consumption related to the balance of the amount and type of food consumed. This study aims to determine the pattern of household food consumption based on aspects of quantity and quality. The data collection method used the food recall method 2 x 24 hours. The results showed that household energy consumption in Tanah Kuning and Mangkupadi Villages during the Covid-19 pandemic was classified as a deficit with an actual Recommended Energy Allowance (REA) of 979.25 and 779.15 kcal/capita/day in Tanah Kuning Village and Mangkupadi Village, respectively, with an average energy intake (AEI) of 45.54% and 36.24%, respectively. Meanwhile, the household protein consumption of Tanah Kuning Village was classified as normal and Mangkupadi was classified as moderate with an actual Recommended Protein Allowance (RPA) of 68.94 grams/capita/day and 46.63 grams/capita/day, respectively, with average protein intake (API) of 108.64% and 73.37%. The quality of household dietary allowance in Tanah Kuning and Mangkupadi Villages based on Desirable Dietary Pattern (DDP) was not diverse nor balanced with DDP scores below the ideal standard of 41.70% and Mangkupadi 34.80%.

Keywords: dietary allowance, average energy intake, average protein intake, desirable dietary pattern

PENDAHULUAN

Pangan merupakan kebutuhan yang paling mendasar bagi setiap makhluk hidup untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan tenaga agar bisa melakukan aktivitas sehari-hari. Tercukupinya asupan gizi yang terkandung dalam pangan dan diserap oleh tubuh dapat menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas. Keberagaman jenis dan keseimbangan gizi sangat dibutuhkan tubuh untuk hidup sehat, aktif, dan produktif (Handayani *et al.* 2019) sehingga dibutuhkan diversifikasi konsumsi pangan untuk menciptakan sumber daya manusia yang lebih berkualitas dan berdaya saing (Badan Ketahanan Pangan Republik Indonesia, 2013).

Konsumsi pangan menurut Badan Ketahanan Pangan (2013) adalah sejumlah makanan dan minuman yang dikonsumsi seseorang, kelompok, atau penduduk untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Keseimbangan jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi merupakan hal yang penting untuk diperhatikan karena satu jenis makanan saja tidak bisa memberikan kebutuhan gizi yang memadai. Tercukupinya kebutuhan pangan dapat diindikasikan dari pemenuhan kebutuhan energi dan protein (Adriani dan Wirtjatmadi, 2012). Zat-zat gizi lain akan terpenuhi jika konsumsi energi dan protein sudah terpenuhi sesuai Angka Kecukupan Gizi (AKG). Indikator yang digunakan untuk analisis konsumsi yaitu dari pengukuran kecukupan konsumsi energi dan protein. Konsumsi energi dan protein tersebut mengacu pada Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) tahun 2012, yaitu kecukupan konsumsi energi yang dianjurkan sebesar 2.150 kkal/kapita/hari dan kecukupan konsumsi protein adalah sebesar 57 gram/kapita/hari.

Sehubungan dengan keanekaragaman konsumsi pangan masyarakat pada situasi pandemi Covid-19 yang cenderung mengalami perubahan situasi baru termasuk perubahan pola rantai pasok pangan mulai dari hulu hingga hilir yang menimbulkan permasalahan konsumsi pangan masyarakat khususnya masyarakat pesisir. Desa Tanah Kuning dan Mangkupati merupakan wilayah kabupaten Bulungan yang merupakan

kawasan daerah pesisir, dimana sumber utama pencahariannya berasal dari laut luas. Ketersediaan pangan bagi masyarakat pesisir sangat ditentukan oleh distribusi dan akses terhadap pangan yang tersedia. Sehingga penelitian ini dilakukan dengan studi kasus untuk menilai kondisi aktual dari pola konsumsi pangan di desa Tanah Kuning dan Mangkupati pada situasi pandemi ini dengan melakukan pengukuran pendekatan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang meliputi Angka Kecukupan Energi (AKE) dan Angka Kecukupan Protein (AKP) dan pendekatan nilai/skor PPH untuk menggambarkan pencapaian konsumsi pangan yang beragam, bergizi, berimbang dan aman.

BAHAN DAN METODE

Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode survei. Lokasi penelitian dipilih secara sengaja (*purposive*), yaitu desa Tanah Kuning dan Mangkupati Kecamatan Tanjung Palas Timur. Pemilihan lokasi tersebut didasarkan pertimbangan bahwa desa tersebut merupakan wilayah pesisir

Populasi dalam penelitian ini adalah rumah tangga masing-masing desa tersebut. Unit analisis penelitian ini adalah rumah tangga dan responden pada penelitian ini adalah ibu rumah tangga. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini di dasarkan pada rumus Slovin dalam Mustafa (2019) dengan tingkat kepercayaan 90% dengan nilai $e = 10\%$ adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah Sampel

N = Jumlah Populasi

e = Tingkat kesalahan dalam memilih anggota sampel yang ditoleransi sebesar 10%

Dari perhitungan tersebut diperoleh sampel 90 rumah tangga Tanah Kuning dan Mangkupati sebanyak 84 rumah tangga. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*. Data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data primer antara lain data karakteristik

responden, pendapatan rumah tangga, dan konsumsi pangan rumah tangga. Data sekunder diperoleh dari publikasi, dan sumber pustaka lain yang berhubungan dengan penelitian ini. Data jumlah dan jenis pangan rumah tangga dikumpulkan dengan menggunakan metode *recall* selama 24 jam dan dilakukan selama dua hari tidak berturut-turut.

Analisis Data

Analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Data-data karakteristik konsumsi pangan responden dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif. Analisis data pola konsumsi pangan rumah tangga dilakukan secara kuantitatif yaitu menghitung: (1) jumlah konsumsi dan tingkat konsumsi zat gizi; (2) kontribusi kelompok pangan terhadap total zat gizi yang direkomendasikan (% AKG); dan (3) kualitas konsumsi pangan menurut skor PPH.

Penilaian konsumsi pangan rumah tangga menggunakan metode *food recall* dengan jangka waktu 2x24 jam dengan tahapan meliputi: (1) Melakukan konversi bahan pangan dalam satuan gram; (2) Menjumlahkan bahan pangan yang seragam sehingga diperoleh jumlah konsumsi bahan pangan dalam satu hari; (3) Melakukan pengelompokan bahan pangan dalam sembilan kelompok pangan PPH yaitu padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, sayur dan buah, minyak dan lemak, buah dan biji berminyak, dan lainnya (Kartono *et al.*, 2012); dan (4) Menghitung rata-rata konsumsi zat gizi rumah tangga per kapita per hari berdasarkan jenis bahan pangan, jenis kelompok pangan, dan total keseluruhan. Tingkat konsumsi zat gizi dihitung dengan rumus:

$$\text{Tingkat konsumsi zat gizi} = \frac{\text{Konsumsi zat gizi}}{\text{AKG}} \times 100\%$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsumsi pangan merupakan salah satu komponen dalam sistem pangan dan gizi. Berdasarkan pedoman gizi untuk mengetahui kecukupan atau terpenuhinya konsumsi pangan suatu rumah tangga maka dapat diukur melalui pendekatan AKG yang meliputi aspek kuantitas yaitu angka kecukupan energi dan angka kecukupan protein dan aspek kualitas

menggunakan pendekatan pola pangan harapan. (PPH). Konsumsi protein dan energi rumah tangga dapat diperoleh dari perhitungan nilai gizi dari bahan makanan yang dikonsumsi, mulai dari Ukuran Rumah Tangga (URT) maupun Bagian makanan yang Dapat Dimakan (bdd). Analisis kandungan gizi menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) yang terdiri dari susunan kandungan energi, protein, lemak, karbohidrat dan lain-lain. DKBM dikeluarkan oleh Direktorat Gizi Depkes RI sebagai patokan. Klasifikasi tingkat konsumsi dibagi menjadi 4, yaitu (1) Baik, TKG \geq 100% AKG, (2) Sedang, TKG 80-99% AKG, (3) Kurang, TKG 70-80% AKG, (4) Defisit, TKG $<$ 70% AKG.

Angka Kecukupan Energi dan Tingkat Konsumsi Energi

Konsumsi energi dapat digunakan untuk mengukur kuantitas pangan rumah tangga berdasarkan tingkat pencapaian konsumsi dalam satuan kkal/kap/hari. Tercukupinya kebutuhan pangan dapat diindikasikan dari pemenuhan kebutuhan energi. Sesuai hasil Seminar Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi XI tahun 2018 yang menyatakan bahwa tingkat konsumsi energi merupakan indikator mutu gizi yang umum digunakan untuk mengukur status gizi. Rekomendasi Angka Kecukupan Energi agar seseorang dapat hidup sehat dan dapat aktif menjalankan aktivitas sehari-hari secara produktif yaitu sebesar 2.150 kkal/kap/hari (Hardinsyah dan Mira, 2019). Berikut ini merupakan rata-rata konsumsi energi rumah tangga masyarakat pesisir desa Tanah Kuning dan Mangkupati berdasarkan kelompok pangan disajikan pada Tabel. 1.

Rata-rata konsumsi energi rumah tangga desa Tanah Kuning yaitu sebesar 979,25 kkal/kapita/hari dan Mangkupati 779,15 kkal/kap/hari. Ini menunjukkan bahwa konsumsi energi pada rumah tangga desa tanah kuning dan Mangkupati masih kurang dari konsumsi energi yang dianjurkan yaitu sebesar 2.150 kkal/kap/hari. Rendahnya konsumsi energi pada rumah tangga desa Tanah Kuning dan Mangkupati disebabkan karena kurangnya konsumsi energi rumah tangga pada setiap jenis kelompok pangan lainnya. Hal ini ditunjukkan dengan beberapa

kelompok bahan pangan konsumsi energinya jauh dari standar idealnya. Rata-rata tingkat konsumsi energi rumah tangga Tanah Kuning dan Mangkupadi berada pada posisi angka 45,54% dan 36,24% yang menunjukkan

bahwa konsumsi energi rumah tangga desa tanah kuning maupun Mangkupadi tergolong pada kategori defisit (<70% AKG) yaitu pola konsumsi pangan belum beraneka ragam dari sisi kuantitas.

Tabel 1. Profil Konsumsi Energi (AKE) dan Tingkat Konsumsi Energi (TKE) Rumah Tangga Desa Tanah Kuning dan Mangkupadi

Kelompok Bahan Pangan	AKE Aktual (kkal)		AKE Normatif (kkal)	TKE Aktual (%)		TKE Normatif (%)
	Desa Tanah Kuning	Desa Mangkupadi		Desa Tanah Kuning	Desa Mangkupadi	
Padi-padian	459,41	430,31	1.075,00	21,37	20,01	50,00
Umbi-umbian	0,00	9,76	129,00	0,00	0,45	6,00
Pangan hewani	401,82	222,53	258,00	18,69	10,35	3,00
Minyak dan lemak	74,05	74,72	215,00	3,44	3,48	10,00
Kacang-kacangan	4,93	4,31	107,50	0,23	0,20	5,00
Buah/biji berminyak	8,39	2,94	64,50	0,39	0,14	12,00
Gula	5,73	1,66	107,50	0,27	0,08	5,00
Sayur dan buah	18,69	26,35	129,00	0,87	1,23	6,00
Lain-lain	6,23	6,58	64,60	0,29	0,31	3,00
Total	979,25	779,15	2.150,10	45,54	36,24	100,00

Meskipun Tanah Kuning dan Mangkupadi konsumsi energi rumah tangga berada pada kategori defisit namun kelompok bahan pangan padi-padian/sereal dan pangan hewani memberikan kontribusi energi tertinggi. Akan tetapi kelompok padi-padian/sereal masih berada dibawah standar normatifnya sehingga masih diperlukan peningkatan konsumsi energi kelompok pangan padi-padian serta penganekaragaman konsumsi pangan terutama untuk konsumsi pangan non beras. Sementara konsumsi energi dari kelompok pangan hewani secara umum desa Tanah Kuning dan Mangkupadi memenuhi angka konsumsi energinya. Hal ini dikarenakan desa tersebut merupakan daerah kawasan pesisir sehingga ketersediaan pangan hewani terutama ikan terpenuhi. Namun desa Tanah Kuning memiliki kecenderungan mengkonsumsi pangan hewani lebih tinggi dibandingkan desa Mangkupadi.

Kelompok pangan lainnya seperti umbi-umbian, kacang-kacangan, buah dan sayur, minyak dan lemak, buah/biji berminyak, gula dan pangan lainnya menunjukkan konsumsi energinya sangat jauh dari batas idealnya sehingga konsumsi energi dari sumber pangan tersebut sangat kurang. Kurangnya konsumsi

energi dari sumber pangan tersebut dimungkinkan karena dipengaruhi oleh penurunan pendapatan rumah tangga akibat pandemi sehingga daya beli masyarakat menurun. Pada situasi pandemi ini menyebabkan banyak tenaga kerja berkurang bahkan kehilangan pendapatannya sehingga berpengaruh terhadap tingkat konsumsi dan daya beli masyarakat terutama mereka yang bekerja harian dan informal. Pendapatan merupakan faktor utama yang menentukan perilaku rumah tangga dalam melakukan konsumsi pangan dan diversifikasi pangan (Naim *et al.*, 2020).

Proporsi konsumsi energi kedua wilayah tersebut juga menunjukkan proporsi konsumsi energi rumah tangga yang tidak beragam dan tidak seimbang yang hanya menggantungkan pada beberapa kelompok pangan saja terutama padi-padian dan pangan hewani. Sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus karena kelompok pangan lainnya berpotensi sebagai pangan alternatif non beras khususnya kelompok pangan umbi-umbian. Salah satu cara misalnya dengan melakukan sosialisasi diversifikasi pangan non beras serta mendorong perkembangan sektor UMKM untuk pengembangan produk pangan lokal (Imelda *et al.*, 2017)

Situasi pada masa pandemi Covid-19 dengan kebijakan pemerintah terkait *social distancing* segala aspek kehidupan cenderung berubah termasuk perubahan pola rantai pasok pangan mulai dari hulu hingga hilir yang mengakibatkan permasalahan jumlah dan konsumsi pangan sehingga mempengaruhi pola konsumsi energi rumah tangga masyarakat khususnya di wilayah pesisir Tanah Kuning dan Mangkupadi. Hal ini dikarenakan dimasa pandemi Covid-19 pendapatan rumah tangga cenderung berkurang bahkan tidak ada pemasukan sehingga daya beli masyarakat menurun. Menurut Taruvinga *et al.* (2013), bahwa salah satu yang mempengaruhi diversifikasi pangan rumah tangga adalah pendapatan rumah tangga. Makin tinggi pendapatan rumah tangga, makin terdiversifikasi pangan yang dikonsumsi rumah tangga tersebut. Sebaliknya, rumah tangga yang memiliki pendapatan rendah hanya akan mengonsumsi produk pangan tertentu saja, terutama komoditas beras.

Perilaku konsumsi pangan masyarakat pesisir juga memberikan pengaruh terhadap pola konsumsi energi rumah tangga. Kebiasaan masyarakat yang hanya mengonsumsi beras dan ikan tumbuh dan berkembang dalam lingkungan keluarga. Kebiasaan makan ini dipengaruhi oleh lingkungan daerah yang berada didaerah pesisir serta kebiasaan masyarakat mengonsumsi nasi. Menurut Arbaiyah (2013), kebiasaan makan tersebut dipengaruhi oleh lingkungan ekologi suatu daerah seperti ciri tanaman pangan, ternak, atau ikan yang tersedia dan dapat dibudidayakan di daerah tersebut .

Angka Kecukupan Protein dan Tingkat Konsumsi Protein

Angka kecukupan protein Aktual merupakan bagian dari standar penilaian status gizi. Rata-rata konsumsi protein (gram) menurut kelompok pangan desa Tanah Kuning dan Mangkupadi dapat dilihat pada Tabel 2. sebagai berikut.

Tabel 2. Rerata konsumsi Protein (AKP Aktual) dan Tingkat Konsumsi Protein (%TKP) Rumah Tangga Desa Tanah Kuning dan Desa Mangkupadi

Kelompok Bahan Pangan	AKP Aktual (Gram)		AKP Normatif (Gram)	TKE Aktual (%)		TKE Normatif (%)
	Desa Tanah Kuning	Desa Mangku padi		Desa Tanah Kuning	Desa Mangkupadi	
Padi-padian	9,26	7,92	19,21	14,57	12,46	48,80
Umbi-umbian	0,00	0,10	0,32	0,00	0,16	8,15
Pangan hewani	56,90	34,54	22,34	89,53	54,34	22,53
Minyak dan lemak	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00	0,00
Kacang-kacangan	0,13	0,02	5,24	0,20	0,03	3,42
Buah/biji berminyak	0,56	0,61	0,35	0,88	0,96	11,60
Gula	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00
Sayur dan buah	1,95	3,22	3,00	3,06	5,07	5,48
Lain-lain	0,25	0,22	12,14	0,39	0,34	0,00
Total	68,94	46,63	0,57	108,64	73,37	100,00

Rata-rata konsumsi protein rumah tangga desa Tanah Kuning sebesar 68.94 gram/kap/hari, sedangkan Mangkupadi sebesar 46,63 gram/kap/hari. Ini menunjukkan bahwa konsumsi protein Tanah Kuning memenuhi standar konsumsi protein nasional yaitu sebesar 57,00 gram/kap/hari. Sementara Mangkupadi mendekati standar konsumsi protein Nasional dengan selisih 10,37 gram/kap/hari. Hal ini menunjukkan

bahwa rata-rata tingkat konsumsi protein rumah tangga desa Tanah Kuning sebesar 108,64 % artinya bahwa tingkat kecukupan gizi protein tergolong normal (90-119% AKG) sehingga pola konsumsi protein Tanah Kuning dianggap sudah beraneka ragam baik dari sisi kuantitas. Sementara tingkat konsumsi protein Mangkupadi menunjukkan angka 73,37%. Artinya bahwa tingkat kecukupan gizi protein tergolong sedang (70-

79% AKG). Sehingga masih perlu pengembangan diversifikasi pangan sumber protein untuk pencapaian standar tingkat kecukupan gizi di Mangkupati.

Kontribusi kelompok bahan pangan yang memberikan konsumsi protein tertinggi pada kelompok pangan hewani dan kelompok padi-padian/sereal. Konsumsi protein dari kelompok pangan hewani mencapai nilai konsumsi protein ideal yang berarti konsumsi kelompok pangan hewani sudah beragam baik. Namun pada kelompok padi-padian/sereal masih dibawah standar normatifnya begitu juga halnya kelompok pangan lainnya sehingga masih diperlukan peningkatan konsumsi protein kelompok pangan lainnya serta penganekaragaman konsumsi pangan sumber protein nabati.

Secara umum konsumsi protein per kapita sehari di desa Tanah Kuning maupun Mangkupati menunjukkan bahwa dengan kondisi pandemi tidak mempengaruhi signifikan pola konsumsi protein rumah tangga. Hal ini dikarenakan wilayah tersebut memiliki tradisi dan budaya lebih dominan mengkonsumsi pangan hasil laut seperti ikan

karena berada pada kawasan pesisir dan mayoritas pencaharian masyarakat adalah nelayan. Konsumsi zat gizi sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan. Kebiasaan makan di setiap daerah berbeda-beda sesuai dengan kebiasaan penduduk setempat.

Skor Mutu Konsumsi Pangan berdasarkan PPH

Perhitungan kualitas konsumsi pangan sangat menentukan pola konsumsi pangan suatu rumah tangga. Sebagaimana disampaikan Suhardjo (1998) bahwa kualitas konsumsi pangan menunjukkan tingkat keragaman pola konsumsi pangan yang didasarkan pada perhitungan parameter pola pangan harapan (PPH). Menurut Dewan Ketahanan Pangan tercapainya skor pola pangan harapan 100 maka berarti telah terdiversifikasinya pola pangan rumah tangga yang diharapkan dan dicirikan dengan 3B (Berimbang, Beragam dan Bergizi). Hasil skor PPH aktual rumah tangga desa Tanah Kuning dan Mangkupati disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Rumah Tangga desa Tanah Kuning dan desa Mangkupati

Kelompok BahanPangan	Skor PPH Aktual		Skor PPHNormatif
	Desa Tanah Kuning	Desa Mangkupati	
Padi-padian	13,08	9,62	25,00
Umbi-umbian	0,03	0,17	2,5,
Pangan hewani	13,65	10,77	24,00
Minyak dan lemak	1,98	1,55	5,00
Kacang-kacangan	0,06	0,08	1,00
Buah/biji berminyak	0,26	0,18	10,00
Gula	0,21	0,08	2,50
Sayur dan buah	12,47	12,35	30,00
Lain-lain	0,00	0,00	0,00
Total	41,70	34,80	100,00

Skor Pola Pangan Harapan (PPH) rumah tangga desa Tanah Kuning sebesar 41,70 dan Mangkupati menunjukkan Skor Pola Pangan Harapan (PPH) sebesar 34,80. Angka ini menunjukkan dibawah rata-rata nilai standar nasional yaitu 100. Artinya bahwa belum terdiversifikasinya pola pangan rumah tangga

yang diharapkan yaitu 3B (Berimbang, Beragam dan Bergizi).

Kontribusi sembilan kelompok pangan pada Pola Pangan Harapan (PPH) belum ada yang memenuhi nilai Pola Pangan Harapan (PPH) Normatif sehingga desa Tanah Kuning dan Mangkupati sebaiknya lebih terdiversifikasinya asupan energi dan protein

yang dikonsumsi agar lebih seimbang dan beragam serta memperbaiki skor Pola Pangan Harapan (PPH) untuk menciptakan mutu dan kualitas yang lebih baik.

Rendahnya skor nilai PPH ini dikarenakan kurangnya konsumsi pangan yang beragam dari sembilan kelompok pangan tersebut sehingga konsumsi pangan tidak seimbang dalam jumlah dan jenis. Keragaman pangan dari sembilan kelompok pangan merupakan hal penting karena satu jenis makanan tidak memberikan zat-zat gizi secara lengkap. Oleh karena itu, direkomendasikan agar masyarakat mengkonsumsi pangan beragam agar tercapai keseimbangan dan terpenuhinya energi dan zat gizi sesuai kebutuhan dan kecukupan yang dianjurkan untuk hidup sehat dan berkualitas (Baliwati, 2011).

Disamping itu faktor lain yang mempengaruhi rendahnya kualitas konsumsi rumah tangga desa Tanah Kuning dan Mangkupadi disebabkan karena rendahnya kesadaran pada rumah tangga akan mengkonsumsi pangan selain non beras dan tingkat pengetahuan pangan dan kandungan nutrisi serta gizi yang sangat kurang disosialisasikan pada rumah tangga. Hal tersebut diperkuat dengan alasan rumah tangga yang lebih mementingkan urusan perut dimana dalam mengkonsumsi pangan hanya sekedar kenyang saja daripada harus memenuhi kualitas akan kebutuhan konsumsi pangan. Persepsi rumah tangga selama ini makan adalah kegiatan rutinitas untuk mengenyangkan perut. Ditambah lagi situasi pandemi ini mempengaruhi kehidupan masyarakat khususnya tingkat pendapatan dan daya beli masyarakat yang akan berdampak.

KESIMPULAN

Rata-rata kecukupan energi (AKE) dan protein (AKP) rumah tangga Tanah Kuning sebesar 979,25 kkal/kapita/hari dan 68,94 gram/kapita/hari. Rata-rata tingkat kecukupan energi (%AKE) sebesar 45,54% dan tingkat konsumsi protein (%AKP) sebesar 108,64%. Sehingga tingkat konsumsi energi pada kategori defisit dan tingkat kecukupan protein pada kategori baik.

Rata-rata kecukupan energi (AKE) dan protein (AKP) rumah tangga Mangkupadi 779,15 kkal/kapita/hari dan 46,63 gram/kapita/hari. Rata-rata tingkat kecukupan energi (% AKE) sebesar 36,24% dan tingkat kecukupan protein (% AKP) sebesar 73,37%, sehingga tingkat kecukupan energi pada kategori defisit dan tingkat kecukupan protein pada kategori kurang.

Kualitas kecukupan pangan rumah tangga masyarakat pesisir berdasarkan skor Pola Pangan Harapan (PPH) desa Tanah Kuning dan Mangkupadi selama masa pandemi di bawah rata-rata standar nasional yaitu (41,70) dan (34,80).

DAFTAR PUSTAKA

- Arbaiyah, I., 2013. Hubungan Pola Konsumsi Pangan Dan Ketersediaan Pangan Dan Status Gizi Keluarga di Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan Tahun 2013. Tesis. Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Adriani, M., Wirjatmadi, B., 2012. Pengantar Gizi Masyarakat. Kencana Prenada Media Group, Jakarta.
- Badan Ketahanan Pangan, 2013. Petunjuk Pelaksanaan Sistem Kewaspadaan Pangan Dan Gizi. Badan Ketahanan Pangan, Kementerian Pertanian, Jakarta.
- Badan Ketahanan Pangan, 2015. Panduan Perhitungan Pola Pangan Harapan (PPH). Badan Ketahanan Pangan, Kementerian Pertanian, Jakarta.
- Baliwati, Y.F., 2011. Pengantar Pangan dan Gizi. Penebar Swadaya, Jakarta.
- Handayani, M., Sayekti, W.D., Ismono, R.H., 2019. Pola konsumsi pangan rumah tangga pada desa pelaksana dan bukan pelaksana Program Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan (P2KP) di Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Ilmu-ilmu Agribisnis* 7, 113-119.
- Hardinsyah, Mira, D. 2019. Kecukupan energi dan karbohidrat. *Prosiding Widyakarya Pangan dan Gizi XI Bidang I: Peningkatan Gizi Masyarakat.*

- “Percepatan Penurunan Stunting Melalui Revitalisasi Ketahanan Pangan dan Gizi dalam Rangka Mencapai Tujuan Pembangunan Berkelanjutan.” Penerbit Pustaka Sinar Harapan, Jakarta.
- Imelda, 2018. Karakteristik dan Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga Masyarakat Kota Pontianak. *ETHOS: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian* 6, 250–259. doi: 10.29313/ethos.v6i2.3441.
- Kartono, D., Hardinsyah, Jahari, A.B., Sulaeman, A., Astuti, M., Soekarti, M., Riyad, H. 2012. Ringkasan angka kecukupan gizi (AKG) yang dianjurkan bagi orang Indonesia tahun 2012. *Rumusan Widyakarya Pangan dan Gizi (WNPg) X 2012*. Gedung LIPI, 20-21 November 2012, Jakarta.
- Mustafa, Z.E., 2009. Mengurai Variabel hingga Intrumentasi. Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Naim, M.A., Lisnawaty, Fithria, 2020. Gambaran pola konsumsi pangan lokal wilayah pesisir pada tingkat rumah tangga di Desa Ranooha Raya Kecamatan Moramo. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia* 1, 6-14. doi: 10.37887/jgki.v1i1.12254.
- Suhardjo, 2003. *Sosio Budaya Gizi*. Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi, IPB, Bogor.
- Taruvinga, A., Muchenje, V., Mushunje, A., 2013. Determinants of rural household dietary diversity: the case of Amatole and Nyandeni Districts, South Africa. *International Journal of Development and Sustainability* 2, 2233-2247.