

**ANALISIS ANGKA KECUKUPAN GIZI DAN POLA PANGAN
HARAPAN TERHADAP KONSUMSI PANGAN RUMAH
TANGGA PROGRAM KELUARGA HARAPAN DI
DESA RINGINANOM KECAMATAN TEMPURAN
KABUPATEN MAGELANG**

KARYA ILMIAH

acc KTI Wulan T.
9/21
/3

Liara Fatma L.P.

Disusun Oleh:

**WULAN TRISNANINGTYAS
135140079**



**PROGRAM STUDI AGRIBISNIS
FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN"
YOGYAKARTA
2021**

**ANALISIS ANGKA KECUKUPAN GIZI DAN POLA PANGAN
HARAPAN TERHADAP KONSUMSI PANGAN RUMAH
TANGGA PROGRAM KELUARGA HARAPAN DI
DESA RINGINANOM KECAMATAN TEMPURAN
KABUPATEN MAGELANG**

*Analysis of Nutrient Adequacy Score Approach and Desirable Dietary Pattern
for The Household Food Consumption Patterns of The Expectation Family
Program in Ringinanom Village Tempuran Sub-District
Magelang District*

Wulan Trisnaningtyas, Nanik Dara Senjawati dan Juarini

Program Studi Agribisnis Jurusan Agribisnis Fakultas Pertanian Universitas
Pembangunan Nasional “Veteran” Yogyakarta
Jl. SWK 104 (Lingkar Utara) Condong Catur Yogyakarta Indonesia 55283
email korespondensi : wulantrisnaning00gmail.com

ABSTRACT

This study aims to (1) analyzed the household food consumption patterns of the expectation family programs based on energy sufficiency rates and protein sufficiency rates, (2) analyzed the dietary diversification of the expectations family program based on Desirable Dietary Pattern (DDP). The type of research methods used was descriptive method. The method for determined the area of research used was purposive method. The method of determined respondents used was simple random sampling method. The method to collect data used were observation, interview with food recall 2x24 hours method, recording and documentation. The consumption patterns data was analyzed by Nutrient Adequacy Score Approach (AKG) using Figures Adequacy of Energy (AKE) and Figures Adequacy Protein (AKP). The Dietary diversification data was analyzed by Desirable Dietary Pattern (DDP). The results of a study conduct on a family of the expectation family program in the Ringinanom Village, Tempuran sub-district, Magelang district showed that (1) The household food consumption patterns of the expectation family programs available Figures Adequacy of Energy (AKE) of 1134.98 kcal/cap/day is less than the AKE standard of 2150 kcal/cap/day and Figures Adequacy Protein (AKP) of 38,918 gr/cap/day has not reach the standard number of AKP of 57 gram/cap/day. (2) The dietary diversification in the calculation of food patterns is expect to get a score of 54.90 include in the bronze triangle group.

Key words : consumption, diversification, expectations family program

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk (1) menganalisis pola konsumsi pangan rumah tangga program keluarga harapan berdasarkan angka kecukupan energi dan angka kecukupan protein, (2) menganalisis diversifikasi pangan rumah tangga program keluarga harapan berdasarkan pola pangan harapan. Jenis penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Metode penentuan daerah penelitian yang digunakan adalah *purposive method*. Metode penentuan responden yang digunakan adalah *simple random sampling method*. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara melalui metode food recall 2x24 jam, pencatatan dan dokumentasi. Data pola konsumsi dianalisis menggunakan pendekatan angka kecukupan gizi (AKG) yang terdiri dari angka kecukupan energi (AKE) dan angka kecukupan protein (AKP), data diversifikasi pangan dianalisis menggunakan pendekatan pola pangan harapan (PPH). Hasil penelitian yang dilakukan pada rumah tangga program keluarga harapan di desa Ringinanom kecamatan Tempuran kabupaten Magelang menunjukkan bahwa (1) Pola konsumsi pangan rumah tangga program keluarga harapan didapatkan AKE sebesar 1134.98 kkal/kap/hari kurang dari standar AKE sebesar 2150 kkal/kap/hari dan AKP 38.918 gr/kap/hari kurang dari standar AKP sebesar 57 gram/kap/hari. (2) Diversifikasi pangan rumah tangga program keluarga harapan pada perhitungan pola pangan harapan mendapatkan skor 54,90 yang masuk dalam golongan segitiga.

Kata kunci: Konsumsi, Diversifikasi, Program Keluarga Harapan,

PENDAHULUAN

Ketahanan pangan merupakan kondisi rumah tangga yang mempunyai akses fisik maupun ekonomi untuk memperoleh pangan bagi seluruh anggota keluarga (FAO,1997). *World Health Organization* menjelaskan bahwa ketahanan pangan mencakup tiga komponen utama yaitu ketersediaan pangan, akses pangan dan pemanfaatan pangan. Tiga komponen tersebut perlu dijalankan secara seimbang guna mewujudkan ketahanan pangan yang baik. Untuk mewujudkan ketahanan pangan maka perlunya keseimbangan dan keutuhan antara negara dan individu. Jika pangan tersedia cukup di tingkat nasional dan regional tetapi akses individu untuk memenuhi kebutuhan pangannya tidak merata, maka ketahanan pangan masih dikatakan rapuh (Hanani, 2005). Dalam mewujudkan ketahanan

pangan yang merata di Indonesia, pemerintah menerapkan program pemberian bantuan sosial bersyarat kepada rumah tangga keluarga yang tidak mampu, Program tersebut dinamakan program keluarga harapan (PKH).

Melalui program keluarga harapan, penerima manfaat PKH diberikan kemudahan dalam pengaksesan pangan melalui program- program kerja yang ditawarkan dengan diharapkan konsumsi pangan tingkat rumah tangga dapat tercukupi. Konsumsi pangan rumah tangga merupakan kebutuhan anggota rumah tangga terhadap pangan yang bertujuan untuk menegaskan ketahanan pangan di tingkat rumah tangga (Hamid,2013). Menurut Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi XI tahun 2018 konsumsi pangan terdiri dari sembilan kelompok pangan utama yang perlu untuk dikonsumsi oleh rumah tangga antara lain kelompok padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, minyak dan lemak, buah/biji berminyak, kacang-kacangan, gula, sayur buah dan kelompok lainnya. Sebagai acuan dalam pembangunan pangan dan gizi tingkat nasional digunakan standard angka kecukupan gizi yang meliputi angka kecukupan energi (AKE) di tingkat konsumsi sebesar 2150 kkal/kap/hari dan angka kecukupan protein (AKP) di tingkat konsumsi sebesar 57 gram/kap/hari. Sedangkan untuk mengetahui keragaman pangan yang dikonsumsi dapat dilihat menggunakan nilai/skor melalui pendekatan pola pangan harapan.

Sembilan kelompok pangan utama perlu dikonsumsi secara seimbang untuk mendapatkan kebutuhan gizi yang baik. Namun kemampuan setiap rumah tangga dalam mengakses pangan berbeda-beda, hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa hal salah satunya pendapatan rumah tangga. Berdasarkan data BPS kabupaten Magelang rata- rata pengeluaran per kapita dalam sebulan menurut kuintil pengeluaran 2017 melalui pengeluaran kuintil 1 sebesar Rp 262.245,-/bln dan pengeluaran kuintil 5 sebesar Rp 1.514.596,-/bln antara lain yaitu kuintil 1 dari kelompok padi-padian sebesar Rp 40.676 ; kelompok umbi-umbian sebesar Rp 1.140 ; kelompok ikan sebesar Rp 4.400 ; kelompok daging/hasilnya sebesar Rp 2.328; kelompok sayur-sayuran sebesar Rp 19.596 dan kelompok buah – buahan sebesar Rp 3.938. Sedangkan pengeluaran kuintil 5 dari kelompok padi-

padian sebesar Rp 52.555 ; kelompok umbi-umbian sebesar Rp 5.481 ; kelompok ikan sebesar Rp 19.080 ; kelompok daging/hasilnya sebesar Rp 30.129 ; kelompok sayur-sayuran sebesar Rp 54.217 dan kelompok buah – buahan sebesar Rp 32.644. Dari data tersebut disimpulkan bahwa semakin banyak pengeluaran untuk konsumsi semakin bagus dan berkualitas bahan pangan tersebut serta semakin tercukupi gizi dari makanan yang dikonsumsi. Dapat dilihat rumah tangga kuantil 1 lebih banyak mengkonsumsi makanan dari kelompok padi – padian, yaitu nasi. Sedangkan untuk rumah tangga kuantil 5 lebih banyak mengkonsumsi kelompok sayur-sayuran, yang mempunyai kandungan gizi dan vitamin yang menyehatkan tubuh.

Desa Ringinanom adalah salah satu desa yang terletak di kecamatan Tempuran kabupaten Magelang Jawa Tengah, dengan topografi sebagian besar dikelilingi oleh lahan kering seluas 330,64 Ha dan lahan sawah seluas 249,33 Ha. Sesuai dengan topografi, sebagian besar penduduk bekerja sebagai petani padi. Namun menurut data monografi desa Ringinanom tahun 2019 diketahui bahwa mata pencaharian terbanyak adalah buruh pabrik. Hal ini dikarenakan kawasan kecamatan Tempuran merupakan kawasan pusat industri sehingga berdampak pada perubahan sebagian besar mata pencaharian rumah tangga. Desa Ringinanom mendapatkan program keluarga harapan terbanyak di kecamatan Tempuran dengan jumlah sebanyak 471 rumah tangga, dikarenakan mayoritas pekerja sebagai petani dan buruh pabrik. Pada tahun 2017 kecamatan Tempuran mempunyai indeks pangan dan gizi yang cukup buruk. Hal ini dilihat dari angka kecukupan gizi kecamatan Tempuran yang rendah sebesar 1611,6 kkal/kap/hari dan 36,1 gr/kap/hari, angka tersebut masih dibawah dari standar WNPG IX tahun 2018 sebesar 2150 kkal/kap/hari dan 57 gr/kap/hari. Pola pangan harapan di kecamatan Tempuran tercatat paling rendah di wilayah kabupaten Magelang dengan skor sebesar 74,2, yang masih jauh dari standar PPH sebesar 100 (DPP, 2017). Dengan adanya program keluarga harapan, diharapkan dapat memperbaiki kebutuhan gizi. Untuk mengetahui pola konsumsi dan diversifikasi pangan pada rumah tangga keluarga harapan maka perlu dilakukan kajian lebih lanjut

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini termasuk dalam metode deskriptif Penentuan lokasi menggunakan metode *purposive*, terletak di desa Ringinanom, kecamatan Tempuran, kabupaten Magelang dengan pertimbangan di daerah tersebut mempunyai penerimaan PKH terbesar sebanyak 471 rumah tangga. Sedangkan untuk pengambilan sampel responden menggunakan metode random sampling dengan ibu rumah tangga PKH sebagai sampel. Jumlah sampel yang diambil sebesar 41 orang, yang ditentukan melalui rumus Slovin sebagai berikut :

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

Keterangan :

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

e : Batas toleransi (15%)

Jenis data yang digunakan meliputi data primer dan data sekunder. Metode pengumpulan data penelitian melalui observasi dengan responden, wawancara menggunakan metode food recall 2 x 24 jam, pencatatan hasil data mentah dari responden dan dokumentasi berupa foto serta audio terhadap pihak terkait. Metode analisis data dalam mengetahui pola konsumsi pangan menggunakan pendekatan Angka Kecukupan Gizi (AKG) sedangkan untuk mengetahui diversifikasi pangan menggunakan pendekatan Pola Pangan Harapan (PPH).

Analisis Angka Kecukupan Gizi (AKG)

Menurut Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI tahun 2018, sebagai acuan dalam pembangunan pangan dan gizi digunakan standar/Angka Kecukupan Gizi yang meliputi Angka Kecukupan Energi (AKE) di tingkat konsumsi sebesar 2.150 kkal/kap/hari dan Angka Kecukupan Protein (AKP) di tingkat konsumsi adalah sebesar 57 gram/kap/hari. Hasil dari observasi dan wawancara pada responden dilapangan akan menghasilkan data mentah berupa berat (gr) makanan yang dikonsumsi oleh rumah tangga PKH selama dua hari. Data kemudian diakumulasi dan diolah guna mencari AKE dan AKP. Dengan rumus sebagai berikut :

$$AKE = \frac{A}{100} \times B \times BDD$$

$$AKP = \frac{A}{100} \times C \times BDD$$

Keterangan :

AKE = Kandungan energi pada bahan mentah (kkal/kapita/hari)

AKP = Kandungan protein pada bahan mentah

A = Berat (gram) setiap bahan makanan

B = Kandungan energi dalam 100 gr bahan mentah

C = Kandungan protein dalam 100 gr bahan mentah

BDD = Bagian yang dapat dimakan dari bahan makanan

Hasil yang telah didapatkan ditabulasi dan dikelompokkan ke dalam 9 kelompok bahan pangan utama. dengan tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Pengelompokkan Pangan

| No | Kelompok Pangan | Jenis Komoditas (Kelompok PPH) |
|----|---------------------|--|
| a) | Padi-padian | Beras dan olahannya, jagung dan olahannya, gandum dan olahannya |
| b) | Umbi-umbian | Ubi kayu dan olahannya, ubi jalar, kentang, talas dan sagu (termasuk makanan berpati) |
| c) | Pangan Hewani | Daging dan olahannya, ikan dan olahannya, telur serta susu dan olahannya |
| d) | Minyak dan lemak | Minyak kelapa, minyak sawit, margarin dan lemak hewani |
| e) | Buah/biji berminyak | Kelapa, kemiri, kenari dan coklat |
| f) | Kacang-kacangan | Kacang tanah, kacang kedelai, tahu, tempe, tauco, oncom, sari kedelai, kecap |
| g) | Gula | Gula pasir, gula merah, sirup, minuman jadi dalam bentuk botol/kaleng |
| h) | Sayur dan buah | Sayur segar dan olahannya, buah segar dan olahannya |
| i) | Lain-lain | Aneka bumbu dan bahan minuman seperti terasi, cengkeh, ketumbar, merica, pala, asam, bumbu masak, teh dan kopi |

Sumber : BKP 2015

Analisis Pola Pangan Harapan

Skor Pola Pangan Harapan (PPH) mencerminkan suatu mutu gizi konsumsi pangan dan tingkat keragaman konsumsi pangan. Terdapat kriteria sesuai dengan skor PPH yang didapatkan yaitu Skor PPH < 78 : Segitiga Perunggu, Skor PPH 78- 88 : Segitiga Perak dan Skor PPH > 88 : Segitiga Emas (Suyatno, 2009). Semakin tinggi skor PPH, konsumsi pangan semakin beragam dan bergizi seimbang. Jika skor konsumsi pangan mencapai 100, maka wilayah tersebut dikatakan tahan pangan. Susunan Pola Pangan Harapan berdasarkan hasil

Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI tahun 2018 adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Susunan Pola Pangan Harapan Nasional

| Kelompok Pangan | % AKG (FAO RAPA) | Pola Pangan Harapan Nasional | | | | |
|---------------------|---------------------|------------------------------|------------------|----------|-------|-------------|
| | | Gram | Energi (kkal) | % AKG | Bobot | Skor PPH |
| Padi-padian | 40 – 60 | 275 | 1075 | 50 | 0,5 | 25 |
| Umbi-umbian | 0 – 8 | 100 | 129 | 6 | 0,5 | 2,5 |
| Pangan hewani | 5 – 20 | 150 | 258 | 12 | 2 | 24 |
| Minyak dan lemak | 5 – 15 | 20 | 215 | 10 | 0,5 | 5 |
| Buah/biji berminyak | 0 – 3 | 10 | 64,5 | 3 | 0,5 | 1 |
| Kacang-kacangan | 2 – 10 | 35 | 107,5 | 5 | 2 | 10 |
| Gula | 2 – 15 | 30 | 107,5 | 5 | 0,5 | 2,5 |
| Sayur dan buah | 3 – 8 | 250 | 129 | 6 | 5 | 30 |
| Lain-lain | 0 – 5 | - | 64,5 | 3 | 0 | 0 |
| Jumlah | | | 2150 | 100 | | 100 |

Sumber : BKP 2015

Melalui tabel standar ini dapat dicari skor pola pangan harapan rumah tangga PKH di desa Ringinanom dengan tahapan :

1. Skor angka kecukupan energi (AKE) menggunakan rumus :

$$\text{skor AKE} = \% \text{ AKE} \times \text{bobot}$$

2. Menentukan skor PPH setiap kelompok pangan

Skor PPH aktual dihitung dengan cara membandingkan skor AKE dengan skor maksimum. Skor maksimum telah ditentukan di dalam susunan pola pangan harapan nasional. Jika skor AKE lebih tinggi dari skor maksimum maka yang diambil adalah skor maksimum dan sebaliknya.

3. Menghitung total skor

Total skor pola pangan harapan meliputi jumlah dari skor setiap sembilan kelompok bahan pangan utama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga PKH Berdasarkan AKE Dan AKP

Pola konsumsi pangan adalah susunan makanan yang mencakup jenis dan jumlah bahan makanan rata-rata perorang perhari yang umum dikonsumsi atau dimakan

penduduk dalam jangka waktu tertentu (Pusat Pengembangan Konsumsi Pangan, 2003).Ketahanan pangan rumah tangga ditentukan oleh tingkat konsumsi energi dan proteinnya (Sachet et.al.,1991). Menurut Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi XI tahun 2018 untuk Angka Kecukupan Energi (AKE) di tingkat konsumsi sebesar 2150 kkal/kap/hari dan Angka Kecukupan Protein (AKP) adalah sebesar 57 gram/kap/hari. Berdasarkan hasil dari perhitungan antara berat bahan makanan yang dikonsumsi anggota keluarga selama dua hari dengan kandungan energi dan protein dalam 100 gr bahan mentah dan bagian yang dapat dimakan dari bahan makanan (BDD) maka dapat diketahui kandungan energi dan protein pada bahan mentah sebagai berikut:

| No | Kelompok Pangan | AKE(kkal/kap/hari) | AKP(gr/kap/hari) |
|----|----------------------|--------------------|------------------|
| 1 | Padi- Padian | 772.82 | 14.631 |
| 2 | Umbi – Umbian | 11.69 | 1.437 |
| 3 | Pangan Hewani | 67.26 | 4.971 |
| 4 | Minyak dan Lemak | 2.89 | 0.332 |
| 5 | Buah/ Biji Berminyak | 39.34 | 0.566 |
| 6 | Kacang – Kacangan | 132.86 | 13.293 |
| 7 | Gula | 18.52 | 0.053 |
| 8 | Sayur dan Buah | 81.66 | 2.970 |
| 9 | Lain – Lain | 7.94 | 0.664 |
| | Jumlah | 1134.98 | 38.918 |

Sumber : Data Primer, 2019

Adapun untuk hasil dari bahan makanan yang dominan dikonsumsi oleh rumah tangga PKH di desa Ringinanom dapat dilihat sebagai berikut:

| No | Kelompok Pangan | Jenis Komoditas (Kelompok PPH) |
|----|---------------------|--|
| 1) | Padi-padian | Beras, Tepung Terigu, Mie Kuning, Roti. |
| 2) | Umbi-umbian | Tepung Tapioka, Kentang, Singkong dan Keripik Singkong |
| 3) | Pangan Hewani | Telur Ayam, Daging Ayam, Ikan Pindang |
| 4) | Minyak dan lemak | Minyak Goreng Kelapa Sawit |
| 5) | Buah/biji berminyak | Kelapa dan Kemiri |
| 6) | Kacang-kacangan | Kacang Panjang, Tempe dan Tahu |
| 7) | Gula | Gula Pasir dan Gula Merah |
| 8) | Sayur dan buah | Terong Hijau, Lompong, Kubis, Pepaya Muda, Rambutan, Pepaya dan Pisang |
| 9) | Lain-lain | Teh, Kopi |

Sumber : Data Primer, 2019

Diketahui bahwa konsumsi pangan rumah tangga program keluarga harapan bergantung pada pendapatan rumah tangga dan bantuan dana PKH. Penyaluran dana PKH bagi anggotanya dilakukan satu tahun sebanyak 4 kali penarikan, dana bisa diambil melalui kartu khusus yang dimiliki oleh PKH di tempat yang telah disediakan sebagai penyalur dana PKH dibawah pengawasan dari pendamping PKH, dimana pencairan dana ini akan langsung dikonversikan menjadi bahan pokok pangan. Pada tabel 3 konsumsi pangan rumah tangga PKH dari 9 kelompok pangan utama memiliki asupan energi dan protein yang berbeda-beda, namun dapat dilihat bahwa asupan kelompok pangan akan energi dan protein menunjukkan angka yang rendah. Hal ini belum bisa melampaui hasil yang diharapkan oleh pemerintah yang didasarkan pada standar WNPG XI tahun 2018. Pada tabel 3. pola konsumsi pangan pada rumah tangga PKH yang memberikan sumbangan energi dan protein terbanyak adalah kelompok padi-padian

Sesuai dengan topografi di desa Ringinanom yang dikelilingi oleh lahan sawah dengan mayoritas budidaya tanaman padi, akses distribusi pangan untuk tanaman padi di daerah tersebut sangat mudah, dengan kemudahan tersebut konsumsi akan nasi pada rumah tangga PKH juga besar, hal ini dibuktikan oleh kontribusi sumbangan energi dan protein yang cukup besar dari kelompok padi-padian. Sesuai dengan survei bahwa sebanyak 41 rumah tangga PKH mengkonsumsi akan nasi dalam 3 kali sehari, disebutkan bahwa nasi telah menjadi makanan pokok bagi responden yang diteliti. Pada rumah tangga miskin dalam bagian terbesar pendapatannya (60%) masih dimanfaatkan untuk kebutuhan pangan sumber karbohidrat (Gunawan,1991). Kelompok padi-padian merupakan kelompok yang mempunyai kandungan akan karbohidrat yang tinggi serta mempunyai kandungan protein sebesar 6-12 % (Suhardjo,1986). Karbohidrat dan protein yang dicerna oleh metabolisme pada tubuh akan menjadi energi yang dibutuhkan

Disamping dari kelompok padi-padian yang mempunyai sumbangan energi terbesar diantara kelompok lain, terdapat juga kelompok kacang-kacangan, salah satu kelompok pangan yang mampu melewati batas minimal standar dari kelompok itu sendiri dengan kecukupan energi standar sebesar 107,5

kkal/kap/hari. Besarnya konsumsi pangan akan kelompok kacang-kacangan ditunjukkan dengan pola konsumsi pada bahan makanan tempe, tahu dan kacang panjang yang relatif tinggi. Berdasarkan survei sebanyak 27 rumah tangga mengkonsumsi tempe dan tahu dalam waktu dua hari. Menurut Suhardjo (1986) kelompok kacang – kacangan mempunyai kandungan karbohidrat dan lemak untuk menghasilkan energi serta mempunyai kandungan protein yang baik.

Konsumsi akan pangan dari kelompok sayur, buah dan pangan hewani merupakan salah satu sumbangan energi dan protein yang cukup tinggi dibawah kelompok kacang kacangan. Pada tabel 3. konsumsi protein pada kelompok pangan hewani 4.971 gr/kap/hari lebih besar dari konsumsi protein yang berasal dari sumbangan kelompok sayur dan buah sebesar 2.970 gr/kap/hari namun konsumsi energi akan sayur dan buah lebih tinggi dibanding dengan konsumsi pangan hewani, walaupun umumnya kandungan untuk menghasilkan energi lebih besar didapatkan dari kelompok pangan hewani. Hal ini disebabkan oleh kondisi ekonomi rumah tangga PKH yang masuk dari keluarga miskin dan rentan yang terdaftar dalam Data Terpadu Program Penanganan Fakir Miskin (Kemensos, 2019). Semakin tinggi pendapatan, daya beli seseorang juga meningkat, sehingga kemampuan untuk memilih dan membeli beragam makanan pun semakin tinggi yang juga menandakan pola konsumsi pangan meningkat (Rachman dan Ariani, 2008). Namun untuk penelitian ini keadaan pendapatan masih dibawah kecukupan maka dalam pembelian bahan makanan yang berkualitas dan bergizi akan cenderung bersifat terbatas walaupun telah mendapatkan bantuan dana PKH berupa uang yang dikonversikan untuk kebutuhan pembelian bahan pokok.

Konsumsi kelompok umbi-umbian, kelompok minyak dan lemak, kelompok buah/biji berminyak, kelompok gula, dan kelompok lain – lain pada rumah tangga PKH mendapatkan kecukupan energi dan protein yang rendah dengan skor PPH yang belum mencukupi standar. Hal ini didasarkan dari kurangnya intensitas konsumsi pangan serta kurangnya ragam pangan yang dikonsumsi. Rumah tangga PKH di desa Ringinanom jarang sekali mengkonsumsi ubi atau singkong. Ibu rumah tangga PKH hanya mengkonsumsi minyak goreng jenis kelapa sawit dari kelompok minyak dan lemak sebagai bahan dasar masakan

serta hanya memakai gula pasir dan gula merah sebagai bahan pembantu masakan dan minuman. Untuk kategori kelompok buah/biji berminyak yang dikonsumsi oleh rumah tangga PKH di desa Ringinaom hanya berupa buah kelapa dan kemiri. Sesuai survei buah kelapa digunakan sebagai santan untuk membuat masakan yang berkuah. Kelompok terakhir dari 9 kelompok pangan utama adalah kelompok lain-lain, kelompok ini terdiri dari bumbu- bumbu masakan seperti, daun salam, cengkeh, jahe dan minuman- minuman seperti teh dan kopi, dimana responden jarang meminum minuman bersoda.

Analisis Diversifikasi Pangan Rumah Tangga PKH Berdasarkan Pola Pangan Harapan

Dari tabel 3 dapat diketahui angka pola konsumsi pangan rumah tangga PKH di desa Ringinanom serta sebagai dasar untuk mencari tingkat diversifikasi pada konsumsi rumah tangga PKH melalui skor pola pangan harapan. Hasil dari pengolahan data dapat diketahui skor pola pangan harapan rumah tangga PKH sebagai berikut :

Tabel 5. Skor Pola Pangan Harapan Rumah Tangga Program Keluarga Harapan di Desa Ringinanom Kecamatan Tempuran Kabupaten Magelang tahun 2019

| No | Kelompok Pangan | Kalori | % Aktual | % AKE | Bobot | Skor Aktual | Skor AKE | Skor Maksimal | Skor PPH |
|----|----------------------|--------|----------|-------|-------|-------------|----------|---------------|----------|
| 1 | Padi-padian | 772.82 | 68.09 | 35.95 | 0.50 | 34.05 | 17.97 | 25.00 | 17.97 |
| 2 | Umbi – Umbian | 11.69 | 1.03 | 0.54 | 0.50 | 0.51 | 0.27 | 2.50 | 0.27 |
| 3 | Pangan Hewani | 67.26 | 5.93 | 3.13 | 2.00 | 11.85 | 6.26 | 24.00 | 6.26 |
| 4 | Minyak dan Lemak | 2.89 | 0.25 | 0.13 | 0.50 | 0.13 | 0.07 | 5.00 | 0.07 |
| 5 | Buah/ Biji berminyak | 39.34 | 3.47 | 1.83 | 0.50 | 1.73 | 0.91 | 1.00 | 0.91 |
| 6 | Kacang – Kacangan | 132.86 | 11.71 | 6.18 | 2.00 | 23.41 | 12.36 | 10.00 | 10.00 |
| 7 | Gula | 18.52 | 1.63 | 0.86 | 0.50 | 0.82 | 0.43 | 2.50 | 0.43 |
| 8 | Sayur dan Buah | 81.66 | 7.19 | 3.80 | 5.00 | 35.97 | 18.99 | 30.00 | 18.99 |
| 9 | Lain – Lain | 7.94 | 0.70 | 0.37 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |

Sumber : Data Primer, 2019

Jika konsumsi pangan dalam rumah tangga PKH rendah menandakan bahwa keragaman pangan dan kualitas pangan yang dikonsumsi juga rendah,

dibuktikan dengan tabel 5. hasil dari pengolahan data mendapatkan bahwa skor PPH pada rumah tangga PKH didesa Ringinanom termasuk dalam kategori segitga perunggu dengan skor 54,90, dimana jauh dari skor yang diharapkan.

Jenis pangan kelompok padi-padian yang dikonsumsi oleh rumah tangga PKH kurang beragam hal ini karena rumah tangga selalu mengkonsumsi nasi sebagai makanan sehari-hari, sesuai tabel 5. skor yang dihasilkan pada kelompok ini sebesar 17,97 dimana kandungan energi dan variasi pangan masih dibawah skor standar sebesar 25. Menurut penelitian Umanailo ketergantungan terhadap beras yang masih tinggi pada masyarakat desa dan menurunnya tingkat partisipasi konsumsi mengakibatkan upaya diversifikasi konsumsi pangan mengalami stagnan (Umanailo,2018). Strategi diversifikasi perlu diterapkan dengan upaya penggantian perubahan pola pangan masyarakat dari pangan nasional (beras), kemudian berubah ke arah pola pangan internasional berbasis gandum. Pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga PKH di desa Ringinanom selain nasi antara lain konsumsi makanan berbahan dasar dari tepung terigu, konsumsi mie kuning, dan roti. Selain ini terdapat bahan olahan jadi yaitu mie jagung, kerupuk gendar, biskuit, beras ketan dan makanan sereal “energen” yang sesekali dikonsumsi.

Keragaman pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga PKH dari kelompok kacang-kacangan tidak hanya ditunjukkan pada makanan tahu, tempe dan kacang panjang (tabel 4) namun juga terdapat konsumsi akan sayuran buncis, kacang koro, taoge, dan olahan makanan jadi dari tempe walaupun intensitas konsumsi tidak sebanyak ketiga bahan pangan diatas, namun upaya dalam konsumsi ini membuahkan hasil dimana skor pola pangan harapan pada kelompok ini memenuhi skor PPH yang telah ditetapkan sebesar 10.

Sesuai dengan tabel 5 skor pola pangan harapan pada kelompok pangan hewani diketahui sebesar 6.26 dimana skor tersebut masih sangat jauh dibawah dari skor standar yang ditentukan sebesar 24. Dalam survey yang telah dilakukan, jenis pangan yang dominan dikonsumsi oleh rumah tangga PKH dengan jumlah 11 KK adalah telur ayam, telur merupakan bahan yang cukup terjangkau dan mudah didapatkan bagi rumah tangga PKH. Jenis pangan yang dikonsumsi responden namun dengan intensitas yang rendah dapat meliputi daging ayam, ikan

tongkol, bakso, kulit sapi dan minuman olahan jadi seperti yogurt, es krim dan susu. Walaupun konsumsi rumah tangga tersebut beragam namun intensitas konsumsi pada pangan hewani harus ditingkatkan. Salah satu yang memengaruhi diversifikasi pangan rumah tangga adalah pendapatan rumah tangga (Taruvinga et al. 2013). Untuk mengkonsumsi sumber pangan hewani membutuhkan dana beli yang besar, hasil pangan dari hewan seperti daging merah baik daging sapi atau daging kambing merupakan bahan pangan mewah yang mempunyai harga jual yang tinggi, dengan kondisi pendapatan rumah tangga PKH yang kurang akan sulit untuk mengkonsumsinya dibuktikan dengan tidak adanya konsumsi akan daging merah. Penyediaan bahan makanan yang perlu ditekankan untuk rumah tangga PKH di desa Ringinanom pada saat penarikan dana PKH harus meliputi makanan-makanan yang bergizi terutama makanan dari kelompok pangan hewani seperti daging merah baik itu sapi atau domba.

Rumah tangga PKH mengkonsumsi sayur dan buah dengan cukup beragam dimana ibu rumah tangga sehari sekali menyiapkan masakan sayuran untuk keluarga, alhasil mendapatkan skor PPH sebesar 18.99 walaupun masih jauh dari standar angka PPH pada kelompok ini sebesar 30. Jenis sayur-sayuran yang dimakan oleh rumah tangga PKH salah satunya terong ungu, terong hijau, lompong, kubis, daun talas, daun kelor, sawi, pepaya muda, bayam, wortel, daun tangkil, kangkung dan tomat sedangkan untuk buah- buahan yang sering dikonsumsi yaitu rambutan dan pisang, lainnya seperti pepaya, jeruk, kokosan, semangka yang dikonsumsi tidak sesering mungkin. Untuk sayur-sayuran, mereka mampu membeli dari pendapatan mereka sehingga kecukupan energi yang dikumpulkan dari kelompok ini lebih besar dari kelompok pangan hewani. Jenis buah- buahan yang sering dikonsumsi oleh rumah tangga PKH yaitu buah rambutan dan buah pisang merupakan buah yang mudah didapatkan dan terjangkau dalam aspek ekonomi. Sesuai survei terdapat beberapa pohon rambutan atau pisang di pekarangan responden, dimana mereka mengkonsumsi buah ini tanpa membeli. Sesuai dengan penelitian Rinaldi bahwa konsumsi sayur dan buah pada rumah tangga sangat baik dikarenakan mereka menanam sayur dan buah dipekarangan sendiri sehingga tidak perlu membeli (Rinaldi, 2017).

Meningkatkan konsumsi sayur dan buah akan menyehatkan tubuh dan membantu tumbuh kembang otak anak karena menurut Suhardjo (1986) sayur dan buah-buahan mengandung pro- vitamin A, vitamin C, vitamin B-kompleks, vitamin E, dan mineral yang membantu tumbuh kembang anak baik tubuh, tulang, dan otak serta menjaga kekebalan tubuh anak dan orang dewasa.

Konsumsi kelompok umbi-umbian, kelompok minyak dan lemak, kelompok buah/biji berminyak dan kelompok gula, pada rumah tangga PKH mendapatkan PPH yang rendah, hal ini didasarkan dengan jumlah konsumsi yang kurang, dibuktikan dengan skor angka kecukupan energi yang rendah (tabel 3) dan variatas akan kelompok tersebut yang jarang dikonsumsi. Kelompok minyak dan lemak serta kelompok gula merupakan bahan pangan utama namun porsi konsumsi tersebut lebih sedikit diantara kelompok lainnya, bahan pangan yang dikonsumsi oleh PKH dari kelompok ini lebih dominan bervariasi sebagai bahan pangan pelengkap contohnya gula pasir dan merah untuk peningkat rasa manis pada minuman dan makanan. Kelapa dan kemiri dari kelompok buah/biji berminyak merupakan bahan pendamping masakan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pola konsumsi pangan dan diversifikasi pangan rumah tangga PKH di desa Ringinanom dari konsumsi 9 kelompok pangan menghasilkan angka kecukupan energi sebesar 1134,98 kkal/kap/hari dan angka kecukupan protein sebesar 38,91 gr/kap/hari, yang masih rendah dan jauh dari standar nasional yang telah ditentukan serta skor PPH sebesar 54,90 dimana rumah tangga PKH masih dalam kategori segitiga perunggu setelah menerima bantuan PKH. Meliputi konsumsi 9 kelompok pangan dengan tingkat kecukupan gizi dan keragaman pangan dari kelompok padi-padian yang tertinggi serta kelompok kacang-kacangan yang menjadi salah satu kelompok yang telah memenuhi standar WNPG XI dari kelompok itu sendiri. Adapun pada konsumsi pangan dari kelompok umbi-umbian, pangan hewani, minyak dan lemak, buah/biji berminyak, gula, sayur/buah dan lain-lain masih cukup rendah.

Saran

Peningkatan pendapatan rumah tangga KPM PKH melalui usaha penjualan sayur-sayuran dengan penerapan teknik budidaya vertikultur bagi rumah tangga PKH yang tidak mempunyai lahan tanam dengan diawali melakukan program penyuluhan serta pelatihan teknik budidaya vertikultur untuk KPM PKH terlebih dahulu dengan bantuan pendamping PKH secara intensif.

Merperbaiki akses pangan setiap rumah tangga PKH melalui perbaikan pada mekanisme sistem pencairan dana PKH dalam bentuk bahan pangan yang selama ini telah berjalan agar lebih transparan kepada KPM PKH melalui penyediaan dan pembukaan e-warung dengan bantuan pemerintah selama kurun waktu penarikan dana PKH yang diorganisir dan dioperasikan oleh anggota PKH itu sendiri yang telah menerima sosialisasi dan pelatihan tentang sistem pencairan dana PKH namun pada proses kegiatannya tidak lepas dari pengawasan oleh pendamping PKH. Diharapkan e-warung lebih menyediakan makanan yang bergizi dan beragam dengan kualitas yang lebih baik dan harga yang terjangkau.

DAFTAR PUSTAKA

- [BKP] Badan Ketahanan Pangan. (2015). Pedoman Database Ketahanan Pangan. Jakarta (ID) Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pendidikan
- [BPS] Badan Pusat Statistika. (2017). *Penghitungan dan Analisis Kemiskinan Makro Indonesia* tahun 2017. Jakarta (ID) : Balai Pustaka. Tersedia pada <https://www.bps.go.id/publication/2017/12/13/6f594ea3d7cb84bf68c24cdd/penghitungan-dan-analisis-kemiskinan-makro-indonesia-tahun-2017.html>. Diunduh pada tanggal 28 April 2019
- [DPP] Dinas Pertanian dan Pangan. (2017). *Penganekaragaman Konsumsi Pangan Menuju Pangan Beragam Bergizi Seimbang dan Aman (B2SA)*. Magelang : Balai Pustaka
- [FAO] Food Agriculture Organization. (1997). Street Foods : Report of an FAO Technical Meeting on Street Foods Calcutta, India, 6-9 November 1995. FAO Food and Nutrition Paper n. 63. Rome.
- Gunawan, M. (1991). Diversifikasi Pangan : Perlukah Mencari Bentuk Pola Pangan Ideal. *Majalah Pangan*, 9 (2): 66-73. Bulog. Jakarta.
- Hamid, Yuni. Budi Setiawan. dan Suhartini. (2013). Analisis Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga (Studi Kasus di Kecamatan Tarakan Barat Kota Tarakan Provinsi Kalimantan Timur). *AGRISE (Agricultural Socio-Economics) Journal*, 13 (3): 175-190.

- Hanani, Nuhfil. (2005). Diversifikasi Konsumsi Pangan. Terdapat pada <https://docplayer.info/46501754-Diversifikasi-konsumsi-pangan-nuhfil-hanani-ar.html>. Diakses pada tanggal 2 Juli 2018
- Pusat Pengembangan Konsumsi. (2003). Menu Pendukung Percepatan Penganekaragaman. Jakarta (ID) : Pusat Pengembangan Konsumsi.
- Rachman, Handewi P.S. dan Ariani, Mewa. (2008). Penganekaragaman Konsumsi Pangan Di Indonesia Permasalahan dan Implikasi Untuk Kebijakan dan Program. *Analisis Kebijakan Pertanian*, 6 (2): 140-154 .
- Rinaldi, Yulita. Heru Irianto. Wiwit Rahayu. (2017). Pengaruh Faktor Sosial Ekonomi Terhadap Diversifikasi Konsumsi Pangan Tingkat Rumah Tangga Anggota Kelompok Wanita Tani Di Kecamatan Nguter Kabupaten Sukoharjo. *AGRISTA*, 5 (3): 441-452.
- Sacchet, D.L. Brian R. Gordon H & Tugwel P. (1991). *Clinical Epidemiology : A Basic Science for Clinical Medicine*. Second Edition. Little Brown and Company
- Suhardjo. (1986). *Pangan, Gizi dan Pertanian*. Jakarta.: Penerbit UI.
- Suyatno, (2009). *Survey Konsumsi Sebagai Indikator Status Gizi*. Fakultas kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang. Terdapat pada <http://suyatno.blog.undip.ac.id>. Diakses Tanggal 24 Juli 2018.
- Taruvinga A, Muchenje V & Mushunje A. (2013). Determinants of rural household dietary diversity: the case of Amatole and Nyandeni Districts, South Africa. *Int J Dev Sustain*. 2 (4): 1-15.
- Umanailo, M Chairul Basrun. (2018). Ketahanan Pangan Lokal dan Diversifikasi Konsumsi Masyarakat (Studi Pada Masyarakat Desa Waimangit Kabupaten Buru). *Socio-Economics of Agriculture and Agribusiness*. 12 (1): 63-74.