

Analisis Faktor-faktor yang Memengaruhi Pola Pangan Harapan pada Rumah Tangga di Kelurahan Ngijo Kota Semarang

Analysis of Factors Affecting Desirable Dietary Pattern of Households in Ngijo Urban Village Semarang City

Mutiara Frida Reicilya*, Mukson, Hery Setiyawan

Program Studi Agribisnis Fakultas Peternakan dan Pertanian, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Sudarto No. 13, Tembalang, Kec. Tembalang, Kota Semarang

*Email: mutiarafridar@gmail.com

(Diterima 15-01-2024; Disetujui 04-04-2024)

ABSTRAK

Susunan pangan yang beragam menunjukkan adanya kualitas yang baik dalam pola konsumsi masyarakat. Pola Pangan Harapan (PPH) menjadi indikator untuk menilai kualitas gizi dan keragaman konsumsi pangan di masyarakat, sehingga hasilnya dapat menjadi dasar evaluasi dalam membangun ketahanan pangan. Penelitian ini bertujuan menganalisis tingkat pencapaian pola pangan harapan rumah tangga dan menganalisis faktor-faktor yang memengaruhinya. Lokasi penelitian yaitu di Kelurahan Ngijo, Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survey dengan pengambilan sampel secara *quota sampling* sebanyak 80 orang ibu rumah tangga. Metode pengumpulan data yang dilakukan adalah *food recall* 2 x 24 jam, wawancara, dan observasi. Metode analisis yang digunakan adalah analisis pola pangan harapan dan analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola pangan harapan di Kelurahan Ngijo memiliki skor PPH sebesar 85,07 dan tergolong kategori baik dalam menggambarkan keragaman dan kualitas pola konsumsi pangan rumah tangga di dalamnya. Secara simultan atau bersama-sama, variabel pendapatan rumah tangga, jumlah anggota rumah tangga, pendidikan ibu rumah tangga, usia ibu rumah tangga, kepemilikan lahan, dan pengetahuan gizi ibu rumah tangga memiliki pengaruh terhadap skor PPH. Sedangkan secara parsial, variabel yang berpengaruh terhadap skor PPH adalah pendapatan rumah tangga, pendidikan ibu rumah tangga, dan pengetahuan gizi ibu rumah tangga.

Kata kunci: diversifikasi pangan, konsumsi rumah tangga, pola pangan harapan.

ABSTRACT

A diverse food composition indicates good quality in the consumption pattern of the community. Desirable Dietary Pattern (DDP) is an indicator to assess the nutritional quality and diversity of food consumption in the community, so that the results can be the basis for evaluation in building food security. This study aims to analyze the achievement level of DDP in households and analyze the factors that influence it. The research location is Ngijo Village, Gunungpati District, Semarang City. The research method used is a survey with quota sampling of 80 housewives. The data collection methods used are 2 x 24-hour food recall, interviews, and observations. Data analysis used are DDP analysis and multiple linear regression analysis. The results showed that Ngijo Village had a DDP score of 85,07 and was classified as a good category in describing the diversity and quality of household food consumption patterns in it. Simultaneously, the variables of household income, number of household members, education of housewives, age of housewives, land utilization, and nutritional knowledge of housewives have an influence on the DDP score. While partially, the variables that influence the DDP score are household income, housewife education, and housewife nutritional knowledge.

Keywords: desirable dietary pattern, food diversification, household consumption

PENDAHULUAN

Pangan adalah bagian dari kebutuhan dasar dan hak asasi setiap manusia, Kualitas sumber daya manusia dalam suatu negara dapat dilihat dari kualitas pangan yang dikonsumsi masyarakatnya. Keseimbangan konsumsi pangan pada tingkat rumah tangga menjadi penentu kualitas konsumsi di tingkat Kabupaten/Kota, Provinsi, hingga Nasional (Arrosyid, 2022). Pangan yang sehat mengandung nilai 3B, yaitu beragam, bergizi, berimbang.

Pola konsumsi pangan merupakan susunan makanan, mencakup jenis dan jumlah bahan makan yang dikonsumsi seseorang untuk memenuhi kebutuhan gizi tubuhnya. Pola konsumsi pangan dapat dianalisis menggunakan 2 pendekatan, yaitu kuantitas dan kualitas. Pada aspek kuantitas, pola konsumsi seseorang dilihat berdasarkan jumlah dan proporsi energi yang dikonsumsinya dan ditunjukkan dalam satuan persen maupun kalori. Sementara itu, penilaian kualitas pola konsumsi pangan mencerminkan diversifikasi atau keragaman jenis pangan yang dikonsumsi masyarakat dengan melihat capaian skor Pola Pangan Harapan (PPH) yang memiliki nilai maksimal 100 (Sayekti *et al.*, 2021).

Skor PPH dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berbeda satu sama lain antar masyarakat. Pendapatan rumah tangga, besar keluarga, umur dan tingkat pendidikan ibu rumah tangga menjadi pembeda dalam konsumsi antar keluarga. Faktor-faktor tersebut memengaruhi cara seseorang dalam memenuhi kebutuhan hidupnya.

Menurut Sensus Pertanian 2023, Kecamatan Gunungpati menjadi kecamatan dengan Usaha Pertanian Perorangan (UTP) terbanyak dengan jumlah 3.732 unit dan Rumah Tangga Usaha Pertanian (RTUP) terbanyak sejumlah 3.682 rumah tangga (Badan Pusat Statistik, 2023). Keunggulan Gunungpati dengan jumlah usaha pertanian paling banyak di Kota Semarang menunjukkan terdapat potensi yang tinggi dalam mengembangkan sumber daya alam di wilayahnya. Salah satunya adalah Kelurahan Ngijo. Kelurahan Ngijo memiliki Kampung Tematik Jamrut (jambu dan jeruk terpadu) dengan jumlah sebanyak 88 pohon jambu dan 1.006 pohon jeruk per tahun 2022. Walaupun Kelurahan Ngijo memiliki potensi pertanian yang beragam, perlu diketahui perilaku konsumsi masyarakatnya dalam hal diversifikasi pangan yang tercermin dari pola pangan harapan.

Konsumsi pangan masyarakat adalah cerminan dari ketahanan pangan di wilayah setempat. Upaya yang dapat dilakukan untuk mendukung ketahanan pangan adalah dengan mewujudkan diversifikasi atau keanekaragaman pada konsumsi pangan lokal (Saryoto *et al.*, 2022). Diversifikasi pangan diukur melalui skor pola pangan harapan. Skor pola pangan harapan berbanding lurus dengan kondisi ketahanan pangan. Maknanya bahwa untuk meningkatkan skor PPH di suatu wilayah, maka ketahanan pangan juga harus ditingkatkan (Musta'in & Saputro, 2021). Hal ini sejatinya dikarenakan bahwa keragaman pangan, baik dari segi kualitas maupun kecukupan gizinya menjadi syarat pokok dalam kebutuhan konsumsi pangan manusia.

Pentingnya keragaman pangan berguna untuk membentuk pola konsumsi pangan yang berkualitas dan menjaga skor PPH agar tidak jauh berada di bawah angka normatif. Dilihat dari sisi fisiologis pun manusia membutuhkan lebih dari 40 jenis zat gizi dalam berbagai jenis makanan untuk hidup sehat dan aktif (Ariani, 2010). Hal ini dikarenakan tidak ada satu jenis makanan pun yang memiliki zat gizi lengkap kecuali Air Susu Ibu (ASI). Oleh sebab itu, mengonsumsi makanan yang beragam dapat melengkapi kekurangan nutrisi dalam 1 bahan makan, sehingga terbentuklah gizi yang seimbang.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian terkait pola pangan harapan merupakan hal yang sangat penting untuk mengevaluasi pola konsumsi pangan masyarakat agar berada dalam kondisi 3B (beragam, bergizi, berimbang). Penelitian yang dilakukan penulis bertujuan untuk menganalisis tingkat pencapaian pola pangan harapan rumah tangga di Kelurahan Ngijo, Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang; dan menganalisis faktor faktor yang memengaruhinya secara simultan maupun parsial.

METODE PENELITIAN

Lokasi penelitian berada di Kelurahan Ngijo, Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang. Waktu pelaksanaan penelitian yaitu pada bulan Juli hingga Agustus 2023. Penelitian ini merupakan penelitian survey, yang merupakan metode penelitian pada suatu daerah tertentu untuk mendapatkan data secara ilmiah dengan cara menyebarkan kuesioner ataupun wawancara terstruktur pada suatu sampel yang mewakili populasi. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *quota sampling*. Jumlah populasi adalah 1.596 KK. Jumlah sampel yang digunakan adalah 5% dari total populasi, yaitu 80 sampel.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer mencakup informasi mengenai karakteristik rumah tangga dan pola konsumsi pangan rumah tangga yang meliputi ragam jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dengan metode *food recall* 2 x 24 jam, pemberian kuesioner, dan observasi.

Prinsip dari *food recall* adalah meminta responden untuk mengingat jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi pada beberapa waktu lalu dalam satuan ukuran rumah tangga (URT), kemudian akan dicatat sebagai bentuk informasi. Tahap-tahap yang selanjutnya dilakukan setelah melakukan *food recall* antara lain:

1. Pengelompokan pangan ke dalam 9 kelompok pangan

Tabel 1. Kelompok Bahan Pangan

No.	Kelompok Pangan	Jenis Komoditas (Kelompok PPH)
1.	Padi-padian	Beras dan olahannya, jagung dan olahannya, gandum, dan olahannya.
2.	Umbi-umbian	Ubi kayu dan olahannya, ubi jalar, kentang, talas, dan sagu (termasuk makanan berpati).
3.	Pangan hewani	Daging dan olahannya, ikan dan olahannya, telur, susu, dan olahannya.
4.	Minyak dan lemak	Minyak kelapa, minyak sawit, margarin, dan lemak hewani.
5.	Buah/biji berminyak	Kelapa, kemiri, kenari, cokelat.
6.	Kacang-kacangan	Kacang tanah, kacang kedelai, kacang hijau, kacang merah, kacang polong, kacang mete, kacang tunggak, kacang lain, tahu, tempe, oncom, sari kedelai, kecap.
7.	Gula	Gula pasir, gula merah, sirup, minuman jadi dalam botol/kaleng.
8.	Sayur dan buah	Sayur segar dan olahannya, buah segar dan olahannya, termasuk emping.
9.	Lain-lain	Aneka bumbu dan bahan minuman seperti terasi, cengkeh, ketumbar, merica, pala, asam, bumbu masak, teh dan kopi.

2. Konversi bentuk, jenis, dan satuan

Pangan yang dikonsumsi terdiri atas berbagai bentuk. Pada wawancara *food recall*, digunakan satuan Ukuran Rumah Tangga (URT), sehingga perlu diseragamkan dengan cara konversi ke satuan gram.

3. Perhitungan kandungan energi masing-masing kelompok bahan pangan

$$E_j = \frac{\left(\frac{B_j \times KE_j}{100} \times \frac{BDD_j}{100} \right)}{ART}$$

Kemudian, menghitung total energi pada tiap kelompok pangan dengan rumus sebagai berikut:

$$E_p = \sum_{j=1}^m E_{jp}$$

Lalu melakukan perhitungan total energi yang dikonsumsi dengan menjumlahkan hasil-hasil energi tiap kelompok pangan, yaitu:

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

Tahap selanjutnya yaitu menghitung persentase dari energi aktual pada masing-masing kelompok bahan pangan, dengan rumus:

$$P_p = \frac{E_p}{AKE} \times 100\%$$

Keterangan:

E_j : Energi aktual yang dikonsumsi dari bahan pangan j (kkal/kap/hari)

B_j : Berat bahan pangan j (gram)

KE_j : Kandungan energi per 100 gram bahan pangan j

BDD_j : Persen bahan pangan j yang dapat dimakan (% BDD)

- ART : Jumlah anggota rumah tangga (orang)
 j : Jenis bahan pangan dari setiap kelompok pangan ke-p
 Ep : Total energi aktual dalam kelompok pangan p (kkal/kap/hari)
 Ejp : Energi dari bahan pangan j yang termasuk dalam kelompok pangan p (kkal/kap/hari)
 p : Kelompok pangan, 1,2,...9
 Pp : Persentase energi aktual masing-masing kelompok pangan terhadap AKE
 AKE : Angka Kecukupan Energi ideal 2.150 kkal/kap/hari

4. Menghitung skor AKE

$$\text{Skor AKE} = Pp \times Bp$$

Keterangan:

Skor AKE : Skor Angka Kecukupan Energi

Pp : Persentase energi aktual kelompok pangan ke-p terhadap AKE

Bp : Bobot kelompok pangan

p : Kelompok pangan 1, 2, 3, ..., 9

5. Menghitung skor PPH

PPH dihitung dengan melakukan perbandingan antara skor AKE aktual dengan skor PPH normatif.

Tabel 2. Susunan Pola Pangan Harapan Nasional

No	Kelompok Pangan	Pola Pangan Harapan Nasional				
		Gram	Energi (kkal)	% AKG	Bobot	Skor PPH
1.	Padi-padian	275	1075	50,0	0,5	25,0
2.	Umbi-umbian	100	129	6,0	0,5	2,5
3.	Pangan hewani	150	258	12,0	2,0	24,0
4.	Minyak & lemak	20	215	10,0	0,5	5,0
5.	Buah/biji berminyak	10	64.5	3,0	0,5	1,0
6.	Kacang-kacangan	35	107.5	5,0	2,0	10,0
7.	Gula	30	107.5	5,0	0,5	2,5
8.	Sayur dan buah	250	129	6,0	5,0	30,0
9.	Lain-lain	-	64.5	3,0	0,0	0,0

Kriteria yang ditentukan adalah apabila skor AKE > skor PPH maksimum, maka nilai yang diambil adalah skor PPH maksimum. Sementara itu apabila skor AKE < skor PPH maksimum, nilai yang diambil adalah skor AKE

Selanjutnya untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi pencapaian pola pangan harapan, digunakan analisis regresi linear berganda dengan persamaan:

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \beta_4 X_4 + \beta_5 X_5 + \beta_6 X_6 + \varepsilon$$

Y : skor PPH

X1 : pendapatan rumah tangga (Rp)

X2 : jumlah anggota rumah tangga (orang)

X3 : pendidikan ibu rumah tangga (tahun)

X4 : usia ibu rumah tangga (tahun)

X5 : kepemilikan lahan (m²)

X6 : pemahaman gizi ibu rumah tangga (skor)

e : *random error*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelurahan Ngijo memiliki jumlah penduduk sebanyak 5.022 orang dengan 1.596 kepala keluarga. Berdasarkan penggunaannya, wilayah Kelurahan Ngijo terdiri atas tanah sawah, tanah kering, dan tanah untuk keperluan umum. Tanah sawah di antaranya adalah sawah irigasi teknis, sawah irigasi setengah teknis, sawah irigasi sederhana, dan sawah tadah hujan atau sawah rendengan. Tanah kering meliputi pekarangan/bangunan dan tegal/kebun. Tanah untuk keperluan fasilitas umum di antaranya adalah lapangan olah raga dan pemakaman. Tanah sawah merupakan luas lahan yang paling besar di Kelurahan Ngijo menunjukkan bahwa pertanian menjadi sektor utama dalam aktivitas perekonomian di wilayah ini. Berbagai macam buah, sayur, tanaman makanan pokok, serta palawija dibudidayakan di wilayah ini. Buah-buahan yang paling banyak dibudidayakan adalah jambu, jeruk, mangga, durian, rambutan, dan kelengkeng. Palawija didominasi oleh kacang-kacangan, jagung, serta kentang. Rata-rata luas area pertanian yang diusahakan penduduk adalah 5 ha. Jenis sawah yang banyak digunakan untuk padi-padian adalah sawah tadah hujan atau sawah rendengan dengan produktivitas panen rata-rata 4 ton/ha. Pada sektor peternakan yang paling banyak dibudidayakan adalah kambing dan ayam.

Karakteristik Rumah Tangga Responden

Sampel terdiri atas 80 responden. Berdasarkan besaran keluarga, mayoritas responden adalah rumah tangga dengan jumlah 4-5 orang anggota keluarga, yaitu 50%. Kelompok usia responden yang paling banyak ditemui adalah ibu rumah tangga berumur 41-50 tahun dengan persentase 32,50%. Persentase tingkat pendidikan ibu rumah tangga didominasi oleh tamatan SMA sejumlah 36,25%. Berdasarkan kepemilikan lahan, mayoritas responden adalah rumah tangga dengan luas lahan 0-500 m² sebanyak 75%. Mayoritas responden memperoleh skor pengetahuan gizi senilai 7-10, dengan jumlah 73,75%. Berdasarkan pendapatan rumah tangga, responden yang paling banyak ditemui adalah rumah tangga dengan rentang penghasilan Rp 2.000.000-Rp 3.999.000 sebanyak 52,5%.

Pola Pangan Harapan Rumah Tangga

Pola Pangan Harapan (PPH) atau *Desirable Dietary Pattern* (DDP) dimaksudkan sebagai susunan ragam atau variasi pangan yang mengacu pada proporsi energi dari berbagai kelompok pangan. Adapun hal ini juga diperkuat oleh Saryoto *et al.* (2022) bahwa konsep pola pangan harapan menjadi upaya untuk mewujudkan pola konsumsi pangan yang beragam, bergizi, dan seimbang untuk mendukung hidup sehat, aktif, dan produktif. Indikator PPH ditunjukkan dalam bentuk skor dengan nilai sempurna 100. Semakin tinggi nilai skor PPH menunjukkan semakin tinggi pula ragam jenis dan gizi seimbang konsumsi pangan masyarakat, dengan skor maksimum 100. Hasil dari perhitungan skor PPH di Kelurahan Ngijo tersaji pada tabel 3.

Tabel 3. Rerata Pola Pangan Harapan di Kelurahan Ngijo

Kelompok Pangan	Kalori Aktual	% AKE Aktual	Bobot	Skor AKE	Skor PPH Normatif	Skor PPH Aktual
Padi-padian	907,61	42,20	0,5	21,10	25,0	21,10
Umbi-umbian	25,28	1,17	0,5	0,58	2,5	0,58
Pangan hewani	260,45	12,16	2,0	24,32	24,0	24,00
Buah/biji berminyak	20,59	0,95	0,5	0,47	1,0	0,47
Minyak dan lemak	151,90	7,05	0,5	3,52	5,0	3,52
Kacang-kacangan	87,37	4,05	2,0	8,10	10,0	8,10
Gula	34,68	1,60	0,5	0,80	2,5	0,80
Sayur dan buah	113,96	5,30	5,0	26,50	30,0	26,50
Lain-lain	0	0	0	0	0	0
Jumlah	1601,84	74,48			100,0	85,07

Sumber: Analisis Data Primer (2023)

Diketahui bahwa rerata skor aktual PPH di Kelurahan Ngijo adalah 85,07 dari angka normatifnya yaitu 100. Skor pola pangan harapan ini dikatakan sudah baik dalam menggambarkan kondisi ragam konsumsi pangan rumah tangga. Terdapat 4 kategori dalam penilaian skor PPH, di antaranya: sangat rendah ($\leq 55\%$), rendah (55-69%), cukup (70-84%), dan baik ($\geq 85\%$) (Widodo *et al.*, 2017). Skor PPH di atas tergolong baik dan menandakan bahwa kondisi konsumsi pangan pada masyarakat di Kelurahan Ngijo sudah beragam meskipun nilai kalori aktualnya, sebesar 1.601,84 kkal/kap/hari masih di bawah angka yang disarankan yaitu 2.150 kkal/kap/hari. Hal ini disebabkan

karena komposisi pangan yang dikonsumsi belum mampu memenuhi jumlah atau porsi yang cukup. Meskipun bervariasi, bahan pangan yang dikonsumsi memiliki sumbangan bobot/berat yang sedikit sehingga tidak memberikan kontribusi energi yang besar setelah dilakukan perhitungan.

Bila ditinjau dari skor PPH masing-masing kelompok pangan, hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok pangan yang sudah memenuhi nilai normatif skor PPH adalah pangan hewani. Sisanya masih memiliki nilai PPH di bawah angka normatif. Skor PPH tertinggi berada di kelompok pangan sayur dan buah. Sementara itu, skor PPH terendah adalah buah/biji berminyak. Ketidakmerataan skor PPH yang ideal dari berbagai macam kelompok pangan mengindikasikan bahwa perlu dilakukan perbaikan terhadap kecukupan gizi aneka bahan pangan yang akan dikonsumsi. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencapai skor ideal pola pangan harapan yaitu memperhatikan kuantitas dan kualitas konsumsi bahan pangan rumah tangga dengan tetap mengindahkan batas maksimalnya (Hamid *et al.*, 2013).

Pada kelompok padi-padian, bahan pangan yang banyak dikonsumsi masyarakat adalah beras. Area persawahan dengan total luas yang paling besar di Kelurahan Ngijo dengan rata-rata produktivitas 4 ton/ha, memberikan kemudahan dalam hal akses maupun harga untuk mengonsumsi beras. Selain itu, terdapat pula faktor kebiasaan yang menjadikan beras/nasi sebagai makanan pokok. Masyarakat Indonesia memiliki ketergantungan yang tinggi terhadap beras sebagai sumber karbohidrat. Masyarakat Indonesia masih memiliki ketergantungan yang tinggi terhadap beras sebagai sumber karbohidrat (Setyowati *et al.*, 2022). Meskipun begitu, Kelurahan Ngijo juga memiliki potensi lain pengganti beras, yaitu singkong, dilihat dari potensi rata-rata produktivitasnya sebesar 8 ton/ha. Akan tetapi, konsumsi umbi-umbian masih jauh di bawah nilai normatif yang dianjurkan. Masyarakat lebih menyukai pangan umbi-umbian sebagai camilan atau makanan selingan daripada sebagai makanan pokok dalam jumlah besar.

Kelompok bahan pangan buah/biji berminyak yang umumnya dikonsumsi adalah kelapa untuk dibuat santan sebagai campuran kuah dalam mengolah sayuran. Sementara itu, cara memasak atau pengolahan makanan lebih banyak dilakukan dengan cara digoreng. Oleh sebab itu, kelompok pangan minyak dan lemak memiliki nilai kalori dan PPH yang lebih tinggi mengingat banyaknya jumlah penggunaan minyak goreng, Konsumsi gula masyarakat juga relatif sedikit. Masyarakat biasanya menggunakan gula pasir sebagai pelengkap minuman manis.

Pangan hewani merupakan kelompok pangan yang sudah memenuhi angka PPH normatif. Pilihan jenis pangan hewani yang sering dikonsumsi antara lain telur ayam, daging ayam, dan ikan pindang. Sementara itu, kelompok kacang-kacangan yang paling banyak dikonsumsi berasal dari olahan kedelai seperti tempe dan tahu.

Konsumsi rumah tangga penelitian pada kelompok pangan sayur dan buah tergolong tinggi dan dikonsumsi setiap hari, meskipun nilainya masih berada di bawah angka normatif. Sayur dan buah memiliki bobot paling tinggi dibanding kelompok pangan lain dalam standar PPH, namun sayangnya tidak semua daerah memiliki kebiasaan mengonsumsi sayur dan buah dalam jumlah yang cukup (Ilham & Sinaga, 2007). Sayur yang paling banyak diminati antara lain wortel, bayam, dan kol, sementara untuk buah antara lain jeruk dan pisang. Adapun konsumsi pangan dalam kelompok lain-lain, jumlahnya sangat sedikit karena berupa bumbu-bumbu penambah cita rasa, bubuk kopi, teh, maupun minuman lain dalam gramasi yang sangat kecil dan tidak berpengaruh dalam skor PPH karena memiliki bobot nol.

Tabel 4. Distribusi Pola Pangan Harapan

Klasifikasi PPH	Jumlah	Persentase
---skor---	---rumah tangga---	---%---
Sangat rendah (≤ 55)	2	2,50
Rendah (55 – 69)	25	31,25
Cukup (70 – 84)	39	48,75
Baik (≥ 85)	14	17,50
Jumlah	80	100,00

Sumber: Analisis Data Primer (2023)

Tabel 4 menunjukkan bahwa Kelurahan Ngijo didominasi oleh rumah tangga dengan kondisi PPH cukup (48,75%) dan baik (31,25%). Rata-rata pola konsumsi pangan masyarakat tersebut sebagian besar terdiri atas sayur dan buah, padi-padian, kemudian pangan hewani. Kelurahan Ngijo sendiri merupakan daerah dengan budidaya pertanian yang beragam, salah satunya dalam bidang holtikultura. Beragam tanaman sayur dan buah telah dibudidayakan baik itu di pekarangan rumah maupun di kebun. Ketersediaannya yang cukup memberikan kemudahan bagi masyarakat untuk mengonsumsi sayur dan buah. Namun, harapannya adalah masyarakat mampu menambah volume dan frekuensi konsumsinya sehingga skor PPH meningkat.

Rumah tangga dengan kategori PPH baik (17,50%) didominasi oleh kelompok pangan sayur dan buah, pangan hewani, dan padi-padian. Sementara itu, rata-rata terbanyak konsumsi pangan rumah tangga dengan kondisi PPH sangat rendah (2,50%) terdiri atas padi-padian, sayur dan buah, dan kacang-kacangan. Terlihat bahwa rumah tangga dengan kondisi PPH yang lebih tinggi memiliki kecenderungan untuk mengonsumsi protein dalam bentuk pangan hewani daripada kacang-kacangan. Hal ini menunjukkan bahwa pangan hewani memiliki kontribusi yang besar dalam membentuk skor PPH. Sesuai dengan pernyataan Ilham dan Sinaga (2007) bahwa aspek-aspek yang diperlukan dalam membentuk skor PPH antara lain jumlah konsumsi energi, persentase sumber kalori, bobot dan skor maksimal pada masing-masing kelompok pangan, dan angka kecukupan gizi. Sementara itu diketahui bahwa dalam protein, kontribusi energi dari pangan hewani lebih besar daripada kacang-kacangan.

Faktor-faktor yang Memengaruhi Pola Pangan Harapan

Pada penelitian ini, variabel dependen (Y) yang digunakan adalah skor PPH. Sementara itu, variabel independen yang digunakan antara lain pendapatan rumah tangga (X1), jumlah anggota rumah tangga (X2), pendidikan ibu rumah tangga (X3), usia ibu rumah tangga (X4), kepemilikan lahan (X5), dan pengetahuan gizi ibu rumah tangga (X6). Nilai disajikan pada tabel di bawah.

Tabel 5. Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda

Variabel	Koefisien Regresi	Sig.
Konstanta	44,407	0,000
Pendapatan rumah tangga	1,335E-6	0,030
Jumlah anggota rumah tangga	-0,433	0,575
Pendidikan ibu rumah tangga	1,893	0,000
Usia ibu rumah tangga	-0,072	0,325
Luas lahan	0,001	0,160
Pengetahuan gizi ibu rumah tangga	1,136	0,048

Variabel Dependen: Skor PPH
 R^2 : 0,563
 F_{sig} : 0,000

Persamaan yang dibentuk dari pengujian regresi linear berganda adalah:

$$Y = 44,407 + (1,335 \times 10^{-6})x_1 - 0,433x_2 + 1,893x_3 - 0,072x_4 + 0,001x_5 + 1,136x_6 + e$$

1. Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi (R^2) dimaksudkan untuk melihat seberapa besar kemampuan model dalam menjelaskan pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen secara simultan (bersama-sama). Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, didapatkan hasil koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,563 atau 56,3%. Arti dari angka tersebut adalah bahwa seluruh variabel independen dalam penelitian ini (pendapatan rumah tangga, jumlah anggota rumah tangga, pendidikan ibu rumah tangga, usia ibu rumah tangga, kepemilikan lahan, dan pengetahuan gizi ibu rumah tangga) berpengaruh secara simultan/bersama-sama terhadap variabel dependen (skor pola pangan harapan) sebesar 56,3%. Sementara itu, sisanya sebesar 43,7% ($1 - 0,563$) dijelaskan oleh variabel lain di luar variabel independen dalam penelitian ini.

2. Uji F (Simultan)

Uji F digunakan untuk melihat bagaimana variabel independen berpengaruh secara simultan (bersama-sama) terhadap variabel dependen. Berdasarkan uji yang telah dilakukan, didapatkan hasil nilai signifikansi sebesar 0,000. Angka tersebut lebih kecil daripada 0,05 yang artinya H_0 ditolak (berpengaruh). Dapat disimpulkan bahwa semua variabel independen (pendapatan rumah tangga,

jumlah anggota rumah tangga, pendidikan ibu rumah tangga, usia ibu rumah tangga, kepemilikan lahan, dan pengetahuan gizi ibu rumah tangga) secara simultan berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen (skor pola pangan harapan).

3. Uji t (Parsial)

Tujuan dilakukannya uji t adalah untuk melihat bagaimana variabel independen berpengaruh secara parsial (sendiri-sendiri) terhadap variabel dependen. Kesimpulan uji t adalah apabila angka signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima (tidak berpengaruh), dan bila signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak (berpengaruh).

Variabel pendapatan rumah tangga (X1) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap skor pola pangan harapan. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,030 yang mana nilai tersebut lebih kecil daripada 0,05. Adanya pendapatan yang tinggi memberikan kemudahan akses bagi masyarakat untuk memperoleh makanan yang lebih berkualitas dan berkuantitas. Tingkat pendapatan berperan dalam menentukan berapa banyak pengeluaran untuk membeli makanan yang nantinya akan memengaruhi kondisi gizi dan skor PPH (Dewi & Utami, 2017). Daya beli yang tinggi memungkinkan masyarakat untuk membeli pangan yang beragam, bergizi, dan seimbang. Masyarakat kelas menengah ke bawah mempunyai kebiasaan makan yang sederhana dengan mengutamakan pangan yang murah berupa sumber kalori atau karbohidrat, sedangkan masyarakat menengah ke atas mempunyai kebiasaan makan yang lebih beragam dengan komposisi gizi yang lengkap dengan memperhatikan pangan sumber protein, vitamin, mineral, dan lemak (Purwati *et al.*, 2023). Adapun nilai koefisien regresi yang ditunjukkan adalah positif sebesar $1,335 \times 10^{-6}$ atau sama dengan 0,000001335. Hal ini mengandung arti bahwa setiap kenaikan pendapatan rumah tangga sebesar Rp 1 maka skor PPH akan meningkat sebanyak 0,000001335; atau dengan kata lain, bahwa semakin besar pendapatan yang diterima rumah tangga, maka semakin tinggi dan beragam pula konsumsi pangannya yang ditunjukkan dengan meningkatnya skor PPH.

Variabel jumlah anggota rumah tangga (X2) tidak berpengaruh secara parsial terhadap skor PPH. Semakin banyak jumlah anggota rumah tangga maka jumlah tanggungan ikut bertambah, termasuk dalam hal ini biaya untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga, salah satunya pengeluaran konsumsi pangan sehari-hari. Oleh karena itu, penyajian dan variasi makanan yang banyak dan beragam akan membuat ibu kesulitan dalam mengaturnya. Berkaitan dengan hal ini, semakin banyak besaran keluarga maka konsumsi pangan yang disajikan juga semakin banyak jumlahnya, tetapi dengan jenis dan variasi yang lebih terbatas

Variabel pendidikan ibu rumah tangga (X3) memberikan pengaruh yang signifikan secara parsial terhadap pencapaian skor pola pangan harapan. Semakin tinggi tingkat pendidikan, cara dan pola berpikir seseorang akan lebih maju karena kemampuan mengolah informasinya semakin terasah. Hal ini dikarenakan ada banyak sekali tantangan yang telah dilewati. Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin sulit juga untuk ditempuh sehingga tuntutan untuk menganalisa dan memiliki kemampuan penyelesaian masalah yang baik pun juga tinggi. Ibu merupakan seorang *decision maker* atau pengambil keputusan dalam mengatur makanan keluarga. Berkaitan dengan hal tersebut, pengetahuan dan wawasan yang dimiliki ibu akan berdampak pada sikap yang akan diambil dalam mengatur pangan bagi keluarganya. Nilai koefisien regresi adalah 1,893. Artinya setiap kenaikan 1 tahun tingkat pendidikan ibu, maka skor PPH akan meningkat sebanyak 1,893. Asumsi bahwa variabel lainnya tetap konstan.

Variabel usia ibu rumah tangga (X4) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap skor PPH. Berapapun usia ibu rumah tangga, makanan yang disajikan yang terpenting mampu mencukupi kebutuhan dan memberikan kepuasan untuk memenuhi rasa lapar dari keluarganya. Nilai koefisien regresi adalah -0,072. Hal ini mengandung arti bahwa setiap kenaikan 1 tahun usia ibu, maka skor PPH akan menurun sebanyak 0,072 atau dengan kata lain semakin tinggi usia ibu rumah tangga, maka semakin rendah nilai PPH yang dihasilkan.

Variabel kepemilikan lahan (X5) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap skor PPH. Hasil panen komoditas tidak mencerminkan diversifikasi pangan rumah tangga. Rumah tangga memang memanfaatkan sumberdaya komoditas hasil sendiri yang telah dibudidayakan, namun untuk variasi makanan lain masih mengandalkan dari pembelian di luar seperti dari pasar atau warung sayur.

Variabel pengetahuan gizi ibu rumah tangga (X6) berpengaruh secara signifikan terhadap skor PPH. Adanya pengetahuan gizi yang baik akan mempermudah pelaksanaan tanggung jawab ibu dalam membentuk pola konsumsi pangan yang berkualitas bagi keluarganya. Lebih dari 65% kebiasaan

makan seseorang ditentukan oleh kebiasaan makan sewaktu kecil, selebihnya adalah pengalaman lain orang tuanya seperti pendidikan, media massa, dan sebagainya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Keragaman dan kualitas pangan yang ditunjukkan rumah tangga di Kelurahan Ngijo tergolong baik, dengan skor pola pangan harapan sebesar 85,07.
2. Seluruh variabel independen (pendapatan rumah tangga, jumlah anggota rumah tangga, pendidikan ibu rumah tangga, usia ibu rumah tangga, kepemilikan lahan, dan pengetahuan gizi ibu rumah tangga) memiliki pengaruh secara simultan terhadap skor PPH. Pendapatan rumah tangga, pendidikan ibu rumah tangga, dan pengetahuan gizi ibu rumah tangga berpengaruh secara parsial terhadap skor PPH, sementara itu jumlah anggota rumah tangga, usia ibu rumah tangga, dan kepemilikan lahan tidak berpengaruh secara parsial terhadap skor PPH.

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka diajukan saran sebagai berikut:

1. Meskipun skor PPH di Kelurahan Ngijo sudah tergolong baik, masih diperlukan adanya sosialisasi dan penyuluhan kepada rumah tangga mengenai pentingnya diversifikasi pangan, terutama untuk mencapai target kelompok pangan yang belum terpenuhi nilai idealnya.
2. Diharapkan rumah tangga mampu mengatur pendapatan dan pengeluaran untuk alokasi pembelian pangan, baik secara kuantitas maupun kualitas, sehingga makanan yang dikonsumsi tidak hanya sekadar untuk memberikan rasa kenyang tetapi juga memenuhi kebutuhan gizi tubuh.
3. Bagi rumah tangga yang memiliki lahan, dapat menggunakan metode sistem pertanian terintegrasi yaitu menggabungkan beberapa sektor pertanian dan peternakan dalam satu waktu, atau metode tumpang sari dengan menanam 2 jenis atau lebih tanaman dalam satu lahan, agar terbentuk variasi dan meningkatkan produktivitas sumber daya. Melalui metode tersebut, rumah tangga dapat memperoleh hasil panen yang lebih beragam dan memanfaatkannya menjadi sumber bahan pangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, M. (2010). Analisis konsumsi pangan tingkat masyarakat mendukung pencapaian diversifikasi pangan. *Gizi Indonesia*, 33(1), 20–28.
- Arrosyid, F. (2022). Analisis pola konsumsi pola pangan berdasarkan pola pangan harapan di Kabupaten Madiun pada tahun 2021. *Birokrasi Pancasila: Jurnal Pemerintahan, Pembangunan, Dan Inovasi Daerah*, 4(1), 11–24.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Buklet Hasil Pencacahan Lengkap Sensus Pertanian 2023 Kota Semarang Tahap 1*.
- Dewi, A. A. S. P. K., & Utami, N. W. A. (2017). Faktor yang berhubungan dengan skor pola pangan harapan pada rumah tangga sasaran di Desa Batukandik, Nusa Penida. *Archive of Community Health*, 4(1), 71–78.
- Hamid, Y., Setiawan, B., & Suhartini. (2013). Analisis pola konsumsi pangan rumah tangga (studi kasus di Kecamatan Tarakan Barat Kota Tarakan Provinsi Kalimantan Timur) (*Analysis of Household Food Consumption (Case Study in Tarakan Barat Sub District Tarakan City East Borneo Province)*). *Jurnal AGRISE*, XIII(3), 175–190.
- Ilham, N., & Sinaga, B. M. (2007). Penggunaan pangsa pengeluaran pangan sebagai indikator komposit ketahanan pangan. *SOCA (Socio-Economic of Agriculture and Agribusiness)*, 7(3), 1–22.
- Musta'in, M., & Saputro, W. A. (2021). Perkembangan dan faktor-faktor yang memengaruhi pola pangan harapan Daerah Istimewah Yogyakarta. *Agri Wiralodra*, 13(2), 74–82.
- Purwati, P., Elinur, E., & Agustin, H. (2023). Faktor - Faktor yang memengaruhi kualitas konsumsi pangan rumah tangga penerima program pekarangan pangan lestari (P2L) Kota Pekanbaru Provinsi Riau. *JIA (Jurnal Ilmiah Agribisnis) : Jurnal Agribisnis Dan Ilmu Sosial Ekonomi Pertanian*, 8(2), 135–141.

- Saryoto, S., Barchia, M. F., Hermawan, B., Brata, B., & Utama, S. P. (2022). Strategi pencapaian keseimbangan pola pangan harapan berbasis sumberdaya alam lokal di Kabupaten Kaur. *Naturalis: Jurnal Penelitian Pengelolaan Sumber Daya Alam Dan Lingkungan*, 11(2), 189–193. 4140
- Sayekti, W. D., Viantimala, B., Lefiana, O., & Syafani, T. S. (2021). Pengambilan keputusan dalam konsumsi sayuran dan pola konsumsi pangan petani padi Di Desa Rantau Tijing Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus. *Jurnal Agrimanex*, 2(1), 11–24.
- Setyowati, D., Ningrum, A. G., Prasetyo, B., Ainunnissa, N., Kartika, D. S., & Hapsari, F. N. (2022). Sosialisasi diversifikasi makanan pada kader Desa Pondok Dalem, Semboro, Jember. *GENITRI : Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan*, 1(2), 165–170.
- Widodo, Y., Sandjaja, S., & Ernawati, F. (2017). Skor pola pangan harapan dan hubungannya dengan status gizi anak usia 0,5 – 12 tahun Di Indonesia. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 40(2), 63–75.