

KARAKTERISTIK DAN POLA KONSUMSI PANGAN RUMAH TANGGA MASYARAKAT KOTA PONTIANAK

¹Imelda

¹Fakultas Pertanian Universitas Tanjungpura, Jl. Prof. Dr. Hadari Nawawi Pontianak Email:

imeldasosek@gmail.com

Abstract. *The purpose of this research is to identify the characteristics of food consumption, food consumption pattern and quality of household food consumption in Pontianak City. The population is the household in Pontianak, which are 125,311 households. Samples were chosen purposively based on representatives of community households in each kecamatan with a total of 100 respondents. The research data is sourced from the primary data covering socio-economic characteristics, food consumption characteristics, and food consumption for energy and protein. Data were analyzed quantitatively and qualitatively. The results showed that: 1) the average consumption of calories and protein in Pontianak was still below the sufficiency rate of calorie and protein consumption, which was 1,782.84 kcal of energy and 57.42 grams of protein, and 2) Average consumption energy and protein for people in Pontianak City including low deficit category.*

Keywords: *consumption characteristics, food consumption pattern, energy, protein*

Abstrak. *Tujuan penelitian yaitu untuk mengidentifikasi karakteristik konsumsi pangan, pola konsumsi pangan dan kualitas konsumsi pangan rumah tangga masyarakat di Kota Pontianak. Populasi penelitian yaitu rumah tangga masyarakat di Kota Pontianak sebanyak 125.311 rumah tangga. Sampel dipilih secara purposive berdasarkan perwakilan rumah tangga masyarakat di setiap kecamatan yaitu sebanyak 100 responden rumah tangga. Data penelitian bersumber dari data primer meliputi karakteristik sosial ekonomi, karakteristik konsumsi pangan serta konsumsi pangan energi dan protein. Analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil analisis menunjukkan bahwa: 1) rata-rata konsumsi kalori dan protein masyarakat Kota Pontianak masih berada di bawah angka kecukupan konsumsi kalori dan protein, yaitu sebesar 1.782,84 kkal dan 57,42 gram protein, dan 2) Rata-rata konsumsi energi dan protein masyarakat di Kota Pontianak tergolong pada kategori defisit tingkat ringan.*

Kata kunci: *karakteristik konsumsi, pola konsumsi pangan, energi, protein.*

1. Pendahuluan

1.1 Latar Belakang

Pembangunan ekonomi Indonesia di bidang pangan dan gizi difokuskan pada peningkatan ketahanan pangan masyarakat serta peningkatan pendapatan produsen dan konsumen. Pembangunan pangan dan gizi secara menyeluruh mencakup kegiatan produksi, distribusi, pemasaran dan konsumsi masyarakat. Syarat utama dalam mencapai ketahanan pangan diperlukan kemandirian penyediaan pangan pada skala nasional, domestik, rumah tangga dan individu. Ketahanan pangan yaitu situasi terpenuhinya kebutuhan pangan bagi masing-masing individu sehingga dapat menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari dan dapat hidup sehat

dengan gizi seimbang. Hal ini dapat tercapai melalui ketepatan dan ketersediaan kuantitas dan kualitas pangan dengan harga yang terjangkau, efektifitas sistem distribusi bahan pangan ke seluruh wilayah, dan keamanan bahan pangan (Saliem dkk., 2002).

Salah satu agenda utama dalam mewujudkan ketahanan pangan yaitu pencapaian diversifikasi pangan melalui perbaikan pola konsumsi pangan masyarakat. Pola konsumsi pangan mencakup informasi detail mengenai konsumsi bahan pangan individu setiap hari yaitu jenis, jumlah dan frekuensi bahan pangan (Santoso, 2004). Keanekaragaman pola konsumsi pangan dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi pendidikan, jumlah anggota keluarga, pendapatan, pengeluaran pangan, preferensi, dan pengetahuan gizi. Faktor eksternal meliputi agroekologi, produksi, ketersediaan, distribusi, dan promosi. Menurut Sediaoetama (1999), indikator pola konsumsi pangan terlihat dari kualitas dan kuantitas konsumsi bahan pangan. Kualitas makanan memperlihatkan komposisi dan perbandingan zat gizi yang terkandung pada bahan pangan. Kuantitas menunjukkan jumlah konsumsi zat gizi bagi kebutuhan tubuh individu.

Permasalahan konsumsi pangan masyarakat Kalimantan Barat secara umum belum mencapai nilai ideal standar kecukupan konsumsi kalori dan protein yang ditetapkan berdasarkan Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi X (2012) yaitu sebesar 2.150 kkal konsumsi kalori dan 57 gram konsumsi protein. Rata – rata konsumsi kalori (kkal) per kapita sehari masyarakat Kalimantan Barat tahun 2015 sebesar 1.935,91 dan rata – rata konsumsi protein (gram) per kapita sehari sebesar 51,95 gram (BPS, 2017).

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. Oleh karena itu, masyarakat disarankan untuk mengkonsumsi pangan yang beragam untuk mencapai keseimbangan zat gizi sesuai standar angka kecukupan yang diperlukan untuk pembentukan sumberdaya manusia yang sehat dan berkualitas (Tejasari, 2003; Suryana, 2004). Dasar penilaian kualitas dan kuantitas keanekaragaman konsumsi pangan masyarakat dapat dilakukan melalui identifikasi karakteristik dan pola konsumsi pangan masyarakat yang kemudian dilanjutkan dengan melakukan perhitungan kualitas konsumsi pangan menggunakan konsep Pola Pangan Harapan (PPH). Informasi hasil penilaian PPH mencerminkan mutu dan keragaman pangan yang dapat dijadikan sebagai pedoman untuk mencapai komposisi pangan yang seimbang sesuai dengan kebutuhan gizi masyarakat (Anwar dan Hardinsyah, 2014). Tujuan penelitian yaitu untuk mengidentifikasi: (1) karakteristik konsumsi pangan rumah tangga masyarakat di Kota Pontianak; (2) pola konsumsi pangan rumah tangga masyarakat di Kota Pontianak; dan (3) kualitas konsumsi pangan rumah tangga masyarakat berdasarkan skor PPH di Kota Pontianak.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif, yaitu melakukan serangkaian kegiatan pengumpulan informasi berupa fakta-fakta detail untuk menggambarkan dan mengidentifikasi permasalahan, kondisi yang terjadi serta melakukan evaluasi dalam penentuan solusi dan pengambilan keputusan (Hasan, 2002). Pengumpulan data penelitian menggunakan teknik observasi dan wawancara dengan bantuan daftar pertanyaan (kuisisioner) terstruktur (Sekaran, Uma. 2006).

Data penelitian bersumber dari data primer dan sekunder. Data primer berdasarkan hasil wawancara dan observasi di lokasi penelitian, meliputi karakteristik sosial ekonomi responden (umur, tingkat pendidikan, jumlah anggota keluarga, pendapatan, dan pengeluaran pangan),

karakteristik konsumsi pangan (alasan pemilihan makanan, pengambil keputusan pembelian, cara memperoleh pangan, tempat pembelian bahan pangan, serta identifikasi bahan pangan yang sulit diperoleh), pola konsumsi pangan rumah tangga serta konsumsi pangan yang meliputi konsumsi energi dan protein. Data sekunder berasal dari artikel, jurnal dan instansi terkait topik penelitian.

Populasi penelitian yaitu rumah tangga masyarakat di Kota Pontianak sebanyak 125.311 rumah tangga. Metode pengambilan sampel yaitu *non probability sampling secara purposive sampling*. Sampel dipilih berdasarkan perwakilan rumah tangga masyarakat di masing-masing kecamatan yaitu sebanyak 100 responden rumah tangga. Rincian populasi dan sampel dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Populasi dan Sampel Responden Rumah Tangga

Kecamatan	Jumlah Rumah Tangga	Rata-Rata Anggota Rumah Tangga	Sampel
Pontianak Selatan	18.627	4,39	15
Pontianak Tenggara	11.963	3,75	10
Pontianak Timur	18.032	4,57	14
Pontianak Barat	26.591	4,63	21
Pontianak Kota	25.621	4,30	20
Pontianak Utara	24.477	4,60	20
Jumlah	125.311	4,52	100

Sumber: BPS Provinsi Kalimantan Barat, 2016.

Analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Data-data karakteristik sosial ekonomi dan karakteristik konsumsi pangan responden diolah secara deskriptif. Analisis data pola konsumsi pangan rumah tangga dilakukan secara kuantitatif yaitu untuk 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 (Hardinsyah dkk. 2002); dan (4) Menghitung rata-rata konsumsi zat gizi rumah tangga per kapita per hari, berdasarkan jenis bahan pangan, jenis kelompok pangan, dan total keseluruhan. Berdasarkan total konsumsi zat gizi rata-rata, selanjutnya dihitung tingkat konsumsi zat gizi dengan rumus: $\text{Tingkat Konsumsi Zat Gizi} = (\text{Konsumsi Zat Gizi} / \text{AKG}) \times 100\%$.

3. Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Data karakteristik responden meliputi umur, pendidikan, jumlah anggota keluarga, pendapatan per kapita dan pengeluaran per kapita (tabel 2). Responden di lokasi penelitian didominasi oleh masyarakat dengan umur produktif sebanyak 96% dengan rerata umur responden 45 tahun. Umur mempengaruhi pola konsumsi pangan individu karena terkait dengan

kebutuhan energi yang bersumber dari makanan. Remaja umumnya membutuhkan energi yang lebih banyak dari anak-anak dan kebutuhan energi ini akan terus meningkat dengan bertambahnya usia, dan setelah mencapai puncaknya pada usia lanjut, kebutuhan energi akan berkurang (Suhardjo, 1989).

Tabel 2. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Jumlah	Persentase
Umur (tahun)	15 – 64	96	96 %
	>64	4	4 %
Tingkat Pendidikan	Tidak Sekolah	2	4 %
	SD	10	10 %
	SMP	8	8 %
	SMU	35	35 %
	Diploma	5	5 %
	Sarjana	40	40 %
Jumlah Anggota Keluarga (orang)	< 4	37	37 %
	4 – 7	58	58 %
	> 7	5	5 %
Pendapatan per kapita (Rp/bulan)	<Rp. 1.150.000	35	35 %
	Rp 1.150.000 – 2.170.000	48	48 %
	>Rp. 2.170.000	17	17 %
Pengeluaran per kapita (Rp/bulan)	<Rp. 384.000	52	35 %
	Rp.384.000 - 701.000	34	48 %
	>Rp.701.000	14	17 %

Sumber: Analisis data primer, 2016

Tingkat pendidikan responden didominasi oleh masyarakat yang berpendidikan sarjana sebanyak 40%. Tingginya tingkat pendidikan terkait dengan keadaan ekonomi, sarana dan prasarana pendidikan di wilayah tersebut serta motivasi dan keinginan responden untuk menempuh jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Menurut Talahatu (2006), tingkat pendidikan formal berhubungan positif dengan pengetahuan gizi. Ketahanan pangan rumah tangga dan status gizi yang baik merupakan indikator tingginya tingkat pengetahuan gizi dan pendidikan anggota keluarga (Hardinsyah, 2007). Rahardja dkk (2005) juga menyatakan bahwa tingginya tingkat pendidikan akan meningkatkan pengeluaran konsumsi dan mempengaruhi pola konsumsi.

Berdasarkan jumlah anggota keluarga, mayoritas responden berada pada kategori keluarga sedang/menengah dengan jumlah anggota keluarga 4-7 orang. Rose (1999) menyatakan bahwa ukuran jumlah anggota keluarga menentukan tingkat ketahanan pangan. Peningkatan jumlah anggota rumah tangga tanpa diimbangi dengan peningkatan sumberdaya dan sumber mata pencaharian penunjang ekonomi akan menyebabkan alokasi pemenuhan pangan per anggota rumah tangga menjadi rendah (Manesa dkk, 2008).

Ditinjau dari sebaran pendapatan rumah tangga per kapita per bulan, sebagian besar responden berada pada kategori pendapatan per kapita Rp.1.150.000-Rp.2.170.000/bulan. Samuelson (1996) menyatakan bahwa keluarga dengan pendapatan kecil akan membelanjakan sebagian besar atau seluruh pendapatan yang diperoleh untuk kebutuhan konsumsi pangan.

Pengeluaran per kapita sebagian besar responden berada pada kategori <Rp. 384.000/bulan. Damora dkk. (2008) menyatakan bahwa pengeluaran pangan rumah tangga berhubungan positif dengan ketersediaan jumlah makanan sebagai sumber energi untuk konsumsi rumah tangga.

Karakteristik Konsumsi Pangan Rumah Tangga

Informasi terkait karakteristik konsumsi pangan rumah tangga disajikan pada tabel 3. Responden menyatakan melakukan pemilihan makanan dengan alasan manfaat dari pangan tersebut (46% responden). Pertimbangan ini menunjukkan tingginya kesadaran dan pengetahuan terhadap manfaat pangan bagi kesehatan. Puspadewi dan Briawan (2014) berpendapat bahwa pada kategori status gizi normal, masyarakat melakukan pemilihan pangan utama berdasarkan kriteria kandungan alami dalam pangan. Selain manfaat pangan, responden juga mempertimbangkan harga pangan karena terkait dengan kondisi ekonomi dan pendapatan masyarakat.

Pengambil keputusan untuk konsumsi pangan keluarga sebagian besar berada tergantung pada peranan ibu (40%), yaitu terutama dalam hal pemilihan menu makanan keluarga. Sebagian besar keluarga responden juga memberikan kebebasan dalam penentuan menu makanan kepada masing-masing anggota keluarga yaitu kepada ayah, ibu dan anak. Beberapa keluarga juga ada yang mengutamakan peranan ayah sebagai kepala keluarga untuk menentukan konsumsi pangan keluarga, serta penentuan konsumsi pangan secara bersama-sama diantara anggota keluarga.

Berdasarkan cara perolehan pangan, sebagian besar responden (52%) memperoleh pangan dengan cara kombinasi antara memasak dan membeli. Alasannya karena masyarakat cenderung memiliki mobilitas (arus pergerakan) yang tinggi sehingga dengan cara membeli pangan jadi dianggap lebih praktis dan hemat waktu. Selain itu, didukung juga dengan banyaknya restoran, rumah makan dan warung-warung yang menjual aneka makanan siap saji dan olahan di wilayah perkotaan.

Tabel 3. Karakteristik Konsumsi Pangan Rumah Tangga

Karakteristik Konsumsi Pangan	Kategori	Jumlah	Persentase
Alasan Pemilihan Makanan	Manfaat bagi kesehatan	46	46 %
	Kebiasaan	20	20 %
	Harga	12	12 %
	Rasa	12	12 %
	Keamanan	8	8 %
	Ketersediaan	2	2 %
Pengambil Keputusan Pembelian	Ibu	40	40 %
	Anggota Keluarga	28	28 %
	Bersama-sama	22	22 %
	Ayah	10	10 %
Cara Memperoleh Pangan	Memasak dan Membeli	52	52 %
	Membeli	26	26 %
	Memasak	22	22 %
Tempat Pembelian Bahan Pangan	Pasar Tradisional	65	65 %
	Warung	15	15 %
	Swalayan	12	12 %
	Pedagang Keliling	8	8 %
Bahan Pangan yang Sulit Diperoleh	Tidak ada	74	74 %
	Ada	26	26 %

Sumber: Analisis data primer, 2016

Cara perolehan pangan dengan kombinasi memasak dan membeli biasanya dilakukan oleh keluarga dimana ibu bekerja sehingga kegiatan membeli langsung pangan yang telah siap konsumsi lebih sering dilakukan dengan alasan kepraktisan dan hemat waktu. Perolehan pangan dengan cara memasak terutama dilakukan oleh keluarga yang ibunya tidak bekerja (ibu rumah tangga) sehingga kegiatan memasak sering dilakukan karena dianggap lebih hemat dan lebih higienis.

Tempat pembelian bahan pangan yang dipilih oleh mayoritas responden yaitu pasar tradisional dengan beberapa alasan berikut: (1) harga bahan pangan yang murah dan bisa ditawar; 2) lengkap dan banyak pilihan jenis pangan yang bisa dibeli; dan 3) kondisi bahan pangan yang segar karena didatangkan langsung dari tempat produksi. Terkait dengan keberadaan bahan pangan yang sulit diperoleh di Kota Pontianak, sebagian besar responden menyatakan tidak ada bahan pangan (74%) yang sulit diperoleh di lokasi penelitian. Sebanyak 26% menyatakan ada beberapa jenis bahan pangan yang sulit diperoleh, misalnya kerang, ikan segar, ayam kampung, sayur selada, dan brokoli.

Pertimbangan masyarakat dalam memilih bahan pangan yaitu dari segi keamanan pangan, kehalalan (terutama untuk masyarakat muslim), harga, penampakan produk dan sanitasi/kebersihan tempat penjualan. Dalam melakukan pemilihan bahan pangan yang aman dikonsumsi, responden sebagian besar mengutamakan keamanan dan penampakan produk. Jika ditinjau dari cara memilih pangan yang aman, seluruh responden memperhatikan penampilannya (rasa, warna, aroma dan tekstur).

Tabel 4. Pengetahuan dan Perilaku Penanganan Bahan Pangan Rumah Tangga

Kategori	Persentase
Pertimbangan Saat Membeli Bahan Pangan	
Keamanan	100 %
Kehalalan	94 %
Harga	90 %
Penampakan produk	98 %
Sanitasi toko	70 %
Cara Memilih Pangan Aman	
Penampilan (rasa, warna, aroma dan tekstur)	100 %
Kemasan	94 %
Penampilan dan kemasan	90 %
Pengetahuan Penanganan Bahan Pangan	
Pengetahuan mencuci bahan pangan sebelum diolah	100 %
Pengetahuan cara memasak dengan suhu dan waktu yang sesuai	92 %
Pengetahuan pemisahan antara bahan pangan mentah dan matang	96 %
Pengetahuan menghindari penggunaan bahan tambahan makanan yang dilarang	98 %
Perilaku Penanganan Pangan	
Mencuci bahan pangan sebelum diolah	95 %
Memasak dengan suhu dan waktu yang sesuai	86 %
Memisahkan antara bahan pangan mentah dan matang	90 %
Menghindari penggunaan bahan tambahan makanan yang dilarang	88 %

Sumber: Analisis data primer, 2016

Sebagian besar responden di lokasi penelitian menyatakan memiliki pengetahuan dalam penanganan pangan yang benar, yaitu: (1) pengetahuan mencuci bahan pangan sebelum diolah (100%); (2) memasak dengan suhu dan waktu yang sesuai (92%); (3) memisahkan antara bahan pangan mentah dan matang (96%); dan (4) menghindari penggunaan bahan tambahan yang dilarang (98%). Jika dihubungkan antara pengetahuan penanganan pangan yang benar dengan perilaku penanganan pangan oleh masyarakat, terlihat bahwa tidak semua masyarakat mampu mengaplikasikan pengetahuan mereka dalam melakukan penanganan pangan. Masih ada beberapa masyarakat yang belum melakukan penanganan pangan yang benar walaupun sebenarnya mereka memiliki pengetahuan mengenai hal tersebut. Perilaku penanganan pangan yang benar meliputi: (1) mencuci bahan pangan sebelum diolah (95%); (2) memasak dengan suhu dan waktu yang sesuai (86%); (3) memisahkan antara bahan pangan mentah dan matang (90%); dan (4) menghindari penggunaan bahan tambahan yang dilarang (88%).

Pola Konsumsi Pangan

Konsumsi kalori dan protein rumah tangga masyarakat Kota Pontianak berdasarkan kelompok pangan disajikan pada tabel 5. Nilai rata-rata konsumsi kalori sebesar 1.782,84 kkal/kap/hari dan rata-rata konsumsi protein sebesar 57,42 gram/kap/hari. Angka ini berada dibawah standar kecukupan konsumsi kalori dan protein, yaitu sebesar 2.150 kkal dan 57 gram protein. Kondisi yang sama juga terjadi di Kabupaten Lampung dengan nilai konsumsi pangan sebesar 1.946,9 kkal/kap/hari (Mahfi dkk. 2008).

Lebih lanjut, hasil penelitian menunjukkan bahwa kontribusi kalori tertinggi berada pada kelompok pangan padi-padian, makanan dan minuman jadi, minyak dan lemak serta telur dan susu. Kontribusi konsumsi protein tertinggi bersumber dari kelompok pangan padi-padian ikan, makanan dan minuman jadi, serta telur dan susu. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi masyarakat Kota Pontianak masih dominan pada kelompok padi-padian dan protein hewani, sehingga masih diperlukan penganeekaragaman konsumsi pangan terutama untuk konsumsi pangan non beras dan protein nabati.

Tabel 5. Rata-rata Konsumsi Kalori (kkal) dan Protein (gram)
Menurut Kelompok Pangan

No	Kelompok Pangan	Konsumsi Kalori (kkal)	Konsumsi Protein (gram)
1	Padi – padian	756,28	18,02
2	Umbi – umbian	16,13	0,17
3	Ikan	67,62	11,43
4	Daging	77,52	4,72
5	Telur dan susu	101,43	6,02
6	Sayur – sayuran	29,90	2,18
7	Kacang – kacang	31,24	2,97
8	Buah – buahan	41,76	0,65
9	Minyak dan Lemak	208,25	0,18
10	Bahan Minuman	106,34	0,98
11	Bumbu – bumbu	10,89	0,58
12	Konsumsi Lainnya	69,73	1,85
13	Makanan dan minuman jadi	265,75	7,67
TOTAL		1.782,84	57,42

Sumber : Analisis Data Primer, 2016

Pengukuran pola konsumsi pangan menggunakan pendekatan pola pangan harapan (PPH) berdasarkan perhitungan komponen total konsumsi energi dan zat gizi, persentase energi dan zat gizi, dan skor angka kecukupan energi dan zat gizi. Hasil analisis pengukuran PPH diperoleh nilai tingkat konsumsi energi (%AKE), tingkat konsumsi protein (%AKP) dan keanekaragaman konsumsi pangan (skor PPH) seperti terlihat pada tabel 6.

Tabel 6. Rata – rata Komposisi Konsumsi Energi dan Protein Rumah Tangga Responden

No	Kelompok Pangan	% AKE	% AKP
1	Padi – padian	35,87	31,61
2	Umbi – umbian	0,83	0,38
3	Pangan Hewani	12,02	20,15
4	Sayur dan Buah	3,36	8,73
5	Kacang – kacangan	1,85	10,89
6	Minyak dan Lemak	10,12	3,75
7	Bahan Minuman	5,37	5,88
8	Bumbu – bumbu	0,57	1,02
9	Konsumsi Lainnya	3,37	0,43
10	Makanan dan minuman jadi	12,88	1,76
	Total	86,24	84,60
	Kategori	Defisit ringan	Defisit ringan

Sumber : Analisis Data Primer, 2016

Standar penentuan klasifikasi tingkat kecukupan gizi yaitu defisit berat (<70% AKG), defisit sedang (70-79% AKG), defisit ringan (80-89% AKG), normal (90-119% AKG), dan kelebihan ($\geq 120\%$ AKG). Berdasarkan klasifikasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa rata-rata konsumsi energi dan protein masyarakat di Kota Pontianak tergolong pada kategori defisit ringan. Artinya bahwa pola konsumsi pangan masyarakat Kota Pontianak belum beranekaragam baik dari sisi kualitas maupun kuantitas, sehingga diperlukan pengembangan diversifikasi pangan untuk pencapaian standar tingkat kecukupan gizi. Penelitian yang sama di Provinsi Riau menyatakan bahwa kualitas konsumsi pangan masyarakat Riau belum baik, karena masih mengutamakan konsumsi kelompok padi-padian, minyak, lemak dan gula (Gevisioner dkk, 2015).

Temuan penelitian lainnya menunjukkan bahwa masyarakat Kota Pontianak masih mengutamakan jenis pangan dari kelompok padi-padian sebagai sumber karbohidrat utama, terutama beras, mie dan roti. Konsumsi mie dan roti pada sebagian besar responden dikarenakan kepraktisan dalam konsumsi dan harga yang terjangkau. Nilai AKE dari kelompok umbi-umbian masih sangat kecil jika dibandingkan dengan %AKE ideal, hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Kota Pontianak kurang mengkonsumsi jenis pangan umbi-umbian. Pangan umbi-umbian perlu mendapatkan perhatian khusus karena berpotensi sebagai pangan alternatif non beras, sehingga masyarakat Kota Pontianak perlu meningkatkan kualitas dan kuantitas konsumsi 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, dkk. 2017; Herawati, dkk. 2011). Nilai AKE konsumsi masyarakat kota Pontianak untuk kelompok pangan hewani, minyak dan lemak serta bahan minuman sudah mencapai nilai %AKE ideal. Artinya bahwa konsumsi kelompok pangan tersebut sudah beragam baik dari sisi kualitas maupun kuantitas.

4. Kesimpulan

1. Karakteristik konsumsi pangan rumah tangga masyarakat Kota Pontianak meliputi: (1) alasan pemilihan makanan yaitu dari segi manfaat pangan; (2) pengambilan keputusan dalam konsumsi pangan keluarga yaitu ibu; (3) cara perolehan pangan yaitu dengan kombinasi memasak dan membeli; (4) tempat pembelian bahan pangan sebagian besar di pasar tradisional; (5) tidak ada bahan pangan yang sulit diperoleh di lokasi penelitian; (6) pertimbangan pemilihan bahan pangan yaitu dari segi keamanan pangan, kehalalan (terutama untuk masyarakat muslim), harga, penampakan produk dan sanitasi/kebersihan tempat penjualan; dan (7) cara memilih pangan yang aman yaitu berdasarkan penampilannya (rasa, warna, aroma dan tekstur).
2. Rata-rata konsumsi kalori dan protein masyarakat Kota Pontianak masih berada di bawah angka kecukupan konsumsi kalori dan protein, yaitu sebesar 1.782,84 kkal dan 57,42 gram protein.
3. Rata-rata konsumsi energi dan protein masyarakat di Kota Pontianak tergolong pada kategori defisit tingkat ringan.

5. Saran

1. Pencapaian diversifikasi pangan dapat dilakukan dengan penganekaragaman kualitas dan konsumsi pangan terutama untuk kelompok pangan umbi-umbian. Pemerintah hendaknya dapat mengoptimalkan pengembangan pangan lokal khususnya terkait teknologi pengolahan, dengan tujuan agar pangan tersebut lebih disukai masyarakat.
2. Perlunya kegiatan penyuluhan penganekaragaman konsumsi pangan dan pencapaian gizi seimbang, khususnya kepada para ibu rumah tangga. Hal ini dilakukan mengingat masih belum tercapainya standar kecukupan energi dan protein masyarakat Kota Pontianak.
3. Perlu adanya penelitian-penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan model pengeluaran konsumsi pangan dan non pangan, sehingga akan menambah informasi mengenai perilaku konsumsi rumah tangga.

Daftar pustaka

- Anwar K. dan Hardinsyah. 2014. Konsumsi Pangan dan Gizi Serta Skor Pola Pangan Harapan Pada Dewasa Usia 19-49 Tahun di Indonesia. *Jurnal Gizi Pangan*. 9(1):51-58.
- Damora AS, Anwar F, Heryatno Y. 2008. Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga Petani Hutan Kemasyarakatan di Kabupaten Lampung Barat. *Jurnal Gizi Pangan*. 3(3): 227-232.
- Gevisioner, Febriamansyah R, Ifdal, Tarumun S. 2015. Kualitas Konsumsi Pangan di Daerah Defisit Pangan Provinsi Riau. *Jurnal Gizi Pangan*. 10(3): 233-240.
- Hardinsyah. 2007. Review faktor determinan keragaman konsumsi pangan. *Jurnal Gizi Pangan*. IPB. 2(2): 55-74.
- Hardinsyah, Briawan D, Retnaningsih, Hernawati T, dan Wijaya R. 2002. Analisis Kebutuhan Konsumsi Pangan. Pusat Studi Kebijakan Pangan dan Gizi IPB dan Pusat Pengembangan Konsumsi Pangan. Badan BIMAS Ketahanan Pangan. Bogor.
- Hasan, Iqbal. 2002. Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya. Penerbit Ghalia Indonesia : Jakarta.
- Herawati T, Ginting B, Asngari, Susanto dan Puspitawati. 2011. Ketahanan Pangan Keluarga Peserta Program Pemberdayaan Masyarakat di Pedesaan. *Jurnal Gizi Pangan*. 6(3):208-216.

- Imelda, Kusriani N, Hidayat R. 2017. Development Strategy of Local Food Diversification. *Journal of Economics and Policy*. 10(1): 62-79.
- Mahfi T, Setiawan B, Baliwati YF. 2008. Analisis Situasi Pangan dan Gizi Untuk Perumusan Kebijakan Operasional Ketahanan Pangan dan Gizi Kabupaten Lampung Barat. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 3(3): 233-238.
- Manesa J, Yayuk F, Ikeu T. 2008. Ketahanan Pangan Rumah Tangga di Desa Penghasil Damar Kabupaten Lampung Barat. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 3(3):172-179.
- Puspawati, RH. dan Briawan, D. 2014. Persepsi Tentang Pangan Sehat, Alasan Pemilihan Pangan dan Kebiasaan Makan Sehat Pada Mahasiswa. *Jurnal Gizi Pangan*. Vol 9 (3): 211-218.
- Rahardja, Pratama dan Manurung, M. 2005. Teori Ekonomi Makro. Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia. Jakarta.
- Rose D. 1999. Economic Determinants and Dietary Consequences of Food Insecurity in The United States. *Community and International Nutrition American Society for Nutritional Sciences*.
- Saliem, H.P., Ariani, Y. Marisa, T.B.Purwantini. 2002. Analisis Kerawanan Pangan Wilayah dalam Perspektif Desentralisasi Pembangunan. Laporan Hasil Penelitian. Pusat Penelitian dan Pengembangan Sosial Ekonomi Pertanian. Bogor.
- Samuelson. 1996. *Macro Economy*. Alih bahasa Fredi Saragih SE. Jakarta. Erlangga.
- Santoso, 2004. *Kesehatan dan Gizi*. Cetakan II. Rineka Cipta. Jakarta.
- Sediaoetama, A. D. 1996. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jilid I. Dian Rakyat, Jakarta.
- Sekaran, Uma. 2006. *Metodologi Penelitian Untuk Bisnis*. Penerbit Salemba Empat. Jakarta.
- Suhardjo. (1989). *Sosio Budaya Gizi*. Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi. Bogor : IPB.
- Suryana A. 2004. Ketahanan Pangan di Indonesia dalam Ketahanan Pangan dan Gizi di Era Otonomi Daerah dan Globalisasi. *WNPG* (hal. 39-51). LIPI. Jakarta.
- Talahatu, A. H., 2006. Kajian Indeks Masa Tubuh (IMT) dan Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil serta hubungannya dengan Tumbuh Kembang Bayi Lahir di Kota Ambon. Diakses 15 September 2017. <http://repository.ipb.ac.id>
- Tejasari. 2003. Diversifikasi Konsumsi Pangan Berdasarkan Pendekatan Pola Pangan Harapan (PPH) di Daerah Rawan Gizi. *Media Gizi dan Keluarga*. Juli 2003:27.