

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Pangan

Pangan merupakan segala sesuatu yang diperuntukkan sebagai konsumsi manusia yang berasal dari sumber hayati pertanian, perkebunan, peternakan, kehutanan, air dan perairan. Menurut Setyorini *et al.* (2023), definisi pangan ialah kebutuhan dasar dan hak asasi setiap manusia yang meliputi makanan dan minuman sumber energi yang konsumsinya harus memenuhi gizi yang baik. Fungsi pangan sendiri adalah mendukung pertumbuhan tubuh, memperbaiki jaringan yang rusak, sebagai sumber energi, dan menjaga keoptimalan fungsi vital organ tubuh. Pangan menjadi penentu kualitas sumber daya manusia dalam suatu negara. Konsumsi pangan dengan gizi yang cukup dan baik akan menunjang pertumbuhan manusia terhadap ketangguhan fisik dan kesehatan yang prima (Irnani & Sinaga, 2017).

Konsumsi pangan yang baik perlu memperhatikan kecukupan kandungan zat gizi makro (karbohidrat, lemak, protein) dan gizi mikro (vitamin dan mineral). Sementara itu, kebutuhan dan permintaan pangan terus meningkat sejalan dengan bertambahnya populasi penduduk. Menurut Umanilo (2019), kualitas dan kuantitas konsumsi pangan individu berhubungan erat dengan faktor keadaan ekonomi, pengetahuan, dan budaya masyarakat yang berawal dari skala rumah tangga. Terjadinya kenaikan harga pangan dapat menyebabkan menurunnya konsumsi kalori dan protein yang cukup signifikan (Prabowo, 2014).

2.2. Pola Konsumsi

Pola konsumsi pangan mencakup rata-rata jenis dan banyaknya bahan makanan yang dikonsumsi seseorang per hari dalam jangka waktu tertentu. Berkaitan dengan pangan, menurut Firdaus & Cahyono (2017), pola konsumsi pangan yang baik merupakan keragaman pangan yang dikonsumsi dengan kandungan zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak) maupun zat gizi mikro (vitamin, mineral, dan air). Konsumsi pangan menjadi faktor utama dalam hal pemenuhan zat gizi tubuh. Ketika seseorang mampu mencukupi konsumsi pangan sesuai kebutuhan tubuhnya, maka proses pertumbuhan dan fungsi organ tubuh akan berjalan dengan baik.

Setiap rumah tangga memiliki pola konsumsi yang tidak sama tergantung dari jumlah dan bentuk yang ingin dikonsumsi. Penelitian yang dilakukan oleh Ricciuto *et al.* (2006) menunjukkan bahwa rumah tangga yang berisi anak-anak lebih banyak melakukan pembelian dan konsumsi produk susu, sedangkan rumah tangga dengan orang dewasa yang lebih tua, lebih banyak pengeluaran untuk konsumsi buah dan sayuran. Pendapatan juga mempengaruhi pola konsumsi rumah tangga. Rumah tangga dengan pendapatan yang lebih besar cenderung untuk mempunyai konsumsi yang lebih besar daripada rumah tangga dengan pendapatan yang kecil (Lestari, 2016).

Ketersediaan pangan memegang peranan penting dalam mempengaruhi konsumsi pangan masyarakat. Pangan lokal dan komoditas yang tumbuh di wilayah setempat yang tersedia secara kontinyu akan membentuk kebiasaan makan dan mempengaruhi jumlah serta jenis pangan dalam pola makan masyarakat tersebut

(Sayekti *et al.*, 2021). Oleh sebab itu, pola konsumsi antar wilayah bisa berbeda. Menurut Dewi & Purwidiani (2015), faktor-faktor yang mempengaruhi perbedaan pola konsumsi makanan pokok dalam suatu wilayah antara lain faktor geografis dan sumber daya alam lokal, kesukaan masyarakat, budaya setempat, keadaan sosial ekonomi, serta kesehatan.

Pola konsumsi pangan dapat dilihat dari 2 aspek, yaitu aspek kuantitas dan kualitas. Pada aspek kuantitas, pola konsumsi masyarakat dinilai dari tingkat kecukupan energi yang dinyatakan dalam satuan persen atau kalori. Sementara itu, aspek kualitas menekankan pada ragam atau diversifikasi pangan yang dikonsumsi dengan melihat skor PPH. Pangan yang baik adalah yang mengandung nilai 3B (beragam, bergizi, berimbang). Namun perlu diperhatikan bahwa peningkatan kuantitas konsumsi pangan sejalan dengan kualitasnya. Banyaknya ragam kelompok pangan dalam susunan makan (kualitas) perlu ditingkatkan dan proporsi kelompok pangan (kuantitas) perlu diperhatikan, sehingga zat gizi yang terkandung dapat menjalankan fungsinya masing-masing sebagaimana harusnya (Hanafie, 2010).

2.3. Pola Pangan Harapan

Indikator yang digunakan untuk menilai kualitas konsumsi pangan adalah dengan menggunakan pola pangan harapan. PPH merupakan metode yang dapat mengukur kondisi pangan suatu wilayah dilihat dari keberagaman dan ketersediaannya. Pola pangan harapan memberikan gambaran ragam dan kualitas pangan berdasarkan skor, yaitu total skor energi dikalikan bobot bahan makan. PPH

dikatakan sempurna apabila mencapai skor 100 (Fahriyah *et al.*, 2015). Semakin mendekati skor 100, artinya konsumsi makanan semakin beragam.

Menurut Muhammad *et al.* (2022) yang dikutip dari Badan Ketahanan Pangan (2015), pola pangan harapan adalah susunan variasi pangan menurut proporsi keseimbangan energi dari berbagai kelompok pangan untuk mencukupi kebutuhan energi dan nutrisi tubuh, baik dari sisi kuantitas maupun kualitas, dengan memperhatikan aspek ekonomi, daya terima, ketersediaan pangan, serta budaya dan agama. Kelompok pangan menurut acuan standar PPH ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Pengelompokkan Pangan Menurut Pola Pangan Harapan

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.

Sumber: Data Sekunder Penelitian, 2015.

Widodo *et al.* (2017) menyatakan bahwa terdapat 4 kategori dalam penilaian skor PPH, di antaranya: sangat rendah ($\leq 55\%$), rendah ($55 - 69\%$), cukup ($70 - 84\%$), dan baik ($\geq 85\%$). Pola pangan harapan menjadi sebuah harapan baik dari segi konsumsi dan ketersediaan pangan. Pola pangan harapan bermanfaat sebagai informasi dan panduan dalam melakukan perencanaan dan evaluasi terkait ketersediaan pangan dan pola konsumsi masyarakat (Widodo *et al.*, 2017). Selain itu, pola pangan harapan menjadi dasar pengukuran keanekaragaman dan ketahanan pangan. Mulyani *et al.* (2022) mengatakan bahwa analisis kebutuhan dan kondisi konsumsi pangan dengan pola pangan harapan pada dasarnya adalah:

1. Terwujudnya Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan PPH ideal yang sesuai dengan keadaan yang diharapkan.
2. Terdeteksinya potensi ekonomi suatu wilayah dan preferensi konsumsi pangan masyarakat setempat.
3. Teridentifikasinya potensi ekonomi pertanian, perdagangan, dan demografi dengan dukungan kebijakan dan regulasi global nasional dan lokal.

Skor PPH di setiap wilayah dapat berbeda-beda setiap tahunnya. Hal-hal yang mampu mempengaruhi PPH contohnya adalah tingkat pendapatan, pendidikan, besar keluarga, budaya, dan perbedaan gaya hidup antara masyarakat perkotaan dan pinggiran kota (Argandi *et al.*, 2018). Tidak dapat dipungkiri pula terdapat tantangan yang harus dihadapi dalam mewujudkan diversifikasi pangan yang tercermin dari pola pangan harapan. Adapun tantangan dalam diversifikasi pangan menurut Badan Ketahanan Pangan di Jawa Tengah adalah kebijakan yang terfokus pada pengembangan beras, kurangnya pamor terkait sumber karbohidrat

lokal, belum beragamnya pola konsumsi masyarakat, kurangnya kemampuan produksi lokal dalam menyediakan pangan, dan kurangnya kemampuan teknologi produksi dan pengolahan pangan lokal untuk mengimbangi pangan impor di pasaran (Putri *et al.*, 2022).

2.4. Aspek-aspek yang Mempengaruhi Pola Pangan Harapan

Di dalam kehidupan, tindakan sosial saling berkaitan satu sama lain terhadap berbagai aspek. Salah satunya adalah sosial-ekonomi. Kondisi sosial ekonomi merupakan posisi seseorang dalam masyarakat yang berkaitan dengan indikator pendapatan, kondisi tempat tinggal, status sosial, pendidikan, dan pekerjaan (Wanimbo, 2019). Kondisi sosial ekonomi merupakan cerminan kedudukan seseorang dalam masyarakat. Apabila kedudukannya tinggi, maka lebih mudah pula pencapaiannya untuk mendapatkan fasilitas yang diinginkan (Hanum & Safuridar, 2018).

Di dalam masing-masing keluarga, terdapat berbagai aspek yang mencirikan perbedaan karakteristik satu sama lain. Karakteristik tersebut membentuk gaya hidup, pemenuhan kebutuhan, serta kebiasaan yang berbeda antara yang satu dengan yang lainnya. Kondisi sosial ekonomi berkaitan dengan cara seseorang membentuk pola konsumsi pangan dan pengeluaran untuk makanan (Applanaidu *et al.*, 2022). Besar keluarga mempengaruhi pembagian jumlah dan variasi makanan yang akan diberikan untuk masing-masing anggota keluarga. Keluarga dengan pendidikan yang tinggi cenderung mengkonsumsi makanan dengan pertimbangan kualitas dan mutu yang baik. Pendapatan yang besar memungkinkan seseorang membeli bahan makan yang berkualitas dengan jumlah

yang cukup. Oleh sebab itu, kemampuan rumah tangga dapat berbeda-beda dalam mencapai kebutuhan pangan dan gizinya dikarenakan ada faktor karakteristik sosial ekonomi yang melekat (Hadini *et al.*, 2017).

2.4.1. Pendapatan Rumah Tangga

Pendapatan rumah tangga didefinisikan sebagai jumlah uang hasil perolehan kepala rumah tangga maupun anggota rumah tangga dari pekerjaannya. Pendapatan menjadi faktor yang sangat penting dalam pemenuhan kesejahteraan rumah tangga. Pengeluaran untuk konsumsi makan yang lebih rendah erat kaitannya dengan pendapat yang meningkat. Rumah tangga dengan tingkat pendapatan yang lebih tinggi akan memiliki pengeluaran non pangan lebih besar. Hal ini berarti bahwa, pendapatan yang tidak mempengaruhi dan merubah pola konsumsinya dianggap lebih sejahtera (Sari *et al.*, 2014).

Pendapatan atau daya beli rumah tangga merefleksikan kualitas konsumsi pangannya. Pendapatan yang tinggi akan membuat seseorang meningkatkan kualitas pangannya dan membeli dengan harga yang lebih mahal (Arida *et al.*, 2015). Selain itu, pendapatan yang lebih tinggi juga memberi kesempatan seseorang untuk membeli pangan yang beragam, sehingga pola konsumsi pangan meningkat dengan nilai gizi yang tinggi. Dibandingkan dengan rumah tangga yang berpenghasilan tinggi, rumah tangga dengan pendapatan yang rendah cenderung memiliki kualitas konsumsi yang lebih rendah pula. Hal ini dapat disebabkan karena untuk mendapatkan pangan yang berkualitas tinggi, harga yang dikeluarkan lebih besar (French *et al.*, 2019).

2.4.2. Jumlah Anggota Rumah Tangga

Rumah tangga terdiri dari beberapa orang keluarga seperti kepala rumah tangga, ibu rumah tangga, anak, dan anggota keluarga lain. Menurut Badan Pusat Statistik, terhitung anggota rumah tangga apabila dalam satu atap atau tempat tinggal yang sama, terdapat beberapa orang yang tinggal di dalamnya selama 6 bulan atau lebih maupun yang tinggal kurang dari 6 bulan namun berencana untuk tinggal di tempat tersebut dalam kurun waktu 6 bulan atau lebih. Banyaknya anggota keluarga yang dijadikan tanggungan dalam rumah tangga berpengaruh terhadap konsumsi rumah tangga (Yanti & Murtala, 2019). Semakin banyak jumlah anggota keluarga yang menjadi tanggungan, berarti semakin banyak pula kebutuhan dan konsumsi yang perlu dicukupi. Selain itu, jumlah anggota rumah tangga berpengaruh terhadap pola konsumsi berupa variasi makanan karena tiap anggota bisa jadi memiliki selera makan yang berbeda (Alfiati, 2018).

2.4.3. Pendidikan Ibu Rumah Tangga

Pendidikan didefinisikan sebagai proses peningkatan wawasan individu berupa penguasaan teori, pembelajaran pengetahuan, kebiasaan, dan keterampilan dengan tujuan untuk mempersiapkan penyelesaian masalah dalam mencapai tujuan. Pendidikan formal memiliki beberapa tingkatan terstruktur dari pendidikan dasar, menengah, dan tinggi. Kualitas sumber daya manusia dapat diketahui dari tingkat pendidikannya (Vidiawan & Tisnawati, 2015).

Ibu rumah tangga sebagai pengambil keputusan (*decision maker*) dalam rumah tangga dimana berperan dalam menentukan pembelian dan konsumsi pangan

rumah tangga. Tingginya tingkat pendidikan ibu rumah tangga berpengaruh dalam konsumsi pangan rumah tangga karena berkaitan dengan kemampuan ibu untuk mengambil keputusan konsumsi dan gizi pangan yang perlu dipenuhi untuk seluruh anggota keluarga (Arida *et al.*, 2015).

2.4.4. Usia Ibu Rumah Tangga

Usia atau umur merupakan rentang waktu seseorang yang dihitung sejak hari kelahiran seseorang. Usia diasumsikan sebagai pengalaman, pengetahuan, dan sikap selama masa hidup ibu rumah tangga sebagai *decision maker* konsumsi pangan keluarganya (Dewi, 2016). Hal tersebut berarti bahwa usia menjadi salah satu faktor bagi ibu untuk menyajikan makanan yang sesuai dalam pemenuhan gizi anggota keluarganya. Usia juga berkaitan dengan produktivitas seseorang, yang dimana usia produktif berada dalam rentang 15 – 45 tahun. Ketika usia produktif, seseorang mampu menghasilkan ide-ide dan pemikiran untuk menyediakan kebutuhan makanan yang beragam dan berkualitas gizi baik (Ningsih *et al.*, 2012).

2.4.5. Kepemilikan Lahan

Kepemilikan lahan yang dimaksud adalah lahan pribadi, baik itu lahan sawah, pekarangan rumah, atau lahan tegalan yang dimanfaatkan untuk melakukan budidaya pertanian atau peternakan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menghindari pengeluaran konsumsi dengan ketergantungan harga pasar adalah dengan menanam sendiri atau melakukan ternak di lahan yang dimiliki atau lahan sisa. Rumah tangga dapat mengelola sendiri budidayanya sesuai keinginan sehingga pertumbuhan tanaman/ternak lebih terkontrol dan terjamin. Di pekarangan

rumah, jenis komoditas yang dapat dibudidayakan yaitu sayur-sayuran, buah-buahan, tanaman obat, dan umbi-umbian (Amruddin & Iqbal, 2018). Ternak yang dapat dipelihara yaitu ayam, bebek, kambing, ikan, maupun ternak kecil lainnya. Selain menyediakan sumber pangan, budidaya di pekarangan rumah yang dilakukan dengan baik juga dapat menambah nilai estetika.

Lahan yang dikelola dengan baik dapat memberikan manfaat bagi rumah tangga, seperti memberikan nutrisi melalui komoditas yang dibudidaya, menghemat pengeluaran, dan menjadi pendapatan bagi keluarga. Selain itu, budidaya di lahan pekarangan rumah juga dapat mendukung ketahanan pangan dan program percepatan penganekaragaman konsumsi pangan (P2KP) (Amruddin & Iqbal, 2018). Rumah tangga mendapatkan diversifikasi pangan yang berbasis sumber daya lokal. Oleh sebab itu, Kementerian Pertanian meluncurkan Program Kawasan Rumah Pangan Lestari sejak tahun 2011 untuk mendukung ketahanan dan kemandirian pangan keluarga (Kusumo *et al.*, 2020).

2.4.6. Pengetahuan Gizi Ibu Rumah Tangga

Kecukupan makanan yang bergizi dapat mendukung kesehatan dan pertumbuhan anak-anak maupun anggota keluarga yang lain. Ibu berperan penting dan bertanggung jawab dalam memberikan susunan menu makan yang bergizi untuk keluarganya. Pemahaman gizi ibu secara tidak langsung berpengaruh dalam pemenuhan nutrisi keluarga (Mufida *et al.*, 2020). Ibu bisa mendapatkan informasi mengenai gizi yang baik dari pendidikan, pengalaman hidup sehari-hari, atau sumber lain. Saat pengetahuan gizi ibu memadai, maka pengambilan keputusan untuk konsumsi pangan keluarganya dapat diperhitungkan secara matang.

Pengetahuan gizi berkaitan dengan sikap dan perilaku ibu dalam memilih pangan yang bergizi. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik lebih banyak mempertimbangkan dan menentukan pilihan berdasarkan nilai gizi untuk konsumsi makanan keluarganya, baik itu dari segi jenis maupun jumlahnya (Said *et al.*, 2021). Begitu pula sebaliknya, ibu dengan pengetahuan gizi yang kurang, lebih suka membuat pilihan makanan berdasarkan kenikmatan bagi panca indra dan sedikit memperhitungkan nilai gizi. Pengetahuan mengenai gizi juga perlu ditunjang dengan kemampuan mengolah makanan yang sehat untuk disajikan kepada keluarga.

2.5. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian serupa mengenai pola konsumsi pangan dan pola pangan harapan telah dilakukan oleh peneliti lainnya. Penelitian tersebut memiliki fokus permasalahan dan metode yang berbeda, serta wilayah yang membedakan satu sama lain. Telaah penelitian terdahulu digunakan sebagai acuan dan pembandingan dalam melakukan penelitian ini.

Penelitian yang dilakukan oleh Abdillah (2013) memiliki judul “Analisis Pola Pangan Harapan (PPH) Dalam Mewujudkan Diversifikasi Konsumsi Pangan Di Desa Sumberngepoh, Kecamatan Lawang, Kabupaten Malang”. Penelitian tersebut menganalisis kondisi keragaman pangan yang dikonsumsi oleh subjek penelitian dengan pendekatan pola pangan harapan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi keragaman konsumsi pangan adalah pengetahuan gizi ibu rumah tangga, akses informasi, dan kepemilikan lahan pekarangan.

Penelitian oleh Dewi (2016) berjudul “Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga Nelayan (Studi Kasus : Desa Bagan Dalam, Kecamatan Tanjung Tiram, Kabupaten Batu Bara)”. Penelitian tersebut bertujuan untuk menganalisis karakter sosial ekonomi, pola konsumsi pangan, dan faktor yang mempengaruhinya. Metode yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan parameter pola pangan harapan dan analisis regresi linear berganda. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa faktor pendapatan, jumlah anggota keluarga, umur dan tingkat pendidikan ibu rumah tangga berpengaruh terhadap konsumsi pangan aktual rumah tangga secara simultan dan parsial.

Penelitian yang dilakukan oleh Hamid *et al.* (2013) dengan judul “Analisis Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga (Studi Kasus di Kecamatan Tarakan Barat Kota Tarakan Provinsi Kalimantan Timur)” membandingkan pola konsumsi di pedesaan dan perkotaan. Pendekatan analisis yang digunakan adalah Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan PPH. Hasil yang didapat adalah AKG dan PPH perkotaan memiliki nilai lebih tinggi daripada pedesaan dengan faktor yang mempengaruhi antara lain pendapatan per kapita, pendidikan ibu rumah tangga, dan *dummy* tempat tinggal.