

# **POLA PANGAN HARAPAN (PPH)**



**DINAS KETAHANAN PANGAN DAN PERTANIAN  
KABUPATEN SAMOSIR**

**2023**

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur kita panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa karena atas berkat dan penyertaannya penyusunan Buku “Pola Pangan Harapan (PPH)” Kabupaten Samosir Tahun 2023 dapat diselesaikan. Kegiatan kajian ini menyajikan situasi konsumsi pangan pada masyarakat Kabupaten Samosir.

Situasi konsumsi pangan masyarakat dapat dilihat dari indikator jumlah maupun mutu berdasarkan keseimbangan gizi terhadap keanekaragaman pangan. Indikator tersebut menggambarkan pencapaian pembangunan pangan terhadap acuan untuk hidup sehat dan produktif terutama pada indikator skor PPH.

Pada kesempatan ini kami sampaikan ucapan terima kasih kepada para Penyuluh Pertanian Lapangan (PPL) Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian Kabupaten Samosir yang telah berkontribusi dalam melakukan survey tentang konsumsi Rumah Tangga pada masyarakat di setiap desa. Kita berharap kegiatan ini dapat berlanjut dan berkembang pada tahun-tahun mendatang, sehingga dapat memberikan manfaat yang optimal dalam pembangunan ketahanan pangan di Kabupaten Samosir.. Buku ini masih jauh dari kata sempurna, saran dan masukan dari Bapak/ Ibu sekalian akan sangat membantu untuk penyempurnaan buku di tahun berikutnya.

**Pangururan, Desember 2023**

**Plt. Kepala Dinas Ketahanan Pangan  
dan Pertanian,**



**Dr. TUMIUR GULTOM, S.P.,M.P  
PEMBINA (VI.a)  
NIP.196807162005012001**

## DAFTAR ISI

2023.....	ii
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	ii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
<b>1.2 TUJUAN</b> .....	6
<b>1.3 KELUARAN</b> .....	6
<b>1.4 MANFAAT YANG DIHARAPKAN</b> .....	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Pangan.....	7
2.2 Konsep Ketahanan Pangan.....	8
2.3 Konsumsi Pangan.....	13
2.4 Pola Konsumsi Pangan.....	15
2.5 Kecukupan Gizi.....	17
2.6 Pola Pangan Harapan.....	19
2.7 Survei Konsumsi Pangan.....	22
2.8 Kerangka Pikir dan Ruang Lingkup Survei.....	24
2.9 Batasan Operasional.....	25
BAB III.....	28
METODE PELAKSANAAN SURVEI.....	28
3.1 Sasaran dan Lokasi Survei.....	28
<b>3.2. Waktu dan Tempat</b> .....	28
<b>3.3 Pengumpulan Data</b> .....	28
3.4 Pengolahan Data.....	28

---

BAB. IV.....	29
GAMBARAN UMUM KABUPATEN SAMOSIR.....	29
4.1. Sejarah.....	29
4.2. Kondisi Wilayah.....	29
<b>4.3. Demografi.....</b>	<b>29</b>
4.4. Pertumbuhan Ekonomi.....	30
BAB. V.....	31
HASIL & PEMBAHASAN.....	31
5.1 Pola Konsumsi Pangan Kabupaten Samosir.....	31
5.1.1 Karakteristik Responden.....	31
<b>5.1.2 Gambaran Pola Konsumsi Pangan Kab/Kota.....</b>	<b>33</b>
5.2 Pola Konsumsi Pangan Kabupaten Samosir.....	42
5.2.1 Pola Pangan Harapan Kabupaten Samosir.....	42
5.3 Gambaran Pola Konsumsi Pangan Aktual Penduduk Samosir Tahun 2023.....	44
5.3.1 Tingkat Konsumsi Energi.....	44
5.3.2 Tingkat Konsumsi Protein.....	46
5.3.3 Skor Pola Pangan Harapan.....	48
5.3.4 Situasi Konsumsi Pangan Aktual.....	48
BAB. VI.....	57
KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
6.1 KESIMPULAN.....	57
6.2 SARAN.....	58
BAB. VII.....	59
PENUTUP.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN.....	62

**DAFTAR TABEL**

Tabel 1.1 Sasaran Strategis Konsumsi Pangan Nasional	4
Tabel 1.2 Sasaran Strategis Konsumsi Pangan Masyarakat Sumatera Utara	5
Tabel 1.3 Konsumsi Energi, Protein & Skor Pola Pangan Harapan (PPH)	5
Tabel 2.1 Perbedaan Swasembada Pangan dengan Ketahanan Pangan	11
Tabel 2.2 Susunan Pola Pangan Harapan Nasional	21
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Proporsi Rumah Tangga Pada Kegiatan Survey Pola Pangan Harapan Kabupaten Samosir Tahun 2023	31
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecukupan Energi Pada Kegiatan Survey Pola Harapan Kabupaten Samosir Tahun 2023	32
Tabel 5.3 Kategori Tingkat Konsumsi Energi	32
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecukupan Protein Pada Kegiatan Survey Pola Pangan Harapan Sumatera Utara Tahun 2023	32
Tabel 5.5 Kategori Tingkat Konsumsi Protein	32
Tabel 5.6 Gambaran Pola Konsumsi Pangan Kabupaten/ Kota Samosir Tahun 2023	33
Tabel 5.7 Tingkat Konsumsi Pangan Strategis	38
Tabel 5.8 Pola Konsumsi Pangan Kabupaten/ Kota Tahun 2023	41
Tabel 5.9 Susunan Pola Pangan Harapan Kabupaten Samosir Tahun 2023	43
Tabel 5.10 Tingkat Konsumsi Energi Aktual dan Ideal	44
Tabel 5.11 Pola Konsumsi Pangan Aktual Penduduk Samosir Tahun 2023	48



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Pembangunan sumberdaya manusia (SDM) merupakan hal mendasar yang diamanatkan oleh konstitusi dalam pembangunan nasional. Oleh karena itu, pembangunan SDM selalu menjadi salah satu prioritas pembangunan nasional dari periode ke periode. Sehubungan dengan itu, pembangunan SDM harus terus menerus dipersiapkan dengan baik, guna menghadapi persaingan global. Salah satu aspek mendasar dalam pembangunan SDM Indonesia berkualitas dan berdaya saing tinggi adalah pembangunan pangan dan gizi untuk meningkatkan kualitas hidup, produktivitas, dan kemandirian nasional.

Pangan merupakan kebutuhan dasar manusia, dan dianggap sangat penting untuk keberlangsungan hidup manusia. Penyelenggaraan urusan pangan di Indonesia diatur melalui Undang-Undang Pangan nomor 18 tahun 2012, sebagai pengganti Undang-Undang Pangan nomor 7 tahun 1996, yang dibangun berlandaskan kedaulatan dan kemandirian pangan. Dalam Undang-Undang Pangan ini menekankan pada pemenuhan kebutuhan pangan di tingkat perorangan, dengan memanfaatkan potensi sumber daya alam, manusia, sosial, ekonomi dan kearifan lokal secara bermanfaat.

Pembangunan pangan memiliki permasalahan dan tantangan yang besar. Kapasitas sumberdaya alam untuk memproduksi pangan semakin terbatas karena adanya kompetisi pemanfaatan sumberdaya lahan dan air untuk kegiatan sektor lain. Selain itu, perubahan iklim global memiliki dampak semakin besar resiko gagal panen. Sementara itu, sejalan dengan pertumbuhan penduduk, volume permintaan pangan

meningkat secara berkelanjutan. Faktor lainnya, yaitu peningkatan pendapatan masyarakat dan pengetahuan tentang pangan dan gizi meningkatkan permintaan pangan dari sisi keragaman, gizi, dan keamanan pangan. Pangan menjadi kunci sukses pembangunan nasional. Dalam hal tersebut, pembangunan pangan dan pencapaian ketahanan pangan dan gizi menjadi hal yang sangat penting, sebagai bagian dari pembangunan SDM berkualitas.

Pemenuhan kebutuhan pangan seyogyanya tidak hanya ditekankan pada aspek kuantitas, tetapi juga memperhatikan kualitasnya termasuk keragaman pangan dan keseimbangan gizi. Konsumsi pangan yang beragam sangat penting karena tubuh memerlukan 45 jenis zat gizi yang dapat diperoleh dari berbagai jenis makanan dan minuman. Sampai saat ini belum ada satu jenis pangan yang dapat memenuhi semua kebutuhan zat gizi tersebut.

Untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang sehat, aktif, cerdas, dan produktif sangat diperlukan konsumsi pangan yang berkualitas. Kualitas konsumsi dipengaruhi oleh keragaman jenis pangan yang dikonsumsi. Semakin beragam jenis pangan yang dikonsumsi, semakin mudah untuk memenuhi kebutuhan gizi, bahkan semakin mudah tubuh untuk memperoleh berbagai zat gizi lainnya yang bermanfaat bagi kesehatan

Konsumsi pangan dengan gizi cukup dan seimbang merupakan faktor penting dalam menentukan tingkat kesehatan dan intelegensi manusia. Volume dan kualitas konsumsi pangan dan gizi dalam rumah tangga sangat dipengaruhi oleh kondisi ekonomi, pengetahuan dan budaya masyarakat. Kualitas konsumsi pangan masyarakat di Indonesia dipantau dengan menggunakan ukuran Pola Pangan Harapan (PPH). Semakin tinggi skor mutu pangan, menunjukkan situasi pangan yang semakin beragam dan semakin baik komposisi dan mutu gizinya. Semakin beragam dan seimbang



komposisi pangan yang dikonsumsi akan semakin baik kualitas gizinya, karena pada hakekatnya tidak ada satupun jenis pangan yang mempunyai kandungan gizi yang lengkap dan cukup dalam jumlah dan jenisnya. Semakin tinggi skor mutu pangan yang dihitung menggunakan pendekatan PPH menunjukkan konsumsi pangan semakin beragam dan komposisinya semakin baik/berimbang, sehingga konsumsi pangan sudah dapat memenuhi kebutuhan yang layak untuk hidup sehat yang dikenal sebagai Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang direkomendasikan oleh Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG X 2012).

Keragaman dan keseimbangan konsumsi pangan pada tingkat keluarga akan menentukan kualitas konsumsi pada tingkat wilayah, baik kabupaten/kota, provinsi, dan nasional. Kualitas konsumsi pangan penduduk ditingkat wilayah (makro) ini dicerminkan dengan skor Pola Pangan Harapan (PPH). Sedangkan di tingkat keluarga dan individu, asupan makanan sesuai prinsip konsumsi pangan Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman (B2SA).

Pentingnya pencapaian skor PPH diamanatkan oleh Undang-Undang (UU) Nomor. 18 tahun 2012 tentang Pangan dan Peraturan Pemerintah Nomor. 17 Tahun 2015 tentang Ketahanan Pangan dan Gizi. Dalam pasal 60 UU No. 18 Tahun 2012 disebutkan bahwa Pemerintah dan Pemerintah Daerah berkewajiban mewujudkan panganekaragaman konsumsi pangan untuk memenuhi kebutuhan gizi masyarakat. Pemenuhan kebutuhan pangan dan gizi selalu menjadi program prioritas dalam setiap pembangunan nasional, yang ditandai dengan dijadikannya beberapa indikator kualitas dan kuantitas konsumsi seperti konsumsi energi, protein dan Skor Pola Pangan Harapan (PPH) sebagai indikator pencapaian pembangunan nasional. Pola Pangan Harapan (PPH) mengukur pola konsumsi pangan yang menggambarkan konsumsi

pangan yang beragam dan bergizi seimbang, dengan skor ideal 100. Berikut sasaran strategis konsumsi pangan secara nasional.

**Tabel 1.1 Sasaran Strategis Konsumsi Pangan Nasional**

Uraian	2020	2021	2022	2023	2024
Konsumsi energi (Kkal/kap/hari)	2.113	2.150	2.150	2.100	2.100
Konsumsi protein (gram/kap/hari)	57,0	57,0	57,0	57,0	57,0
Skor PPH	90,4	91,6	92,8	94,0	95,2

Dalam rangka meningkatkan sinergisitas kebijakan, strategi dan prioritas pembangunan ketahanan pangan wilayah di tingkat pusat maupun daerah diperlukan informasi yang menggambarkan indikator situasi dan kebutuhan konsumsi pangan penduduk yang akurat dan *up to date*.

Informasi tersebut diharapkan dapat mendukung kelancaran setiap tahapan dan proses perencanaan, pelaksanaan, monitoring dan evaluasi program, sehingga pembangunan bidang ketahanan pangan di suatu wilayah dapat berjalan secara lebih efektif, efisien dan tepat sasaran.

Survei pola pangan harapan adalah salah satu cara untuk mengetahui/memantau pola konsumsi pangan rumah tangga. Hasil pemantauan tersebut dapat digunakan sebagai bahan bagi pemerintah Provinsi dan Kabupaten/Kota dalam menentukan kebijakan dalam pengembangan konsumsi pangan dan penyediaan pangan bagi masyarakat.

Berikut gambaran sasaran kualitas konsumsi pangan penduduk Sumatera Utara yang menjadi sasaran strategis dalam kurun waktu lima tahun mulai dari tahun 2019 sampai dengan tahun 2023.

**Tabel 1.2 Sasaran Strategis Konsumsi Pangan Masyarakat Sumatera Utara**

Uraian	Sasaran yang akan dicapai selama tahun 2019 – 2023				
	2019	2020	2021	2022	2023
Konsumsi beras per kapita per tahun ( Kg/kap/tahun)	119,28	117,49	117,49	117,49	117,49
Konsumsi energi ( kkal/kap/hari)	2150	2150	2150	2150	2150
Konsumsi protein ( gr/kap/hari)	57	57	57	57	57
Skor PPH	90,4	92,3	92,6	92,8	94,0

Berikut gambaran kualitas konsumsi pangan penduduk Kabupaten Samosir yang telah dicapai kurun waktu lima tahun terakhir, dari tahun 2018 s/d tahun 2022. Dalam periode lima tahun 2018 – 2022, skor PPH rata-rata sebesar 79,89, kualitas konsumsi masih berada di bawah sasaran yang telah ditetapkan dalam Renstra Badan Ketahanan Pangan Provinsi Sumatera Utara.

**Tabel 1.3 Konsumsi Energi, Protein & Skor Pola Pangan Harapan (PPH)****Kabupaten Samosir Tahun 2018-2022**

Uraian	Konsumsi Energi dan Protein Per Kapita Per Hari dan beras Per Kapita Per Tahun					Rekomendasi WNPB	
	2018	2019	2020	2021	2022	Sd. 2012	2013 sd sekarang
Konsumsi beras	385,4	340,2	330,4	293,7	442,74		
Energi (kkal)	2334,95	2066,4	2043,3	2122,5	2374,5	2000	2150
Protein (gram)	54,99	59,30	64,0	58	71,5	52,0	57,0
Skor PPH	78,49	79,17	82,44	83,9	82,1	Ideal 2023 : 94,6	

Sumber : Badan Ketahanan Pangan dan Pelaksana Penyuluhan Kabupaten Samosir (2017)  
Dinas Ketahanan Pangan Kabupaten Samosir (2018 - 2021)

## 1.2 TUJUAN

Tujuan Survei Pola Pangan Harapan adalah :

- a. Memperoleh gambaran tentang situasi konsumsi pangan penduduk Kabupaten Samosir, baik konsumsi energi maupun protein dan skor pola pangan harapan serta perkembangannya.
- b. Memperoleh bahan dalam melakukan estimasi dan proyeksi situasi konsumsi dan kebutuhan pangan Kabupaten Samosir di masa yang akan datang.
- c. Mengidentifikasi berbagai faktor terkait dengan ketahanan pangan di Kabupaten Samosir.
- d. Membantu dalam perumusan kebijakan dan program maupun intervensi yang perlu dilakukan dalam rangka meningkatkan ketahanan pangan di Kabupaten Samosir.

## 1.3 KELUARAN

Keluaran kegiatan ini adalah :

- a. Teridentifikasinya konsumsi beberapa bahan pangan per kapita per tahun di Kabupaten Samosir.
- b. Teridentifikasinya konsumsi energi dan protein penduduk Kabupaten Samosir.
- c. Tersusunnya suatu perencanaan (*forecasting*) konsumsi pangan di Kabupaten Samosir.

## 1.4 MANFAAT YANG DIHARAPKAN

Diharapkan hasil Survey Pola Pangan Harapan ini dapat menjadi informasi bagi pihak Pemerintah daerah setempat dan provinsi tentang pola konsumsi masyarakat di wilayah masing-masing, baik dari segi kecukupan energi, protein dan keberagaman bahan pangan yang dikonsumsi.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Pangan**

Dalam Undang Undang (UU) No. 7 tahun 1996 tentang Pangan bahwa pangan didefinisikan sebagai “segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah, yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan lain yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan atau pembuatan makanan atau minuman”. Namun dalam UU Pangan yang baru yaitu UU No. 18 tahun 2012 tentang Pangan, pengertian pangan lebih diperluas terutama dalam hal ruang lingkup jenis pangannya. Dalam UU Pangan tersebut, pangan didefinisikan sebagai “segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati produk pertanian, perkebunan, kehutanan, perikanan, peternakan, perairan, dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan lainnya yang digunakan dalam proses penyimpanan, pengolahan, dan atau pembuatan makanan dan minuman”.

Perubahan konsep pangan yang secara eksplisit menyebutkan cakupan pangan dalam arti luas dapat diartikan dalam perumusan kebijakan pangan harus proporsional antara komoditas pangan yang satu dengan komoditas pangan yang lainnya. Kebijakan pangan yang disusun tidak mengakibatkan matinya kinerja pangan lainnya. Sebagai contoh, kebijakan pemerintah yang bias pada komoditas padi, sehingga sebagian besar dana pemerintah hanya untuk melaksanakan kebijakan tersebut. Sementara, kebijakan pangan lainnya seperti umbi-umbian (sagu) seolah-olah dibiarkan dan terlupakan.

## 2.2 Konsep Ketahanan Pangan

Konsep ketahanan pangan (*food security*) dikenal luas sekitar tahun 1980-an untuk menggantikan konsep *food policy* yang diperkenalkan pada awal tahun 1970-an ketika terjadi krisis pangan melanda dunia. Dalam perkembangannya, konsep ketahanan pangan mengalami perubahan dan bervariasi. Hasil studi pustaka yang dilakukan oleh IFPRI (1999) dalam Hanani (2009) diperkirakan terdapat 200 definisi dan 450 indikator tentang ketahanan pangan. Beberapa definisi ketahanan pangan yang sering digunakan sebagai berikut:

- a. USAID (1992): kondisi ketika semua orang pada setiap saat mempunyai akses secara fisik dan ekonomi untuk memperoleh kebutuhan konsumsinya untuk hidup sehat dan produktif.
- b. FAO (1997): situasi dimana semua rumah tangga mempunyai akses baik fisik maupun ekonomi untuk memperoleh pangan bagi seluruh anggota keluarganya, dimana rumah tangga tidak beresiko mengalami kehilangan kedua akses tersebut.
- c. FIVIMS (2005): kondisi ketika semua orang pada segala waktu secara fisik, sosial dan ekonomi memiliki akses pada pangan yang cukup, aman dan bergizi untuk pemenuhan kebutuhan konsumsi dan sesuai dengan selernya (*food preferences*) demi kehidupan yang aktif dan sehat.
- d. Mercy Corps (2007): keadaan ketika semua orang pada setiap saat mempunyai akses fisik, sosial, dan ekonomi terhadap kecukupan pangan, aman dan bergizi untuk kebutuhan gizi sesuai dengan selernya untuk hidup produktif dan sehat.

Di Indonesia sesuai dengan UU No. 7 Tahun 1996, pengertian ketahanan pangan adalah kondisi terpenuhinya pangan bagi rumah tangga yang tercermin dari tersedianya pangan secara cukup, baik dalam jumlah maupun mutunya, aman, merata, dan terjangkau. Dengan pengertian tersebut, dalam mewujudkan ketahanan pangan diharapkan dapat terpenuhinya pangan sebagai berikut:

(a) *kondisi ketersediaan yang cukup,*

diartikan ketersediaan pangan dalam arti luas, mencakup pangan yang berasal dari tanaman, ternak, dan ikan untuk memenuhi kebutuhan atas karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral serta turunannya, yang bermanfaat bagi pertumbuhan kesehatan manusia;

(b) *kondisi yang aman,*

diartikan bebas dari cemaran biologis, kimia, dan benda lain yang dapat mengganggu, merugikan, dan membahayakan kesehatan manusia, serta aman dari kaidah agama;

(c) *kondisi yang merata,*

diartikan pangan yang harus tersedia setiap saat dan merata di seluruh tanah air dan

(d) *kondisi terjangkau,*

diartikan pangan mudah diperoleh rumah tangga dengan harga yang terjangkau (Hanani, tanpa tahun)

Dalam UU Pangan yang baru yaitu No. 18 tahun 2012, definisi ketahanan pangan adalah sebagai kondisi terpenuhinya pangan bagi negara sampai dengan perseorangan, yang tercermin dari tersedianya pangan yang cukup, baik jumlah maupun mutunya, aman, beragam, bergizi, merata dan terjangkau serta tidak bertentangan dengan agama, keyakinan dan budaya masyarakat, untuk dapat hidup sehat, aktif, dan produktif secara berkelanjutan. Dengan definisi ketahanan pangan



yang baru ini, maka cakupan ketahanan pangan lebih luas, selain unsur-unsur yang telah diuraikan dalam UU No. 7 tahun 1996, juga secara eksplisit dapat terpenuhinya:

- (a) pangan tidak hanya secara agregat wilayah tetapi terpenuhinya pangan juga sampai tingkat individu,
- (b) pangan yang beragam dan bergizi, tidak hanya mencakup ragam pangan pokok tetapi juga pangan secara keseluruhan. Diversifikasi atau penganekaragaman pangan juga menjadi hal yang harus dipenuhi dalam konsep ini dalam upaya untuk mencapai status gizi masyarakat yang baik,
- (c) pangan yang disajikan tidak hanya pangan yang tidak diperbolehkan atau yang bertentangan dengan agama tetapi juga yang berentangan dengan keyakinan dan budaya setempat, serta
- (d) pangan harus tersedia secara berkelanjutan atau terus menerus sepanjang waktu.

Ketahanan pangan nasional tidak mensyaratkan untuk melakukan swasembada produksi pangan karena tergantung pada sumberdaya yang dimiliki suatu negara bisa menghasilkan dan mengekspor komoditas pertanian yang bernilai ekonomi tinggi dan barang-barang industri, kemudian membeli komoditas pangan di pasar internasional. Namun demikian, dalam UU Pangan yang baru sangat ditekankan dalam mencapai ketahanan pangan harus berbasis kemandirian pangan dan kedaulatan pangan.

Sampai saat ini di Indonesia, banyak kalangan praktis dan birokrat kurang memahami pengertian swasembada pangan dengan ketahanan pangan. Akibat dari keadaan tersebut konsep ketahanan pangan seringkali diidentikkan dengan peningkatan produksi ataupun penyediaan pangan yang cukup. Swasembada pangan umumnya merupakan capaian peningkatan ketersediaan pangan dengan wilayah nasional, sedangkan ketahanan pangan lebih mengutamakan akses setiap individu

untuk memperoleh pangan yang bergizi untuk sehat dan produktif. Hanani (2009) membuat perbedaan antara swasembada pangan dengan ketahanan pangan mulai dari ruang lingkup, sasaran, strategi, *output* dan *outcome*.

**Tabel 2.1 Perbedaan Swasembada Pangan dengan Ketahanan Pangan**

Indikator	Swasembada Pangan	Ketahanan Pangan
Lingkup	Nasional	Rumah tangga dan individu
Sasaran	Komoditas pangan	Manusia
Strategi	Substitusi impor	Peningkatan ketersediaan pangan, akses pangan, dan penyerapan pangan
Output	Peningkatan produksi pangan	Status gizi (penurunan : kelaparan, gizi kurang dan gizi buruk)
Outcome	Kecukupan pangan oleh produk domestik	Manusia sehat dan produktif (angka harapan hidup tinggi)

Ketahanan pangan mencakup tiga dimensi yaitu: (a) ketersediaan pangan (*food availability*), (b) akses/distribusi pangan (*access to sufficient food*), dan (c) pemanfaatan/konsumsi pangan (*utilization of food, which is related to cultural practices*). Namun ketiga dimensi tersebut dilakukan dalam upaya menjaga stabilitas pangan (*stability of food stock*). Oleh karena itu, ketiga dimensi tersebut sering digunakan untuk mengukur pencapaian ketahanan pangan. Ketersediaan pangan diartikan bahwa pangan tersedia cukup untuk memenuhi kebutuhan seluruh penduduk, baik jumlah maupun mutunya, serta aman, sedangkan distribusi pangan diartikan pasokan pangan dapat menjangkau seluruh wilayah sehingga harga stabil dan terjangkau oleh rumah tangga. Konsumsi, yaitu setiap rumah tangga dapat mengakses pangan yang cukup dan mampu mengelola konsumsi kaidah gizi dan kesehatan, serta

preferensinya. Terwujudnya ketahanan pangan merupakan sinergi dan interaksi dari ketiga dimensi tersebut.

Ketersediaan pangan mencakup aspek produksi, cadangan serta keseimbangan antara ekspor dan impor pangan. Ketersediaan pangan harus dikelola sedemikian rupa, sehingga walaupun produksi pangan bersifat musiman, terbatas dan tersebar antar wilayah, volume pangan yang tersedia bagi masyarakat harus cukup jumlah dan jenisnya, serta stabil penyediaannya dari waktu ke waktu. Ketersediaan pangan di suatu daerah atau negara ditentukan oleh beberapa faktor seperti keragaan produksi pangan, tingkat kerusakan, dan kehilangan pangan karena penanganan yang kurang tepat, serta tingkat ekspor dan impor pangan. Ketersediaan pangan harus dipertahankan sama atau lebih besar dari pada kebutuhan penduduk terhadap pangan. Ketersediaan pangan yang cukup di suatu wilayah (pasar) tidak dapat menjamin tersedianya pangan di tingkat rumah tangga, karena tergantung pada kemampuan rumah tangga dalam mengakses pangan, dalam arti fisik (daya jangkau) maupun ekonomi (daya beli). Oleh karena itu, dalam konsep ketahanan pangan mengamankan tersedianya pangan yang dapat dijangkau sampai tingkat perseorangan. Penyediaan pangan yang cukup, beragam, bergizi dan berimbang, baik secara kuantitas maupun kualitas, merupakan fondasi yang sangat penting dalam pembangunan sumber daya manusia suatu bangsa. Kekurangan pangan berpotensi memicu keresahan dan berdampak pada masalah sosial, keamanan, dan ekonomi.

Distribusi pangan mencakup aspek aksesibilitas atas pangan secara merata, baik secara fisik maupun ekonomi. Hal ini berarti bahwa sistem distribusi bukan semata-mata mencakup aspek fisik dalam arti pangan tersedia di semua lokasi yang membutuhkan, tetapi juga menyangkut keterjangkauan ekonomi yang dicerminkan oleh harga dan daya beli masyarakat. Meskipun ketersediaan pangan secara mikro/nasional

maupun per kapita mencukupi, namun belum tentu setiap rumah tangga memiliki akses yang nyata secara sama. Dengan demikian surplus pangan di tingkat wilayah belum menjamin kecukupan pangan bagi individu. Selain aspek ekonomi, fisik dan sosial, kelancaran distribusi pangan juga dipengaruhi oleh sarana dan prasarana seperti keadaan jalan, transportasi, kondisi pasar dan kelembagaan pasar dan lainnya.

Konsumsi pangan menyangkut upaya peningkatan pengetahuan dan kemampuan masyarakat agar mempunyai kemampuan atas pangan, gizi, dan kesehatan yang baik, sehingga dapat mengelola konsumsinya secara optimal. Konsumsi pangan hendaknya memperhatikan konsumsi pangan dan gizi yang cukup dan seimbang sesuai dengan kebutuhan bagi pembentukan manusia yang sehat, kuat, cerdas, dan produktif. Konsumsi pangan dengan gizi cukup dan seimbang merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan intelegensia manusia. Volume dan kualitas konsumsi pangan dan gizi dalam rumah tangga dipengaruhi oleh kondisi ekonomi, pengetahuan, dan budaya masyarakat. Keragaman sumberdaya alam dan keanekaragaman hayati yang dimiliki Indonesia merupakan potensi yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung peningkatan konsumsi masyarakat menuju pangan yang beragam dan bergizi seimbang. Berbagai sumber pangan lokal dan makanan tradisional yang dimiliki oleh seluruh wilayah, masih dapat dikembangkan untuk memenuhi keanekaragaman pangan masyarakat pada pada wilayah yang bersangkutan.

### **2.3 Konsumsi Pangan**

Konsumsi pangan merupakan banyaknya atau jumlah pangan, secara tunggal maupun beragam, yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang yang bertujuan

untuk memenuhi kebutuhan fisiologis, psikologis dan sosiologis. Tujuan fisiologis adalah upaya untuk memenuhi keinginan makan (rasa lapar) atau untuk memperoleh zat-zat gizi yang diperlukan tubuh. Tujuan psikologis adalah untuk memenuhi kepuasan emosional atau selera, sedangkan tujuan sosiologis adalah untuk memelihara hubungan manusia dalam keluarga dan masyarakat.

Susunan konsumsi pangan sebagai anjuran untuk hidup sehat, aktif dan produktif tercermin dari pola pangan harapan (PPH), yaitu susunan beragam pangan atau kelompok pangan yang didasarkan atas sumbangan energinya (absolut maupun relatif) terhadap total energi baik dalam hal ketersediaan maupun konsumsi pangan yang mampu mencukupi kebutuhan. Faktor-faktor yang sangat mempengaruhi konsumsi pangan adalah jenis, jumlah produksi, dan ketersediaan pangan, sedangkan tingkat konsumsi pangan lebih banyak ditentukan oleh kualitas dan kuantitas pangan yang dikonsumsi.

Konsumsi pangan dipengaruhi oleh ketersediaan pangan, yang pada tingkat makro ditunjukkan oleh tingkat produksi nasional dan cadangan pangan yang mencukupi, sedangkan pada tingkat regional dan lokal ditunjukkan oleh tingkat produksi dan distribusi pangan. Ketersediaan pangan sepanjang waktu, dalam jumlah yang cukup dan harga terjangkau sangat menentukan tingkat konsumsi pangan di tingkat rumah tangga. Selanjutnya pola konsumsi pangan rumah tangga akan berpengaruh pada komposisi konsumsi pangan.

Menurut Elizabeth dan Sanjur (1981) yang diacu dalam Suhardjo (1989), ada tiga faktor utama yang mempengaruhi konsumsi pangan yaitu karakteristik individu, karakteristik pangan, dan karakteristik lingkungan. Karakteristik individu seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, pendapatan, pengetahuan gizi, keterampilan memasak dan kesehatan. Sementara itu karakteristik pangan seperti rasa, rupa, tekstur, harga, tipe

makanan, bentuk, bumbu dan kombinasi makanan. Karakteristik lingkungan yang mempengaruhi preferensi konsumsi pangan adalah musim, pekerjaan, mobilitas, perpindahan penduduk dan tingkat sosial pada masyarakat. Menurut Suryana (tanpa tahun), penganekaragaman konsumsi pangan dan gizi dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain: (a) faktor yang bersifat internal (individual), seperti pendapatan, preferensi, keyakinan (budaya dan religi), serta pengetahuan gizi, maupun (b) faktor eksternal seperti faktor agro-ekologi, produksi, ketersediaan dan distribusi, anekaragam pangan, serta promosi/iklan.

Konsumsi pangan adalah informasi mengenai jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang (keluarga atau rumah tangga) pada waktu tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa telaahan terhadap konsumsi pangan dapat ditinjau dari aspek jenis pangan yang dikonsumsi dan jumlah pangan yang dikonsumsi. Susunan jenis pangan yang dapat dikonsumsi berdasarkan kriteria tertentu disebut pola konsumsi pangan (Martianto 1992).

#### **2.4 Pola Konsumsi Pangan**

Suatu makanan memenuhi selera atau tidak bukan hanya ditentukan oleh fisik pangan, akan tetapi karena pengaruh sosial budaya. Faktor penting dalam pemilihan pangan adalah flavor yang meliputi bau, tekstur, dan suhu. Penampilan yang meliputi warna dan bentuk juga akan mempengaruhi sikap terhadap pangan. Selain pengaruh reaksi indera terhadap pemilihan pangan (warna atau bentuk), kesukaan pribadi semakin terpengaruh oleh pendekatan melalui media radio, televisi, pamflet, iklan dan bentuk media masa lain (Suhardjo 1989).

Pola konsumsi merupakan hasil dari proses pembentukan sikap dan perilaku konsumsi bahan makanan yang tersedia. Pola konsumsi dapat terlihat dari distribusi pangan yang merupakan indikator dari seberapa besar atau presentase pengeluaran keluarga dari pendapatan yang diperoleh yang digunakan untuk bahan makanan.

Pengertian pola konsumsi adalah jenis pangan pada suatu kelompok pangan yang banyak dikonsumsi oleh penduduk. Hal ini diketahui melalui kontribusi energi pangan tersebut minimal 5% terhadap total energi kelompok pangan. Misalnya ikan menjadi salah satu pola konsumsi pangan sumber protein hewani karena kontribusinya sebesar 12% terhadap energi total pangan sumber protein hewani.

Pola konsumsi pangan adalah jenis dan frekuensi beragam pangan yang biasa dikonsumsi, biasanya berkembang dari pangan setempat atau dari pangan yang telah ditanam di tempat tersebut untuk jangka waktu yang panjang (Suhardjo 1996). Sanjur (1982) menyatakan jumlah pangan yang tersedia di suatu wilayah akan berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan. Pola konsumsi masyarakat dapat menggambarkan alokasi dan komposisi atau bentuk konsumsi yang berlaku secara umum pada anggota masyarakat. Konsumsi dapat diartikan sebagai kegiatan untuk pemenuhan kebutuhan atau keinginan saat ini guna meningkatkan kesejahteraannya. Dengan demikian, alokasi konsumsi sangat tergantung pada definisi dan persepsi masyarakat mengenai kebutuhan dan kendala yang mereka hadapi.

Berdasarkan teori klasik, keluarga bisa dikatakan lebih sejahtera bila persentase pengeluaran untuk makanan jauh lebih kecil dari persentase pengeluaran untuk bukan makanan. Artinya proporsi alokasi pengeluaran untuk pangan akan semakin kecil dengan bertambahnya pendapatan keluarga, karena sebagian besar dari pendapatan tersebut dialokasikan pada kebutuhan non pangan. Selain jumlah anggota keluarga, tingkat pendidikan formal kepala keluarga juga berpengaruh terhadap pola konsumsi

keluarga. Pendidikan dapat merubah sikap dan perilaku seseorang dalam memenuhi kebutuhannya. Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka makin mudah ia dapat menerima informasi dan inovasi baru yang dapat merubah pola konsumsinya. Disamping itu makin tinggi tingkat pendidikan formal maka kemungkinannya akan mempunyai tingkat pendapatan yang relatif lebih tinggi.

Menurut Hattas (2011), faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi, diantaranya: (a) tingkat pendapatan masyarakat, tingkat pendapatan dapat digunakan untuk dua tujuan yaitu konsumsi dan tabungan. Besar kecilnya pendapatan yang diterima seseorang akan mempengaruhi pola konsumsi. Semakin besar tingkat pendapatan seseorang, biasanya akan diikuti dengan tingkat konsumsi yang tinggi, sebaliknya tingkat pendapatan yang rendah akan diikuti dengan tingkat konsumsi yang rendah pula; (b) selera konsumen, Setiap orang memiliki keinginan yang berbeda dan ini akan mempengaruhi pola konsumsi. Konsumen akan memilih satu jenis barang untuk dikonsumsi dibandingkan jenis barang lainnya; (c) harga barang, Jika harga suatu barang mengalami kenaikan, maka konsumsi barang tersebut akan mengalami penurunan. Sebaliknya jika harga suatu barang mengalami penurunan, maka konsumsi barang tersebut akan mengalami kenaikan; (d) tingkat pendidikan masyarakat, Tinggi rendahnya pendidikan masyarakat akan mempengaruhi terhadap perilaku, sikap dan kebutuhan konsumsinya; (e) jumlah keluarga, Besar kecilnya jumlah keluarga akan mempengaruhi pola konsumsinya dan (f) lingkungan, keadaan sekeliling dan kebiasaan lingkungan akan mempengaruhi perilaku konsumsi pangan masyarakat setempat.

## **2.5 Kecukupan Gizi**



Pada umumnya, telah diketahui bahwa 5 kelompok zat gizi, selain air yang essential diperlukan tubuh manusia adalah protein, karbohidrat, lemak, vitamin, mineral. Berbagai zat gizi ini disediakan oleh beragam pangan yang terdapat dalam makanan yang dikonsumsi. Sejumlah golongan pangan yang tersusun secara seimbang akan mampu memenuhi kebutuhan zat gizi. Golongan pangan tersebut mencakup :

1. Padi-padian, meliputi beras, jagung, terigu, dan hasil olahannya.
2. Umbi-umbian atau pangan berpati, meliputi ubi kayu, ubi jalar, kentang, talas, sagu dan hasil olahannya.
3. Pangan hewani, meliputi ikan, daging, telur, susu, dan hasil olahannya.
4. Minyak dan lemak, meliputi minyak kelapa, minyak jagung, minyak goreng kelapa sawit dan margarine.
5. Buah dan biji berminyak, meliputi mete, kelapa, kenari, kemiri dan cokelat.
6. Kacang-kacangan, meliputi kacang kedelai, kacang tanah, kacang tonggak, kacang polong.
7. Gula, meliputi gula pasir, gula merah/mangkok, dan sirup.
8. Sayuran dan buah-buahan, meliputi semua jenis sayuran dan buah-buahan.
9. Lain-lain, meliputi bumbu-bumbu.

Kecukupan gizi adalah rata-rata asupan gizi harian yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bagi hampir semua (97,5%) orang sehat dalam kelompok umur, jenis kelamin, dan fisiologis tertentu. Standar kecukupan gizi di Indonesia pada umumnya masih menggunakan standar makro, yaitu kecukupan kalori (energi) dan kecukupan protein.

Kecukupan energi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, status fisiologis, kegiatan, efek termik, iklim, dan adaptasi. Untuk

kecukupan protein dipengaruhi oleh faktor-faktor umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, status fisiologi, kualitas protein, tingkat konsumsi energi dan adaptasi.

Dalam pelaksanaannya angka kecukupan gizi meliputi tatanan konsumsi dan ketersediaan. Untuk mengukur Angka Kecukupan Gizi (AKG) digunakan Angka Kecukupan Energi (AKE) dan Angka Kecukupan Protein (AKP). Tingkat konsumsi energi dan protein merupakan dua indikator mutu gizi yang umum digunakan untuk mengukur status gizi.

Angka Kecukupan Energi (AKE) yaitu banyaknya energi yang dikonsumsi oleh penduduk dalam suatu wilayah dengan jumlah energi ideal sebesar 2150 kkal/kap/hari. (SPM untuk kecukupan energi adalah sebesar 90% AKE).

Angka Kecukupan Protein (AKP) yaitu banyaknya protein yang dikonsumsi oleh penduduk dalam suatu wilayah dengan jumlah protein sebesar 57 gram/kap/hari (SPM untuk kecukupan protein adalah sebesar 90% AKP).

## 2.6 Pola Pangan Harapan

Pola pangan harapan (PPH) atau *Desireable Dietary Pattern* adalah susunan beragam pangan yang didasarkan pada sumbangan atau kontribusi energy dan kelompok pangan utama dan suatu pola ketersediaan atau pola konsumsi pangan. FAORAPA (1989) mendefenisikan pola pangan harapan adalah komposisi kelompok pangan utama yang bila dikonsumsi dapat memenuhi kebutuhan energy dan zat gizi lainnya.

Melalui pendekatan pola pangan harapan dapat dinilai mutu pangan penduduk berdasarkan skor pangan (*dietary score*). Semakin tinggi skor mutu pangan,

menunjukkan situasi pangan yang semakin beragam dan semakin baik komposisi dan mutu gizinya.

Pola pangan harapan berguna sebagai instrumen sederhana menilai situasi ketersediaan dan konsumsi pangan berupa jumlah dan komposisi menurut jenis pangan secara agregat. Skor pola pangan harapan digunakan sebagai indikator mutu gizi pangan dan keragaman konsumsi pangan, baik pada tingkat ketersediaan maupun tingkat konsumsi.

Dengan pendekatan PPH keadaan perencanaan penyediaan dan konsumsi pangan penduduk diharapkan dapat memenuhi tidak hanya kecukupan gizi, tetapi sekaligus juga mempertimbangkan keseimbangan gizi yang didukung cita rasa, daya guna, daya terima masyarakat, kuantitas dan kemampuan daya beli.

Dalam upaya mengoperasionalkan konsep diversifikasi konsumsi pangan, FAO RAPA pada tahun 1998 mengadakan pertemuan para ahli pangan dan gizi di Bangkok dengan merumuskan komposisi pangan yang ideal yang terdiri dari 56 - 68% dari karbohidrat, 10 - 13% dari protein dan 20 - 30% dari lemak. Rumusan ini kemudian diimplementasikan dalam bentuk energi dalam sembilan kelompok pangan yang dikenal dengan istilah Pola Pangan Harapan (PPH). Sejak diperkenalkan di Indonesia, konsep PPH ini mendapat perhatian dari kalangan ilmuwan dan peneliti di bidang pangan dan gizi untuk dapat diterapkan dengan kondisi Indonesia. Pada tahun 1994, konsep PPH pertama kali yang diterapkan di Indonesia berdasarkan hasil kesepakatan para ahli di bidang pangan dan gizi diakomodasi oleh Menteri Negara Pangan pada tahun 1994. Secara detail, persentase energi dari masing-masing kelompok pangan, pembobotan (bobot) yang digunakan dan skor dari masing-masing kelompok dapat dilihat pada Tabel 2.2. Pada saat itu, total skor hanya 93, dengan alasan, pola konsumsi pangan

Indonesia untuk mencapai skor 100 masih membutuhkan waktu lama baik terkait ketersediaan pangan maupun pola konsumsi pangannya.

Kritik terhadap PPH muncul sehubungan dengan adanya perbedaan rekomendasi pola energi (terutama dari pangan hewani dan lemak) antara PPH dengan Pedoman Gizi Seimbang (PUGS). Pada tahun 2000, Badan Urusan Ketahanan Pangan telah melakukan diskusi pakar dan lintas sub sektor dan sektor terkait pangan dan gizi tentang harmonisasi PPH dengan PUGS. Pertemuan ini menjadi dasar untuk penyempurnaan PPH yang disebut Pola Pangan Harapan 2020 (PPH 2020), kemudian diadopsi oleh Kementerian Pertanian dan menjadi acuan nasional. Hasil keputusan tersebut dapat dilihat pada Tabel 2.2 pada kolom Deptan 2001. Sampai saat ini, acuan tersebut masih digunakan dalam menganalisis terkait PPH.

Dalam dasar penghitungan skor PPH menggunakan angka kecukupan energi 2000 Kalori per kapita per hari pada tingkat konsumsi, dan 2200 Kalor per kapita per hari pada tingkat ketersediaan sebagai Angka Kecukupan Energi (AKE) tingkat Nasional berdasarkan hasil Widyakarya Pangan dan Gizi (WNPG) VIII tahun 2004 dan IX tahun 2008. Untuk keperluan perencanaan, AKE tersebut perlu diterjemahkan dalam satuan yang dikenal oleh perencana kebijakan pengadaan pangan menjadi bahan pangan atau kelompok pangan. PPH merupakan manifestasi konsep gizi seimbang yang didasarkan pada konsep Triguna Makanan. Keseimbangan jumlah antar kelompok pangan merupakan syarat terwujudnya keseimbangan gizi (Triguna Makanan yang Beragam, dan Bergizi Seimbang).

PPH merupakan susunan pangan yang benar-benar menjadi harapan baik di tingkat konsumsi maupun ketersediaan, serta dapat digunakan sebagai pedoman perencanaan dan evaluasi ketersediaan dan konsumsi pangan penduduk. Dalam PPH, pangan dikelompokkan menjadi sembilan kelompok pangan, yaitu kelompok: (a)

padi-padian, (b) umbi-umbian, (c) pangan hewani, (d) minyak dan lemak, (e) buah dan biji berminyak, (f) kacang-kacangan, (g) gula, (h) sayuran dan buah-buahan, (i) lain-lain. Setiap kelompok pangan diberi bobot, kriteria dan besarnya bobot dapat dilihat seperti Tabel berikut.

**Tabel 2.2 Susunan Pola Pangan Harapan Nasional**

No	Kelompok Pangan	% AKG (FAO RAPA)	Pola Pangan Harapan Nasional				
			Gr	Energi (kkal)	% AKG	Bobot	Skor PPH
1.	Padi - padian	40.0 – 60.0		1.000	50.0	0.5	25.0
2.	Umbi-umbian	0.0 – 8.0	275	120	6.0	0.5	2.5
3.	Pangan Hewani	5.0 – 20.0	100	240	12.0	2.0	24.0
4.	Minyak dan Lemak	5.0 – 15.0	150	200	10.0	0.5	5.0
5.	Buah/Biji Berminyak	0.0 – 3.0	20	60	3.0	0.5	1.0
6.	Kacang-kacangan	2.0 – 10.0	10	100	5.0	2.0	10.0
7.	Gula	2.0 – 15.0	35	100	5.0	0.5	2.5
8.	Sayur dan Buah	3.0 – 8.0	30	120	6.0	5.0	30.0
9.	Lain – lain	0.0 – 5.0	250	60	3.0	0.0	0.0
			-				

## 2.7 Survei Konsumsi Pangan

Penilaian konsumsi pangan digunakan untuk menentukan jumlah dan sumber zat gizi yang dimakan serta dapat membantu menunjukkan persediaan zat gizi dalam tubuh cukup atau kurang. Penilaian konsumsi pangan dapat dilakukan dengan cara survei terhadap konsumsi pangan suatu individu atau suatu keluarga.

Survey tentang konsumsi pangan adalah satu-satunya sumber pengukuran dalam variasi konsumsi dari semua makanan jenis tertentu berdasarkan sumber makanan, musim, karakteristik konsumen dan area geografi. Survey konsumsi pangan juga memberikan gambaran tentang hubungan antara variasi dalam konsumsi dengan keadaan demografi, sosial ekonomi, budaya, lingkungan dan berbagai faktor serta kondisi lain. Pengukuran seperti ini penting sebagai komponen data dalam perencanaan kesehatan dan gizi bagi seseorang atau kelompok orang (keluarga/rumah tangga).

Survei konsumsi pangan secara kuantitatif bertujuan untuk mengetahui jumlah pangan/bahan makanan yang dikonsumsi, sedangkan survei secara kualitatif bertujuan untuk mengetahui frekuensi makan, kebiasaan makan (*food habit*), jenis pangan, serta cara memperolehnya.

Data konsumsi pangan dapat berupa data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang dikumpulkan sendiri oleh instansi yang bersangkutan, diperoleh dengan melakukan survey melalui wawancara langsung kepada responden untuk menanyakan konsumsi makan sehari-hari. Sedangkan data sekunder adalah data yang dikumpulkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) yang bekerjasama dengan Badan Ketahanan Pangan melalui kegiatan Survey Sosial Ekonomi Nasional (Susenas). Data-data yang perlu dikumpulkan dalam melakukan survei konsumsi pangan secara kualitatif meliputi: jenis pangan yang dikonsumsi, frekuensi konsumsi masing-masing jenis pangan, tempat asal pangan, cara penyimpanan, penyiapan dan pemasakan makanan.

Salah satu metode yang dapat digunakan pada survey konsumsi pangan secara kuantitatif adalah metode *recall* (mengingat). Prinsipnya adalah dengan mewawancarai responden melalui kuisioner *food recall* tentang bahan pangan yang dikonsumsi sehari-hari (jumlah, jenis dan asal bahan pangan – produksi sendiri atau dibeli) selama kurun waktu tertentu. Pencatatan dilakukan langsung oleh petugas yang telah terlatih.

Kelebihan metode recall 24 jam antara lain :

- 1) Mudah melaksanakannya serta tidak terlalu membebani responden.
- 2) Biaya relatif murah, karena tidak memerlukan peralatan khusus dan tempat yang luas.
- 3) Cepat, sehingga dapat mencakup banyak responden.
- 4) Dapat digunakan untuk responden yang buta huruf.

5) Dapat memberikan gambaran nyata yang benar –benar dikonsumsi individu sehingga dapat dihitung *intake* zat gizi sehari.

Kekurangan metode recall 24 jam antara lain :

- 1) Tidak dapat menggambarkan asupan makanan sehari–hari bila hanya dilakukan recall satu hari.
- 2) Ketepatannya sangat tergantung pada daya ingat responden (tidak cocok dilakukan pada anak usia 7 tahun, orang tua berusia 70 tahun dan orang yang hilang ingatan atau orang yang pelupa).
- 3) *The flat slope syndrome*, yaitu kecenderungan bagi responden yang kurus untuk melaporkan konsumsinya lebih banyak (*over estimate*) dan bagi responden yang gemuk cenderung untuk melaporkan konsumsinya lebih sedikit (*under estimate*).
- 4) Membutuhkan tenaga atau petugas yang terlatih dan terampil dalam menggunakan alat-alat bantu URT dan ketepatan alat bantu yang dipakai menurut kebiasaan masyarakat.
- 5) Responden harus diberi motivasi dan penjelasan tentang tujuan dari penelitian.
- 6) Untuk mendapat gambaran konsumsi makanan sehari-hari *recall* jangan dilakukan pada saat panen, hari pasar, akhir pekan, pada saat melakukan upacara-upacara keagamaan, selamatan dan lain-lain.

## 2.8 Kerangka Pikir dan Ruang Lingkup Survei

Beberapa UU (Undang-Undang) dan PP (Peraturan Pemerintah) yang menjadi landasan hukum pelaksanaan konsumsi pangan di Indonesia ;

1. Undang-Undang No. 18 tahun 2012 Tentang Pangan

2. Peraturan Pemerintah Nomor 17 tahun 2015 tentang Ketahanan Pangan dan Gizi
3. Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 22 Tahun 2009 Tentang Kebijakan Percepatan Penganekaragaman konsumsi Pangan Berbasis Sumber Daya Lokal
4. Peraturan Menteri Pertanian (Permentan) Nomor 43 Tahun 2009 Tentang Gerakan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan Berbasis Sumber Daya Lokal
5. Undang-Undang no. 18 tahun 2012 Pasal 62 Tentang Tercapainya penganekaragaman konsumsi pangan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 60 diukur melalui pencapaian nilai komposisi Pola Pangan dan Gizi Seimbang. Indikator yang ada saat ini adalah Pola Pangan Harapan (PPH).

Beberapa panduan pokok yang perlu diperhatikan dalam penentuan wilayah dan pemilihan keluarga sampel dalam survey Konsumsi Pangan :

- Wilayah survey konsumsi pangan adalah tingkat kabupaten, dengan harapan survey dilakukan di seluruh kabupaten/kota di Sumatera Utara.
- Struktur wilayah yang dijadikan sampling frame wilayah adalah kecamatan dan desa/kelurahan
- Karakteristik wilayah yang digunakan sebagai basis pengelompokan wilayah adalah karakteristik agroekologi pada tingkat kecamatan yang dibedakan menjadi tiga kelompok yaitu wilayah pertanian, wilayah perikanan dan wilayah lainnya
- Populasi survey konsumsi pangan adalah seluruh keluarga secara de facto dan de jure tinggal di kabupaten yang menjadi lokasi survey



## 2.9 Batasan Operasional

1. Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak, diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan dan bahan lainnya yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan atau pembuatan makanan dan minuman.
2. Ketahanan pangan adalah kondisi terpenuhinya pangan bagi negara sampai dengan perorangan, yang tercermin dari tersedianya pangan yang cukup, baik jumlah maupun mutunya, aman, beragam, bergizi, merata dan terjangkau serta tidak bertentangan dengan agama, keyakinan dan budaya masyarakat, untuk dapat hidup sehat, aktif dan produktif secara berkelanjutan.
3. Kemandirian pangan adalah kemampuan negara dan bangsa dalam memproduksi pangan yang beraneka ragam dari dalam negeri yang dapat menjamin pemenuhan kebutuhan pangan yang cukup sampai di tingkat perseorangan dengan memanfaatkan potensi sumber daya alam, manusia, sosial, ekonomi dan kearifan lokal secara bermartabat.
4. Kedaulatan pangan adalah hak negara dan bangsa yang secara mandiri menentukan kebijakan pangan yang menjamin hak atas pangan bagi rakyat dan yang memberikan hak bagi masyarakat untuk menentukan sistem pangan yang sesuai dengan potensi sumber daya lokal.
5. Konsumsi pangan adalah merupakan banyaknya atau jumlah pangan, secara tunggal maupun beragam, yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan fisiologis, psikologis dan sosiologis.
6. Pola konsumsi pangan adalah susunan jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu, serta juga dapat

menunjukkan tingkat keberagaman pangan masyarakat yang selanjutnya dapat diamati dari parameter Pola Pangan Harapan (PPH).

7. Survey konsumsi pangan adalah salah satu metode pengumpulan data konsumsi pangan penduduk yang biasa digunakan untuk mengetahui berapa kuantitas, jenis dan tingkat kecukupan makanan yang dikonsumsi seseorang atau masyarakat disuatu daerah dalam jangka waktu tertentu.
8. Pola pangan harapan adalah komposisi kelompok pangan utama yang bila dikonsumsi dapat memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya.
9. Skor pola pangan harapan adalah susunan beragam pangan didasarkan atas proporsi keseimbangan energi dari 9 kelompok pangan dengan mempertimbangkan segi daya terima, ketersediaan pangan, ekonomi, budaya dan agama.
10. Pangan beragam, bergizi seimbang dan aman (B2SA) adalah aneka ragam bahan pangan, baik sumber karbohidrat, protein, maupun vitamin dan mineral, yang bila dikonsumsi dalam jumlah seimbang dapat memenuhi kecukupan gizi yang dianjurkan dan tidak tercemar bahan berbahaya yang merugikan kesehatan.
11. Pangan lokal adalah pangan baik sumber karbohidrat, protein, vitamin dan mineral yang diproduksi dan dikembangkan sesuai dengan potensi sumber daya wilayah dan budaya setempat.
12. Menu adalah susunan makanan yang dikonsumsi seseorang untuk sekali makan atau untuk sehari menurut waktu makan (pagi, siang dan malam).
13. Makanan selingan adalah makanan yang dikonsumsi diantara dua waktu makan untuk memberi asupan energi sebelum makan berikutnya, baik berupa makanan ringan (snack) maupun makanan setengah berat (cukup mengenyangkan) dan memenuhi prinsip B2SA.

14. Angka Kecukupan Gizi (AKG) adalah kecukupan rata-rata zat gizi setiap hari tiap orang menurut golongan umur, jenis kelamin, kegiatan dan kondisi fisiologis seperti hamil dan menyusui.

## BAB III

### METODE PELAKSANAAN SURVEI

#### 3.1 Sasaran dan Lokasi Survei

Adapun yang menjadi responden dalam survei pola pangan harapan ini adalah masyarakat Kabupaten Samosir di 9 kabupaten, khususnya ibu-ibu rumah tangga yang berjumlah 760 rumah tangga.

#### 3.2. Waktu dan Tempat

Survey Pola Pangan Harapan Kabupaten Samosir dilaksanakan pada bulan Oktober s/d awal Desember 2023.

#### 3.3 Pengumpulan Data

Kebutuhan data primer untuk menyusun Survey Pola Pangan Harapan dilakukan melalui wawancara langsung kepada responden dan hasil wawancara dicatat kedalam kuesioner, menggunakan metode *food recall 24 jam* yaitu mencatat semua makanan yang dikonsumsi oleh seluruh anggota keluarga selama 24 jam yang lalu. Survey ini dilakukan selama 2 (dua) hari berturut-turut. Sedangkan data sekunder diperoleh dari instansi setempat sebagai data pendukung informasi.

#### 3.4 Pengolahan Data

Hasil pengumpulan data/wawancara berupa kuesioner dan data pendukung akan diproses melalui editing lalu direkap dengan melakukan konversi terhadap porsi bahan makanan, dari ukuran rumah tangga ke ukuran gram. Hasil rekap tersebut akan dientry/diinput ke dalam aplikasi yang telah tersedia, yaitu Aplikasi Survei PPH

Data Primer. Selanjutnya disusun menjadi Laporan Survey Pola Pangan Harapan di Kabupaten Samosir Tahun 2023.

## BAB. IV

### GAMBARAN UMUM KABUPATEN SAMOSIR

#### 4.1. Sejarah

Pemerintah Kabupaten Samosir sejak awal pembentukannya telah menjadikan sektor pariwisata dan pertanian sebagai sektor andalan pembangunan, sebagai penggerak sektor-sektor pembangunan yang lain yang diharapkan mampu menciptakan lapangan kerja, lapangan usaha serta menimbulkan *multiplier effect* sebagaimana yang tercantum dalam Visi Kabupaten Samosir Tahun 2021-2025 yaitu: "***Terwujudnya Masyarakat Samosir yang Sejahtera, dan Bermartabat secara Ekonomi, Kesehatan dan Pendidikan***".

Dalam rangka sinkronisasi program kegiatan Pemerintah Pusat dengan Pemerintah Daerah dan untuk memenuhi amanah Intruksi Presiden Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2016 tentang percepatan pelaksanaan Program Strategis Nasional, maka pengembangan dan pembangunan infrastruktur kepariwisataan, pertanian, Penataan Ruang dan sektor infrastruktur lainnya di Kabupaten Samosir sebagai kabupaten yang secara geografis berada di tengah-tengah kawasan Danau Toba, harus segera diwujudkan.

#### 4.2. Kondisi Wilayah

Kabupaten Samosir terletak di jajaran pegunungan Bukit Barisan dengan posisi geografis terletak pada 2°21'38" – 2°49'48" Lintang Utara dan 98°24'00" – 99°01'48" Bujur Timur, dengan luas wilayah adalah 206.905 Ha yang terdiri dari luas daratan 144.425 Ha (Daratan Pulau Samosir 69.280 Ha ditambah daratan di Pulau Sumatera 75.145 Ha) dan perairan Danau Toba seluas 62.480 Ha. Kabupaten Samosir terdiri dari 9 (sembilan) kecamatan, 128 desa dan 6 kelurahan.

#### 4.3. Demografi

Jumlah penduduk Kabupaten Samosir tahun 2022 sebesar 139.337 jiwa (*sumber BPS*). Kecamatan yang mempunyai angka kepadatan penduduk yang paling kecil adalah Kecamatan Harian dengan luas wilayah, yaitu mencapai 560,49 Km<sup>2</sup> tetapi hanya didiami oleh penduduk sebanyak 9.467 jiwa.

#### **4.4. Pertumbuhan Ekonomi**

Nilai Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Menurut Lapangan Usaha Kabupaten Samosir atas dasar harga berlaku tahun 2022 adalah sebesar Rp 5.166,25 milyar rupiah, sedangkan nilai PDRB atas dasar harga konstan 2010 tahun 2021 adalah sebesar Rp 3.303,86 milyar rupiah dengan laju pertumbuhan 4,48 persen. Laju pertumbuhan atas dasar harga konstan 2010 merupakan ukuran laju pertumbuhan ekonomi yang berarti bahwa perekonomian Kabupaten Samosir mengalami pertumbuhan sebesar 4,48 %. Pembentukan PDRB atas dasar harga berlaku Kabupaten Samosir tahun 2022 masih didominasi oleh kategori pertanian, kehutanan dan perikanan dengan nilai mencapai Rp 2.647,62 milyar rupiah (51,25 persen), diikuti oleh kategori konstruksi sebesar 608,26 milyar rupiah (11,77 persen), kategori perdagangan besar, eceran, reparasi mobil dan sepeda motor sebesar 593,6 milyar rupiah (11,49 persen), dan kategori administrasi pemerintahan dan pertanahan dan jaminan sosial wajib sebesar 524,97 milyar rupiah (10,16 persen). Berdasarkan jenis pengeluaran, Pembentukan PDRB atas dasar harga berlaku Kabupaten Samosir tahun 2022 didominasi oleh pengeluaran konsumsi rumah tangga sebesar 3.096 milyar rupiah (59,93 persen), diikuti oleh pengeluaran konsumsi pemerintah sebesar 1.021 milyar rupiah (19,77 persen), dan pengeluaran pembentukan modal tetap bruto 750 milyar rupiah (14,52 persen).

## BAB. V

### HASIL & PEMBAHASAN

#### 5.1 Pola Konsumsi Pangan Kabupaten Samosir

##### 5.1.1 Karakteristik Responden

Yang menjadi responden pada kegiatan survey pola pangan ini adalah masyarakat Kabupaten Samosir yang tersebar di 134 desa/kelurahan, dimana struktur wilayah yang dijadikan sampling frame wilayah adalah kecamatan dan desa/kelurahan, yang terdiri dari seluruh keluarga yang secara de facto dan de jure tinggal di desa/kelurahan yang menjadi lokasi survey, dengan jumlah 2% dari jumlah rumah tangga per desa, dengan total 760 rumah tangga. Karakteristik wilayah yang digunakan sebagai basis pengelompokan wilayah adalah karakteristik agroekologi pada tingkat kecamatan yang dibedakan menjadi tiga kelompok yaitu wilayah pertanian sedang dan wilayah pertanian tertinggal, dengan sebaran proporsi rumah tangga sebagai berikut.

**Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Proporsi Rumah Tangga Pada Kegiatan Survey Pola Pangan Harapan Kabupaten Samosir Tahun 2023**

NO	KECAMATAN	KARAKTERISTIK AGROEKOLOGI				KARAKTERISTIK EKONOMI			
		WIL. PERTANIAN	WIL. PERIKANAN	WIL. LAINNYA	JUMLAH	MAJU	SEDANG	TERTINGGAL	JUMLAH
1	SIMANINDO	133	0	0	133	0	133	0	133
2	ONAN RUNGGU	63	0	0	63	0	63	0	63
3	NAINGGOLAN	73	0	0	73	0	73	0	73
4	PALUPI	100	0	0	100	0	100	0	100
5	HARIAN	51	0	5	51	0	51	0	51
6	SIANJUR MULAMULA	57	0	0	57	0	57	0	57

7	RONGGUR NIHUTA	48	0	0	48	0	48	0	48
8	PANGURURAN	191	0	0	191	0	191	0	191
9	SITIOTIO	44	0	0	44	0	44	0	44

Tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah responden keseluruhan adalah 760 rumah tangga, dimana sebagian besar responden yang terpilih berdomisili di wilayah pertanian, dengan ekonomi keluarga yang sebagian besar tergolong sedang.

**Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecukupan Energi Pada Kegiatan Survey Pola Harapan Kabupaten Samsir Tahun 2023**

NO	KAB/KOTA	KARAKTERISTIK AGROEKOLOGI					KARAKTERISTIK EKONOMI				
		WIL. PERTANIAN	WIL. PERIKANAN	WIL. LAINNYA	RATA-RATA	KATEGORI	MAJU	SEDANG	TERTINGGAL	RATA-RATA	KATEGORI
1	Kabupaten Samsir	100,5	0	0	100,5	tahan pangan	0	100,5	0	100,5	tahan pangan

Tabel di atas menunjukkan bahwa semua keluarga responden tergolong tahan pangan, baik secara agroekologi maupun agroekonomi, dimana tingkat kecukupan energy keluarga sudah terpenuhi. Sedangkan sebagian lainnya masih tergolong rawan pangan, dimana tingkat kecukupan energi masih dibawah standar yang diharapkan. Kriteria tingkat kecukupan energy dapat dilihat sebagai berikut.

**Tabel 5.3 Kategori Tingkat Konsumsi Energi**

Energi
Sangat rawan pangan (<70% AKE)
Rawan pangan (70%-89.9% AKE)
Tahan pangan (90%-119.9% AKE)
Melebihi AKE ( $\geq 120\%$ AKE)

**Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecukupan Protein Pada Kegiatan Survey Pola Pangan Harapan Sumatera Utara Tahun 2023**

NO	KAB/KOTA	KARAKTERISTIK AGROEKOLOGI					KARAKTERISTIK EKONOMI				
		WIL. PERTANIAN	WIL. PERIKANAN	WIL. LAINNYA	RATA-RATA	KATEGORI	MAJU	SEDANG	TERTINGGAL	RATA-RATA	KATEGORI
1	Kabupaten Samsir	113,2	0	0	113,2	Baik	0	113,2	0	113,2	Baik



Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa hampir seluruh keluarga responden memiliki tingkat kecukupan protein yang baik, baik secara agroekologi maupun agroekonomi. Adapun kategori tingkat konsumsi protein dapat dilihat di tabel berikut ini.

**Tabel 5.5 Kategori Tingkat Konsumsi Protein**

Protein
Defisit (<70% AKP)
Kurang (70%-80% AKP)
Sedang (80%-99% AKP)
Baik ( $\geq$ 100% AKP)

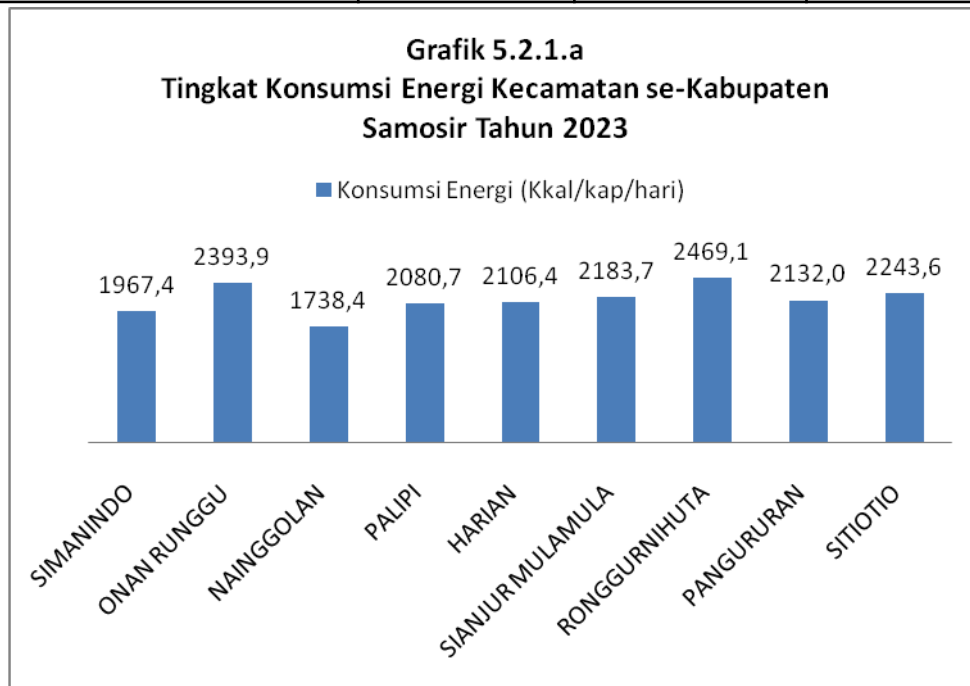
### 5.1.2 Gambaran Pola Konsumsi Pangan Kab/Kota

Masyarakat Samosir adalah masyarakat yang semi heterogen, didominasi dengan suku Batak, bahasa, adat-istiadat dan kebudayaan yang sama. Demikian halnya dengan kebudayaan makan masih sangat mendominasi sesuai dengan ciri khas dan kebiasaan daerah masing-masing. Berdasarkan survey konsumsi pangan yang dilaksanakan setiap tahunnya, kurun waktu 5 (lima) tahun terakhir konsumsi masyarakat Samosir masih mengalami fluktuasi, selalu didominasi oleh kelompok pangan padi-padian, dimana beras masih dianggap satu-satunya bahan pangan penyumbang energy terlengkap. Masyarakat cenderung mengolah (memasak) bahan pangan 1 (satu) kali dalam sehari untuk kebutuhan makan sepanjang hari tersebut, sehingga makanan yang dikonsumsi dari pagi hingga malam adalah bahan makanan yang sama, dengan kata lain makanan yang dikonsumsi setiap harinya tidak beragam. Ada banyak faktor yang mungkin berpengaruh terhadap hal tersebut diantaranya; kurangnya daya beli keluarga, kesibukan pekerjaan sehingga tidak memiliki waktu yang banyak dalam mengolah bahan makanan setiap hari.

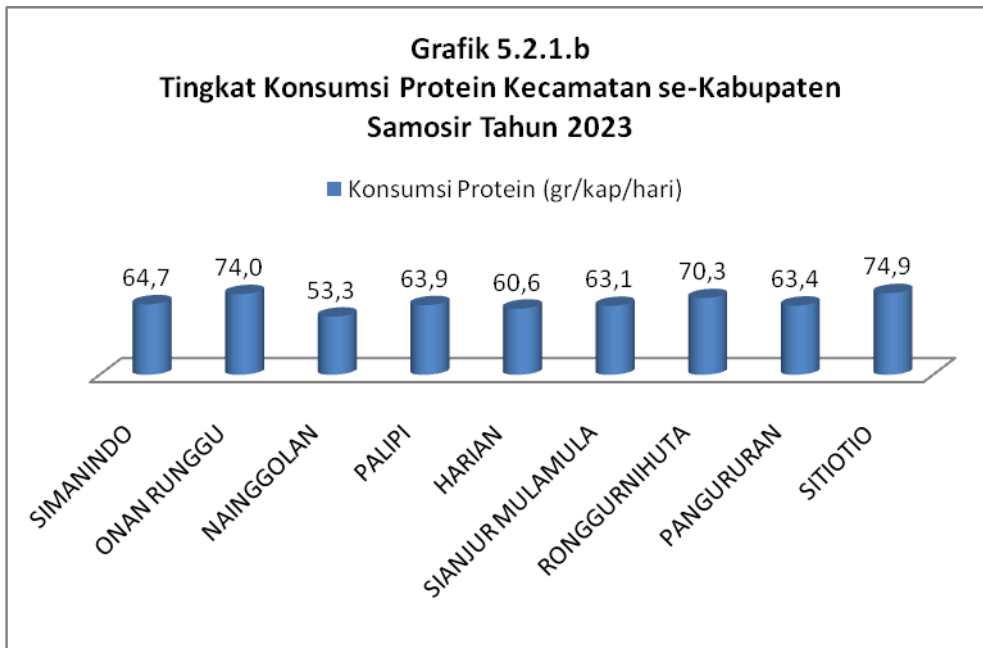
#### 1. Tingkat Konsumsi Energi, Protein & Skor PPH

**Tabel 5.6 Gambaran Pola Konsumsi Pangan Kabupaten/ Kota Samosir Tahun 2023**

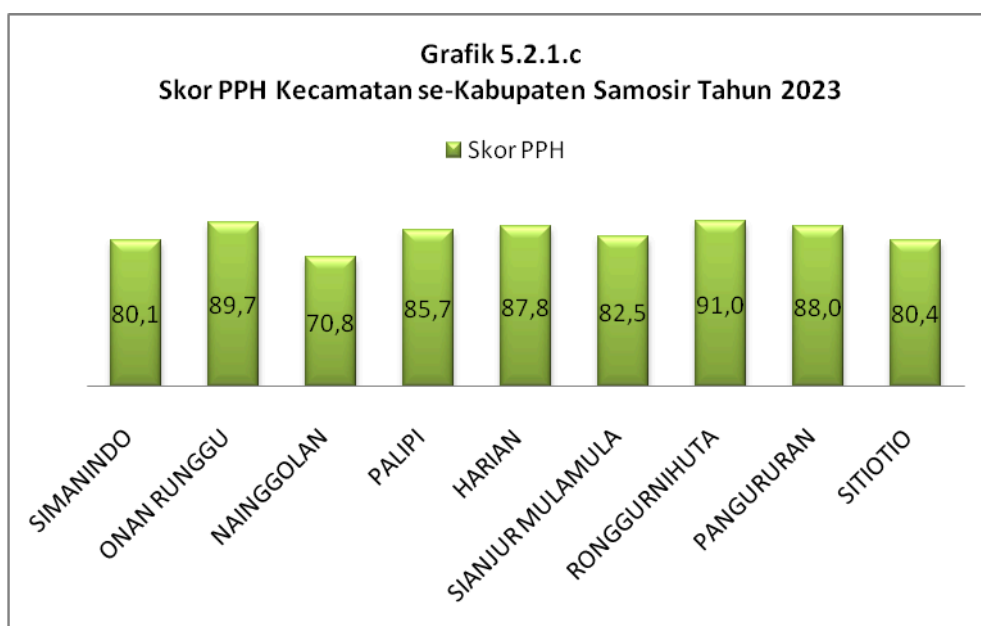
NO	KECAMATAN	TK. KONSUMSI ENERGI	TK. KONSUMSI PROTEIN	SKOR PPH
		(Kkal/Kap/Hr)	(Gr/Kap/Hr)	
	<b>SAMOSIR</b>	<b>2109,8</b>	<b>64,5</b>	<b>83,4</b>
1	KECAMATAN SIMANINDO	1967,4	64,7	80,1
2	KECAMATAN ONAN RUNGGU	2393,9	74,0	89,7
3	KECAMATAN NAINGGOLAN	1738,4	53,3	70,8
4	KECAMATAN PALIPI	2080,7	63,9	85,7
5	KECAMATAN HARIAN	2106,4	60,6	87,8
6	KECAMATAN SIANJUR MULAMULA	2183,7	63,1	82,5
7	KECAMATAN RONGGURNIHUTA	2469,1	70,3	91,0
8	KECAMATAN PANGURURAN	2132,0	63,4	88,0
9	KECAMATAN SITITOTIO	2243,6	74,9	80,4



Grafik di atas menunjukkan bahwa kabupaten Samosir memiliki tingkat konsumsi energi melebihi angka ideal, yang tertinggi konsumsinya adalah Kecamatan Ronggur Nihuta sebesar 2469,07 kkal/kap/hr, sedangkan konsumsi energi yang terendah dan berada dibawah tingkat konsumsi energi ideal adalah Kecamatan Nainggolan sebesar 1738,42 kkal/kap/hr.



Dari grafik 5.1.2.b di atas dapat dilihat bahwa kabupaten Samosir konsumsi proteinnya berada di atas angka ideal (57 gr/kap/hari), yang tertinggi konsumsi proteinnya adalah Kecamatan Sitiotio sebesar 74,9 gr/kap/hr dan terendah Kecamatan Nainggolan sebesar 53,3 gr/kap/hr dan masih dibawah tingkat konsumsi protein dibawah ideal.



Grafik 5.1.2.c di atas menunjukkan bahwa Kecamatan yang memiliki skor pph tertinggi adalah Kecamatan Ronggurnihuta sebesar 91,0. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat konsumsi pangan masyarakat di Kecamatan Ronggurnihuta sudah mengarah tingkat konsumsi pangan beragam, sedangkan kecamatan yang memiliki skor pph terendah adalah Kecamatan Nainggolan sebesar 70,08, masih di bawah angka ideal yang ditetapkan.

### 3. Konsumsi Beberapa Pangan Strategis

Tabel 5.7 Tingkat Konsumsi Pangan Strategis

KECAMATAN	TINGKAT KONSUMSI JENIS PANGAN STRATEGIS								
	Padi-Padi an	Umbi-Umbian	Pangan Hewani	Minyak/Lemak	Buah/Biji Berminyak	Kacang-kacangan	Gula	Sayur/Buah	Lain-lain
	(gr/kapita/hari)	(gr/kapita/hari)	(gr/kapita/hari)	(gr/kapita/hari)	(gr/kapita/hari)	(gr/kapita/hari)	(gr/kapita/hari)	(gr/kapita/hari)	(gr/kapita/hari)
KECAMATAN SIMANINDO	374,7	35,2	204,6	20,5	62,5	7,8	7,7	257,8	2,2
KECAMATAN ONAN RUNGGU	416,2	25,9	264,3	35,6	98,0	9,0	10,2	400,1	3,5
KECAMATAN NAINGGOLAN	334,3	51,9	161,8	18,4	31,9	4,6	7,5	222,4	3,1
KECAMATAN PALIPI	396,1	41,3	192,1	22,1	55,9	6,9	7,7	352,4	2,8
KECAMATAN HARIAN	338,1	39,2	243,6	39,0	39,2	1,8	18,2	348,1	7,2
KECAMATAN SIANJUR MULAMULA	384,5	11,0	145,9	37,3	37,5	11,2	22,0	388,0	7,7
KECAMATAN RONGGURNIHUTA	444,4	112,0	216,6	27,8	111,8	7,3	15,5	350,9	5,6
KECAMATAN PANGURURAN	388,8	87,7	196,6	24,4	62,6	9,4	8,2	329,4	2,5
KECAMATAN SITITOTIO	429,1	10,9	213,9	27,8	59,4	9,6	11,7	241,7	7,5

Tabel 5.7 adalah tabel yang memuat tingkat konsumsi beberapa pangan strategis kabupaten/kota, dengan gambaran sebagai berikut :

#### 1. Beras

Kecamatan yang konsumsi berasnya tertinggi adalah dari Kecamatan Ronggurnihuta sebesar 444,4 gr/kap/hari = 162,2 kg/kap/thn, sedangkan Kecamatan yang konsumsi berasnya terendah adalah Kecamatan Nainggolan sebesar 334,3

gr/kap/hari = 122 kg/kap/thn. Adapun konsumsi ideal beras adalah sebesar 94,8 kg/kap/thn.

Kecamatan Nainggolan merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Samosir yang merupakan sentra pertanaman padi, sehingga yang menjadi pangan pokok masyarakat setempat adalah beras. Faktor budaya juga sangat berperan dalam hal ini, dimana paradigma masyarakat terhadap makanan sudah bergeser, budaya dan kebiasaan makan nenek moyang zaman dulu yang selalu mengkonsumsi ubi sebagai pangan pokok kini telah berubah dengan konsumsi beras yang sudah banyak tersedia. Kini masyarakat sering beranggapan bahwa belum kenyang bila masih belum makan nasi.

## **2. Ubi Kayu (Singkong)**

Kecamatan yang paling banyak mengkonsumsi ubi kayu adalah Kecamatan Ronggurnihuta sebesar 112 gr/kap/hari = 40,9 kg/kap/thn, sementara angka ideal sebesar 19,7 kg/kap/thn. Kabupaten dengan konsumsi ubi kayu terendah adalah kecamatan Onan Runggu sebesar 25,9 gr/kap/hari = 9,5 kg/kap/thn.

Ubi kayu (singkong) merupakan salah satu pangan pokok lokal yang ada di Samosir. Pemanfaatan dan pengembangan pangan pokok lokal memiliki potensi luas yang harus di galakkan oleh Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian, dengan harapan dapat menggantikan posisi beras sebagai pemberi tenaga.

Kecamatan ronggurnihuta adalah salah satu kecamatan yang terletak di Dataran Tinggi Pulau Samosir. Ubi kayu adalah pangan yang murah dan mudah didapat di daerah tersebut, dimana sejak zaman nenek moyang dahulu ubi kayu

sudah dijadikan sebagai pangan pokok sehari-hari, bahkan menjadi makanan khas dengan sebutan “Manggadong”.

### **3. Pangan Hewani**

Kecamatan yang mengkonsumsi pangan hewani terdiri dari Daging ayam, daging ruminansia, Ikan segar, Ikan asin dan telur dalam jumlah yang tinggi adalah Kecamatan Onan Runggu, sebesar 264,3 gr/kapita/hari = 96,5 kg/kap/thn. Sedangkan konsumsi terendah oleh Kecamatan Sianjurnulamula sebesar 145,9 gr/kap/hari = 53,2 kg/kap/thn.

Daging yang dimaksudkan dalam hal ini adalah daging ruminansia dan unggas. Daging adalah salah satu pangan hewani sumber protein tertinggi dan juga sumber lemak. Adapun konsumsi daging ideal adalah sebesar 9,1 kg/kap/thn. Kabupaten samosir memiliki angka konsumsi daging yang cukup tinggi.

### **4. Minyak Makan**

Kecamatan yang mengkonsumsi minyak makan (minyak kelapa dan minyak sawit) dalam jumlah yang tinggi adalah Kecamatan Harian sebesar 39 gr/kap/hari = 14,2 kg/kap/thn, sedangkan konsumsi terendah oleh Kecamatan Nainggolan sebesar 18,4 gr/kap/hari = 6,7 kg/kap/thn.

### **5. Kacang-Kacangan**

Komoditi kacang-kacangan yang di maksud adalah kacang kedelai atau turunannya seperti tahu dan tempe. Kacang ijo dan kacang tanah. Adapun Kecamatan yang mengkonsumsi kedelai dalam jumlah terbanyak adalah Kecamatan

Sianjur Mulamula sebesar 11,2 gr/kap/hari = 4,1 kg/kap/thn, sedangkan konsumsi terendah oleh Kecamatan Harian sebesar 1,8 gr/kap/hari = 0,7 kg/kap/thn.

## 6. Gula

Kecamatan yang mengkonsumsi gula dalam jumlah yang tinggi adalah Kecamatan Sianjur Mulamula sebesar 22 gr/kap/hari = 8 kg/kap/thn, sedangkan konsumsi terendah oleh Kecamatan Nainggolan sebesar 7,5 gr/kap/hari = 2,8 kg/kap/thn. Komoditi gula yang dimaksud dalam kajian ini adalah gula pasir, gula aren dan gula kelapa.

### 5.1. Pola Konsumsi Pangan

Tabel 5.8 Pola Konsumsi Pangan Kabupaten/ Kota Tahun 2023

KAB/KOTA	KARBOHIDRAT	PROTEIN HEWANI	PROTEIN NABATI	LEMAK	VITAMIN & MNINERAL
<b>SIANJUR MULAMULA</b>	Beras, Terigu,	Ikan , Daging Ruminansia, Daging Unggas, Telur,	Kacang Tanah, Kacang Kedelai, Kacang Hijau, Kacang lain	Minyak kelapa, Minyak sawit, Kelapa,	Sayur, Buah
<b>HARIAN</b>	Beras, Terigu, Ubi Kayu,	Ikan , Daging Ruminansia, Daging Unggas, Telur, Susu	Kacang Tanah, Kacang Kedelai, Kacang Hijau,	Minyak kelapa, Minyak sawit, Kelapa,	Sayur, Buah
<b>SITIOTIO</b>	Beras, Terigu, Ubi Kayu,	Ikan , Daging Ruminansia, Daging Unggas, Telur, Susu	Kacang Kedelai, Kacang Hijau, Kacang lain	Minyak kelapa, Minyak sawit, Kelapa,	Sayur, Buah
<b>ONAN RUNGGU</b>	Beras, Terigu, Ubi Kayu,	Ikan , Daging Ruminansia, Daging Unggas, Telur,	Kacang Tanah, Kacang Kedelai, Kacang Hijau, Kacang lain	Minyak kelapa, Minyak sawit, Kelapa,	Sayur, Buah
<b>NAINGGOLAN</b>	Beras, Terigu, Ubi Kayu,	Ikan , Daging Ruminansia, Daging Unggas, Telur, Susu	Kacang Tanah, Kacang Kedelai, Kacang Hijau,	Minyak kelapa, Minyak sawit, Kelapa,	Sayur, Buah
<b>PALIPI</b>	Beras, Terigu, Ubi Kayu,	Ikan , Daging Ruminansia, Daging Unggas, Telur, Susu	Kacang Tanah, Kacang Kedelai, Kacang Hijau, Kacang lain	Minyak kelapa, Kelapa,	Sayur, Buah
<b>RONGGURNIHUTA</b>	Beras, Terigu,	Ikan , Daging Ruminansia, Daging Unggas, Telur,	Kacang Kedelai, Kacang Hijau, Kacang lain	Minyak sawit, Kelapa,	Sayur, Buah
<b>PANGURURAN</b>	Beras, Terigu,	Ikan , Daging Ruminansia, Daging Unggas, Telur,	Kacang Tanah, Kacang Kedelai, Kacang Hijau,	Minyak sawit, Kelapa,	Sayur, Buah



<b>SIMANINDO</b>	Beras, Terigu,	Ikan , Daging Ruminansia, Daging Unggas, Telur, Susu	Kacang Tanah, Kacang Kedelai, Kacang Hijau, Kacang lain	Minyak kelapa, Minyak sawit, Kelapa,	Sayur, Buah
------------------	----------------	--	---	--------------------------------------	-------------

Dari tabel 5.8 dapat dilihat bahwa jenis pangan sumber karbohidrat yang paling banyak dikonsumsi oleh keluarga responden di 9 Kecamatan adalah berasal dari beras dan terigu. Jenis pangan hewani yang paling banyak dikonsumsi adalah dari ikan, daging dan telur yang merupakan penyumbang protein hewani terbesar. Sedangkan jenis pangan sumber protein nabati yang paling banyak dikonsumsi adalah dari kacang tanah dan kedelai. Jenis pangan sumber lemak yang paling banyak dikonsumsi adalah dari minyak kelapa dan minyak sawit, dan sumber vitamin dan mineral lebih banyak diperoleh dari konsumsi sayur dan buah.

Pola konsumsi merupakan hasil dari proses pembentukan sikap dan perilaku konsumsi bahan makanan yang tersedia. Pola konsumsi dapat terlihat dari distribusi pangan yang merupakan indikator dari seberapa besar atau presentase pengeluaran keluarga dari pendapatan yang diperoleh yang digunakan untuk bahan makanan.

Faktor-faktor yang ikut menentukan pola konsumsi keluarga antara lain tingkat pendapatan keluarga, ukuran keluarga, pendidikan kepala keluarga dan status kerja wanita. Teori Engel's menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendapatan keluarga semakin rendah persentase pengeluaran untuk konsumsi makanan. Teori ini lebih berlaku pada masyarakat yang berdomisili di daerah perkotaan, dimana masyarakat yang tinggal dikota cenderung menyukai makanan/jajanan di luar rumah, yang instan dan telah diolah. Seperti kita ketahui daerah perkotaan biasanya telah mengalami kemajuan dalam berbagai aspek, khususnya dari ketersediaan makanan, mulai dari bahan mentah hingga makanan olahan dan siap saji, mudah didapat dan terjangkau.

## 5.2 Pola Konsumsi Pangan Kabupaten Samosir

### 5.2.1 Pola Pangan Harapan Kabupaten Samosir

Seperti yang kita ketahui bersama, skor PPH harapan adalah sebesar 100 yang berarti secara umum konsumsi masyarakat terhadap semua jenis bahan makanan telah memenuhi kaidah gizi seimbang yaitu beragam dan bergizi. Untuk mencapai skor harapan tersebut, maka pemerintah Pusat melalui Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian RI telah menetapkan skor pph ideal, dengan tahun ideal yang harus dicapai adalah tahun 2023 sebesar 94 (Berdasarkan RPJMN 2019-2023), baik secara nasional, provinsi, maupun kab/kota. sedangkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang digunakan untuk olahan data konsumsi diatas tahun 2023 (konsumsi energi) adalah sebesar 2100 kkal/kap/hr, dan protein 57 gr/kap/hr. Adapun susunan pola pangan harapan Kabupaten Samosir tahun 2023 adalah sebagai berikut.

**Tabel 5.9 Susunan Pola Pangan Harapan Kabupaten Samosir Tahun 2023**

No	Kelompok Pangan	Perhitungan Skor Pola Pangan Harapan (PPH)								
		Kalori	%	% AKE*)	Bobot	Skor Aktual	Skor AKE	Skor Maks	Gap Skor AKE dan Skor Maksimal	Skor PPH
1.	Padi-padian	1379,8	65,4	<b>65,7</b>	0,5	32,7	32,9	25,0	7,9	<b>25,0</b>
2.	Umbi-umbian	52,9	2,5	<b>2,5</b>	0,5	1,3	1,3	2,5	-1,2	<b>1,3</b>
3.	Pangan Hewani	218,7	10,4	<b>10,4</b>	2,0	20,7	20,8	24,0	-3,2	<b>20,8</b>
4.	Minyak dan Lemak	237,3	11,2	<b>11,3</b>	0,5	5,6	5,7	5,0	0,7	<b>5,0</b>
5.	Buah/Biji Berminyak	29,2	1,4	<b>1,4</b>	0,5	0,7	0,7	1,0	-0,3	<b>0,7</b>
6.	Kacang-kacangan	27,0	1,3	<b>1,3</b>	2,0	2,6	2,6	10,0	-7,4	<b>2,6</b>
7.	Gula	39,0	1,8	<b>1,9</b>	0,5	0,9	0,9	2,5	-1,6	<b>0,9</b>
8.	Sayur dan Buah	114,1	5,4	<b>5,4</b>	5,0	27,0	27,2	30,0	-2,8	<b>27,2</b>
9.	Lain-lain	11,9	0,6	<b>0,6</b>	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>0,0</b>
	<b>Total</b>	<b>2109,8</b>	<b>100,0</b>	<b>100,5</b>	<b>11,5</b>	<b>91,5</b>	<b>92,0</b>	<b>100,0</b>		<b>83,4</b>

Keterangan =

\*) Angka Kecukupan Energi (AKE) : 2100,0 Kkal/Kap/Hari

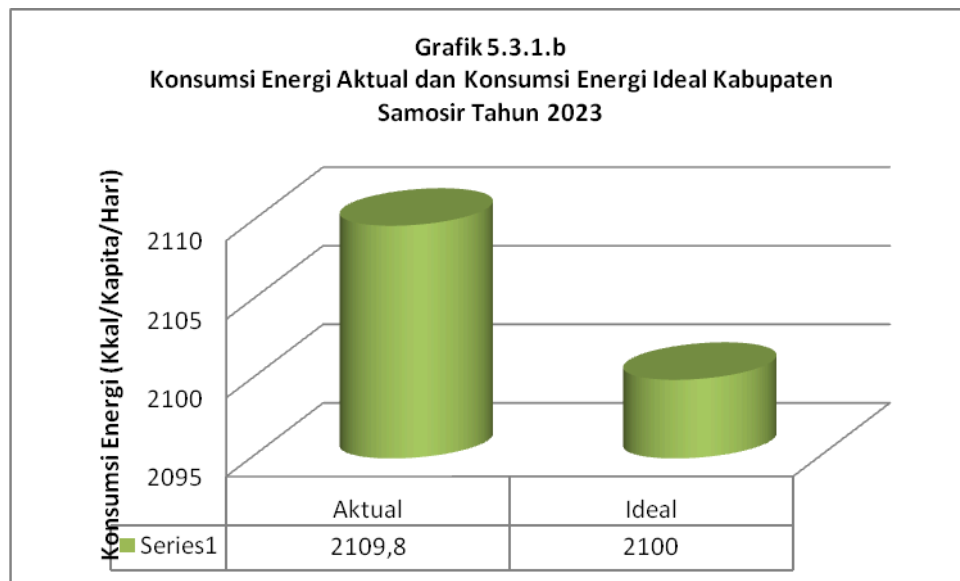
Dari tabel 5.9 dapat dilihat bahwa tingkat konsumsi energi penduduk Samosir pada tahun 2023 sebesar 2109,8 Kkal/Kap/Hr, dengan persentase kecukupan energi sebesar 100,5 %, yang artinya dari tingkat konsumsi energi, penduduk Samosir sudah tergolong tahan pangan. Demikian halnya skor pola pangan harapan (PPH) sebesar 83,4, masih di bawah angka ideal yang diharapkan, hal ini menggambarkan bahwa konsumsi masyarakat terhadap bahan pangan masih rendah atau belum beragam, cenderung mengkonsumsi bahan makanan yang sama setiap hari.

### 5.3 Gambaran Pola Konsumsi Pangan Aktual Penduduk Samosir Tahun 2023

#### 5.3.1 Tingkat Konsumsi Energi

Tabel 5.10 Tingkat Konsumsi Energi Aktual dan Ideal

No	Kelompok Pangan	Konsumsi Energi Aktual Tahun 2023	Konsumsi Energi Ideal Tahun 2023
		Kkal/kap/hr	Kkal/kap/hr
1	Padi-padian	1379,8	1050
2	Umbi-umbian	52,9	115
3	Pangan Hewani	218,7	220
4	Minyak dan Lemak	237,3	210
5	Buah Biji Berminyak	29,2	65
6	Kacang-kacangan	27,0	95
7	Gula	39,0	105
8	Sayur dan Buah	114,1	115
9	Minuman dan Bumbu	11,9	65
	<b>Total</b>	<b>2109,8</b>	<b>2100</b>



Tabel dan grafik di atas menunjukkan tingkat konsumsi energi penduduk Kabupaten Samosir tahun 2023, dimana konsumsi energi terbesar berasal dari kelompok padi-padian, pangan hewani, dan kelompok minyak dan lemak. Selanjutnya tingkat konsumsi energi penduduk tahun 2023 sudah melebihi energi ideal, yaitu sebesar 2109,8 kkal/kap/hr.

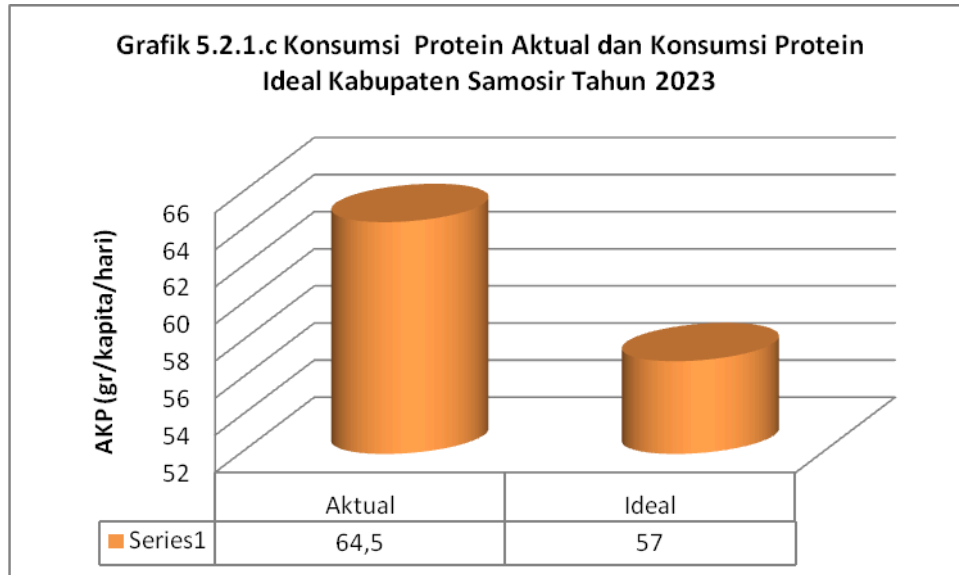
Energi sangat penting bagi kelangsungan tubuh, terlebih bagi seorang balita. Energi diperlukan untuk melakukan aktivitas, baik fisik maupun organ vital tubuh manusia. Jika energi tak tercukupi, dapat menimbulkan gejala klinis pada balita.

Energi yang dibutuhkan biasanya digunakan untuk memenuhi dan menopang aktivitas, terutama aktivitas organ vital, seperti jantung, paru, hati dan ginjal. Selain itu, energi juga dibutuhkan ketika melakukan aktivitas fisik.

Kelebihan energi dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan yang dianggap cukup serius diantaranya : obesitas, Kerusakan Otak dan Hati, Gangguan pada Dinding Arteri, Berisiko Kanker, Dehidrasi, Kerusakan Organ Ginjal, sembelit,

asam urat, Menurunnya Jumlah Kalsium, Karies Gigi, Triglicerida Tinggi, Hipertensi, Produksi Lemak Meningkat.

### 5.3.2 Tingkat Konsumsi Protein



Tingkat konsumsi protein penduduk Kabupaten Samosir tahun 2023 sebesar 64,5 gr/kap/hr, yang berarti telah melebihi angka ideal yang ditetapkan.

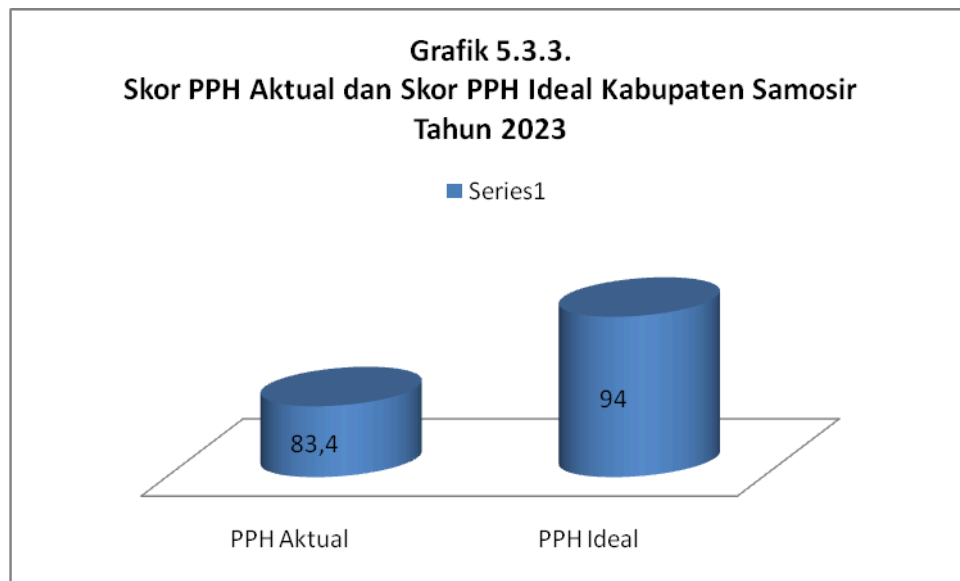
Protein adalah nutrisi terpenting bagi tubuh yang berguna sebagai sumber energi, bekerja sebagai neurotransmitter dan pembawa oksigen dalam darah (hemoglobin). Protein sangat penting bagi kelangsungan tubuh, terlebih bagi seorang balita. Protein bertindak sebagai zat gizi mikro terpenting yang diperlukan tubuh. Jika tidak tercukupi, dapat menimbulkan gejala klinis pada balita.

Tubuh membutuhkan protein dalam jumlah yang cukup banyak. Nutrisi tersebut diperlukan untuk membangun dan memperbaiki jaringan tubuh yang rusak; membuat enzim, hormon, dan bahan kimia tubuh lainnya; serta membangun tulang, otot,

tulang rawan, kulit, dan darah. Namun kelebihan protein juga tidak baik bagi tubuh kita. Berikut beberapa dampak kelebihan protein dalam tubuh :

- Mengonsumsi protein berlebih, apalagi jika disertai dengan pembatasan karbohidrat, dapat menyebabkan penumpukan keton hingga membahayakan ginjal.
- Tubuh bisa menghasilkan produk limbah bernama amonia ketika memecah protein. Oleh hati, amonia diubah menjadi zat kimia yang disebut urea. Sejatinya, urea akan dibuang dari dalam tubuh melalui urine. Namun pada kondisi kesehatan tertentu, seperti gagal ginjal atau gagal hati, tubuh tidak dapat membuat atau menyingkirkan urea. Hal tersebut dapat menyebabkan masalah seperti kelelahan ekstrim hingga koma, atau bahkan kematian.
- Terlalu banyak mengonsumsi makanan berprotein yang berasal dari daging merah dan produk olahan susu berlemak dapat meningkatkan risiko penyakit jantung.
- Kelebihan protein juga diduga membuat tubuh membuang kalsium melalui urine. Ketika badan kita kelebihan protein, tubuh memproduksi sulfat. Bahan kimia inilah yang dapat menyebabkan kalsium terlepas dari tulang. Padahal kekurangan kalsium bisa menyebabkan osteoporosis. Efek lepasnya kalsium dari tulang ini lebih rentan terjadi jika kita mengonsumsi protein hewani daripada protein nabati. Namun di lain pihak, asupan protein yang cukup justru membantu mencegah osteoporosis pada tulang.

### 5.3.3 Skor Pola Pangan Harapan



Grafik 5.3.3 menunjukkan skor pola pangan harapan Kabupaten Samsir tahun 2023 sebesar 83,4, yang artinya pola konsumsi pangan penduduk masih belum beragam, cenderung mengkonsumsi bahan makanan yang sama setiap hari.

### 5.3.4 Situasi Konsumsi Pangan Aktual

**Tabel 5.11 Pola Konsumsi Pangan Aktual Penduduk Samsir Tahun 2023**

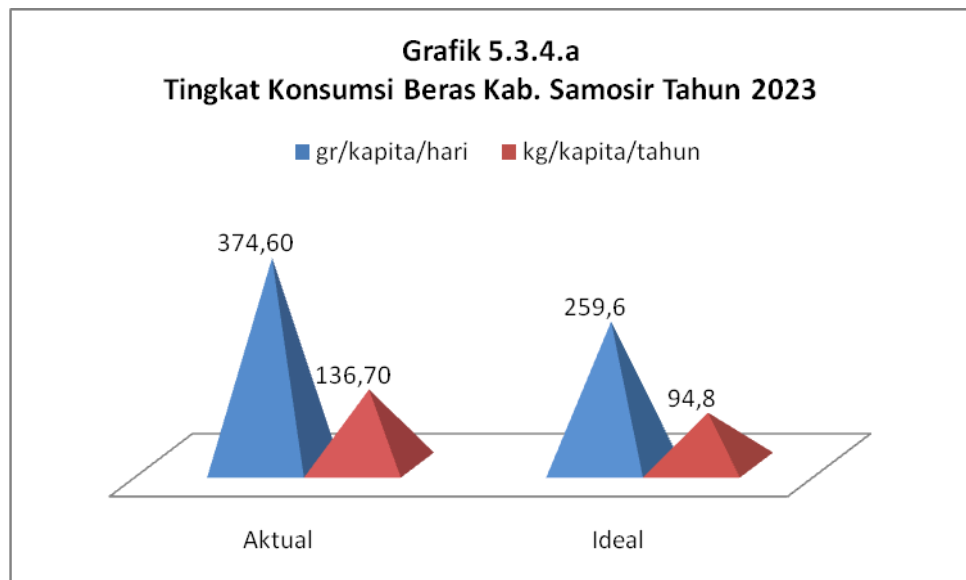
KELOMPOK / JENIS BAHAN MAKANAN	Energi Aktual 2023	Energi Ideal	Konsumsi Pangan Aktual		Konsumsi Pangan Ideal	
			(gr/kap/hr)	(kg/kap/thn)	(gr/kap/hr)	(kg/kap/thn)
1. Padi-padian	1379,8	1050			291,6	106,4

Beras giling	1348,4		374,6	136,7	259,6	94,8
Jagung Pipilan	1,1		0,3	0,1	4,2	1,5
Tepung Terigu	30,3		8,3	3	27,8	10,1
Padi-padian lainnya	-		0,00	0,00	0	0
<b>2. Umbi-umbian</b>	<b>52,9</b>	<b>126</b>			<b>95,9</b>	<b>35</b>
Ketela Pohon	41,6		38	13,9	54	19,7
Ubi Jalar	6,5		6,2	2,3	22,7	8,3
Sagu	-		0,00	0,00	12,5	4,6
Kentang	4,0		5,7	2,1	3,3	1,2
Umbi-Umbian lainnya	0,8		1,0	0,4	3,4	1,2
<b>3. Pangan Hewani</b>	<b>218,7</b>	<b>252</b>			<b>126,1</b>	<b>46</b>
Daging Ruminansia	26,6		12,8	4,7	4,8	1,7
Daging Unggas	28,8		16,5	6	20,2	7,4
Telur	38,7		26,5	9,7	25	9,1
Susu	5,4		8,9	3,2	8,2	3
Ikan	119,2		131,9	48,1	67,9	24,8
<b>4. Minyak dan Lemak</b>	<b>237,3</b>	<b>210</b>			<b>23,9</b>	<b>8,7</b>
Minyak Kelapa	0		0	0,00	2,3	0,8
Minyak Sawit	237		26,3	9,6	21,1	7,7
Lemak	0,3		0,00	0,00	0,5	0,2
Minyak Lain	0		0,00	0,00	0	0
<b>5. Buah/Biji Berminyak</b>	<b>29,2</b>	<b>63</b>			<b>11,9</b>	<b>4,4</b>
Kelapa	20,6		57,3	20,9	10,1	3,7
Kemiri	8,5		1,3	0,50	1,8	0,7
Biji Jambu Mete	-		0,00	0,00	0	0
Buah Biji berminyak lainnya	-		0,00	0,00	0	0
<b>6. Kacang-kacangan</b>	<b>27</b>	<b>105</b>			<b>38,3</b>	<b>14</b>
Kacang Tanah	4,8		1,1	0,4	1,4	0,5
Kacang Kedelai	20,8		6,3	2,3	35,6	13



Kacang Hijau	1,0		0,3	0,1	1,3	0,5
Kacang-kacangan lainnya	0,4		0,1	0,0	0	0
<b>7. Gula</b>	<b>39,0</b>	<b>105</b>			<b>29</b>	<b>10,6</b>
Gula Pasir	37,7		10,4	3,8	26,8	9,8
Gula Aren	1,2		0,3	0,1	2,2	0,8
Gula Kelapa	-		0,00	0,00	0	0
<b>8. Sayur dan Buah</b>	<b>114,1</b>	<b>126</b>			<b>267,9</b>	<b>97,8</b>
Sayur-Sayuran	64,9		253,8	92,6	170,8	62,4
Buah-Buahan	49,2		66,3	24,2	97,1	35,4
<b>9. Lain-lain</b>	<b>11,9</b>	<b>63</b>			<b>106,7</b>	<b>38,8</b>
Minuman	-		0,00	0,00	89	32,5
Bumbu	3,1		0,9	0,3	17,3	6,3
Lainnya	8,8		3	1,1	0	0
<b>TOTAL ENERGI</b>	<b>2374,5</b>	<b>2150,0</b>				

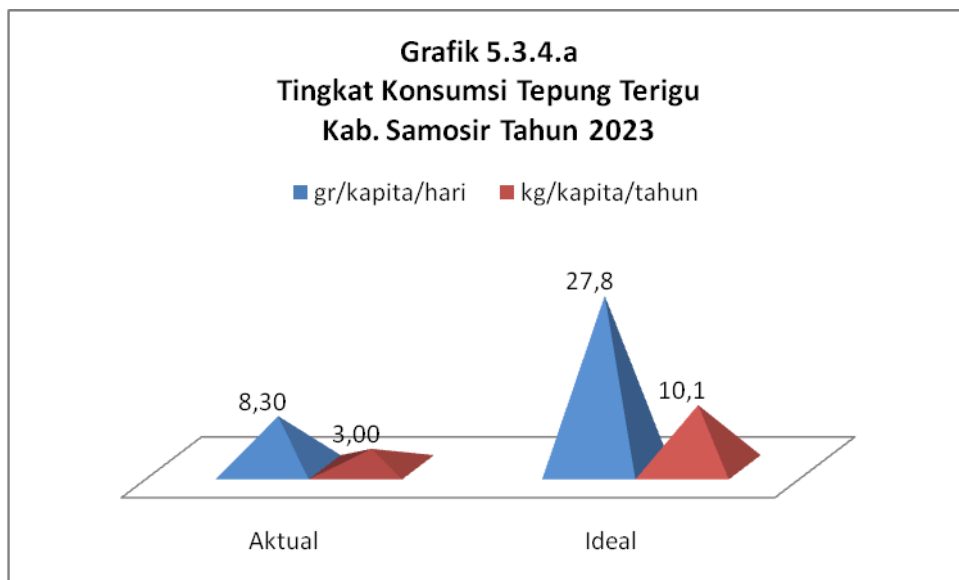
**a. Konsumsi Beras**



Tingkat konsumsi beras penduduk Samosir tahun 2023 sebesar 374,60 gr/kap/hr atau 136,70 kg/kap/thn, yang berarti masih berada jauh di atas konsumsi ideal yang diharapkan.

Sebagian besar masyarakat berpendapat bahwa beras (nasi) adalah satu-satunya pangan pemberi tenaga/kalori, sehingga pangan lain sering diabaikan. Ketergantungan masyarakat terhadap beras membawa dampak buruk bagi keberlangsungan ketahanan pangan rumah tangga dan nasional. Untuk itu Pemerintah melakukan berbagai upaya untuk menekan ketergantungan masyarakat terhadap konsumsi beras, dengan mengangkat citra pangan lokal yang ternyata jauh lebih baik dari beras baik dari kandungan gizinya, ketersediaannya maupun dari segi harga, murah dan mudah didapat.

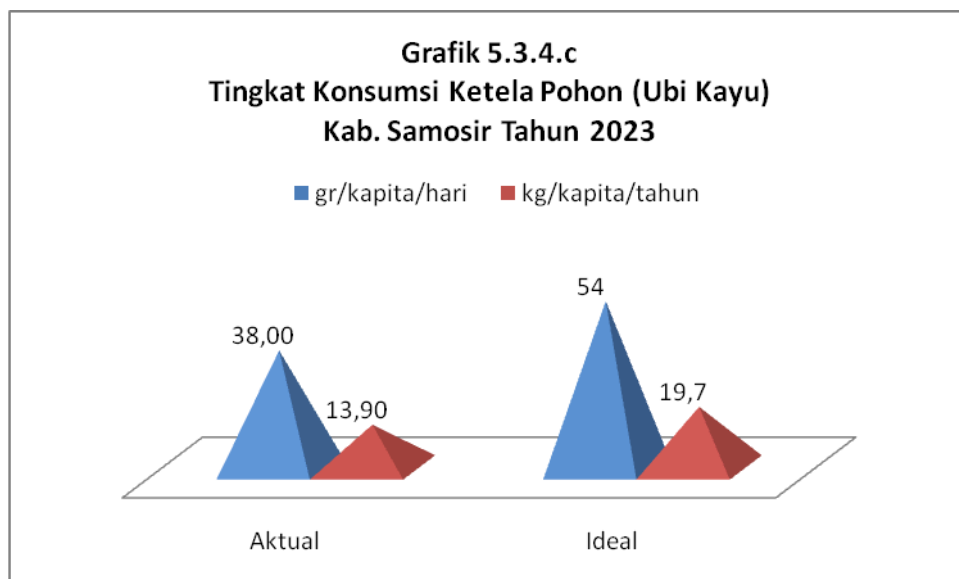
#### **b. Konsumsi Terigu**



Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa tingkat konsumsi/penggunaan terigu masih dibawah angka ideal sebesar 8,30 gr/kap/hr, sedangkan angka ideal sebesar 27,8 gr/kap/hr.

Konsumsi tepung terigu oleh masyarakat Samosir didominasi oleh jenis makanan mie-mie an seperti mie instan dan jenis kue-kuean lainnya. Hal ini salah satu penyebab tingginya konsumsi dan penggunaan tepung terigu.

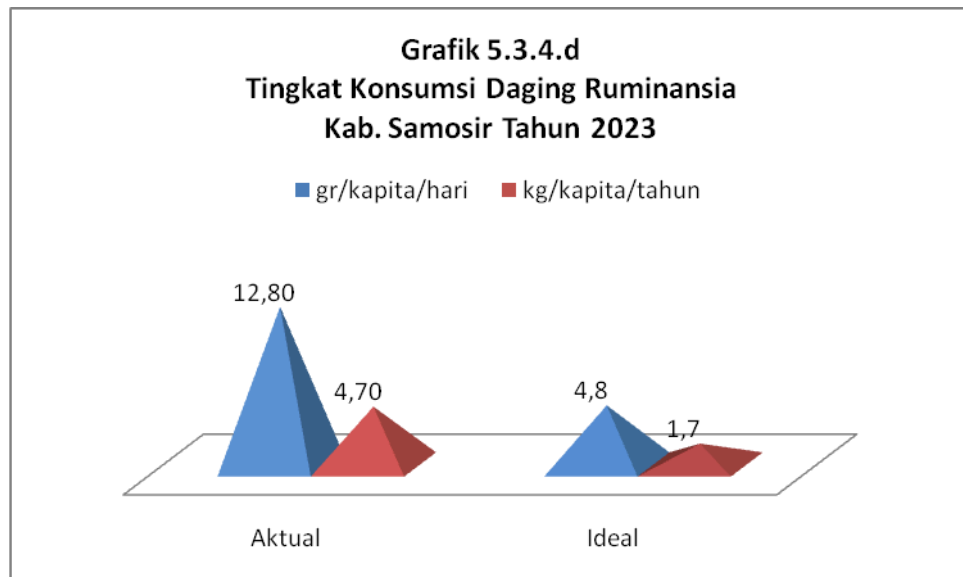
### c. Konsumsi Ubi Kayu

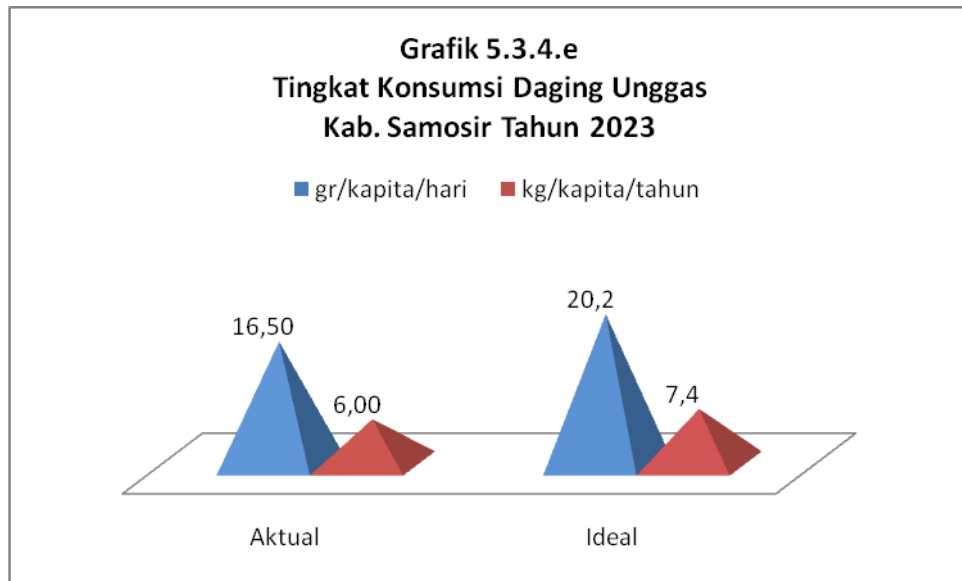


Dari grafik 5.3.4.c di atas dapat dilihat bahwa konsumsi ubi kayu di Samosir tahun 2023 masih jauh dibawah angka ideal sebesar 38 gr/kap/hr atau 13,9 kg/kap/thn, dan konsumsi yang dianjurkan sebesar 54 gr/kap/hr atau 19,7 kg/kap/thn.

Ubi kayu adalah salah satu pangan pokok lokal yang harus terus dikembangkan dan ditingkatkan inovasi pengolahannya sehingga memiliki cita rasa yang diminati oleh masyarakat dan tidak kalah dari bahan pangan pokok lainnya seperti Beras dan terigu. Berbagai program Pemerintah telah dan sedang dijalankan untuk mengembangkan dan memanfaatkan ubi kayu sebagai pangan alternatif pengganti beras. Pemerintah terus merangkul para pengusaha, baik industri makanan skala besar maupun industri rumah tangga, untuk terus berinovasi mensubsitusi ubi kayu dengan bahan lainnya sehingga dapat mengangkat nilai positif pangan tersebut di mata masyarakat.

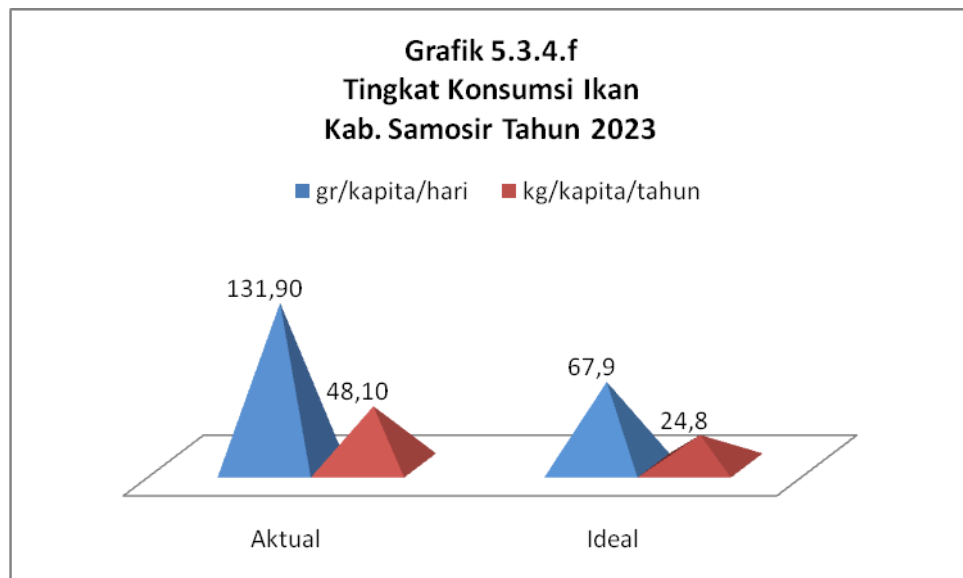
#### **d. Konsumsi Daging**





Grafik di atas menunjukkan bahwa konsumsi daging unggas di Kabupaten Samosir tahun 2023 sesuai dengan angka ideal yaitu sebesar 16,5 gr/kap/hr atau 6 kg/kap/thn, angka ideal yang dianjurkan sebesar 20,2 gr/kap/hr atau 7,4 kg/kap/thn.

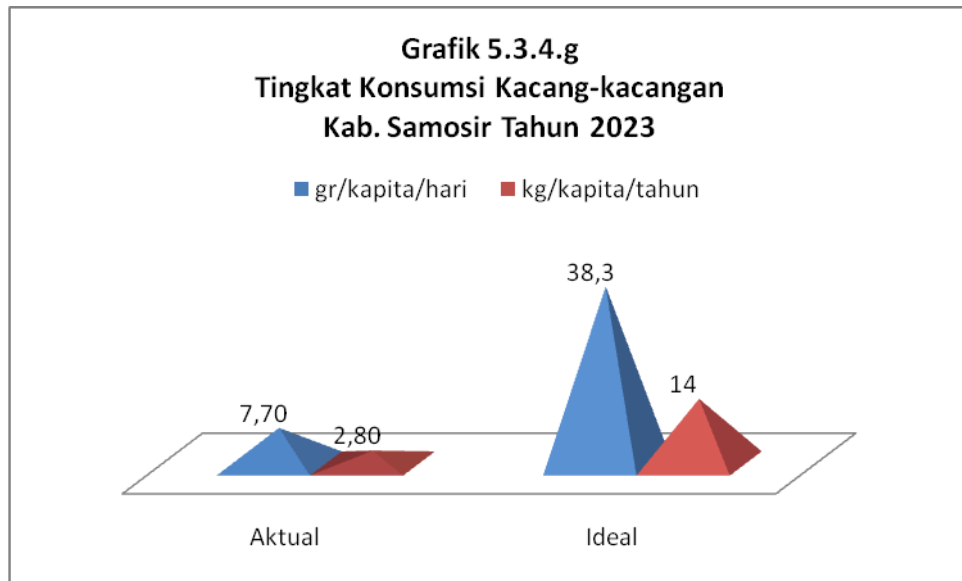
#### e. Konsumsi Ikan



Grafik 5.3.4.f menunjukkan bahwa konsumsi ikan di Samosir sangat tinggi sebesar 131,9 gr/kap/hr atau 48,10 kg/kap/thn, sedangkan angka yang dianjurkan sebesar 67,9 gr/kap/hr atau 24,8 kg/kap/thn.

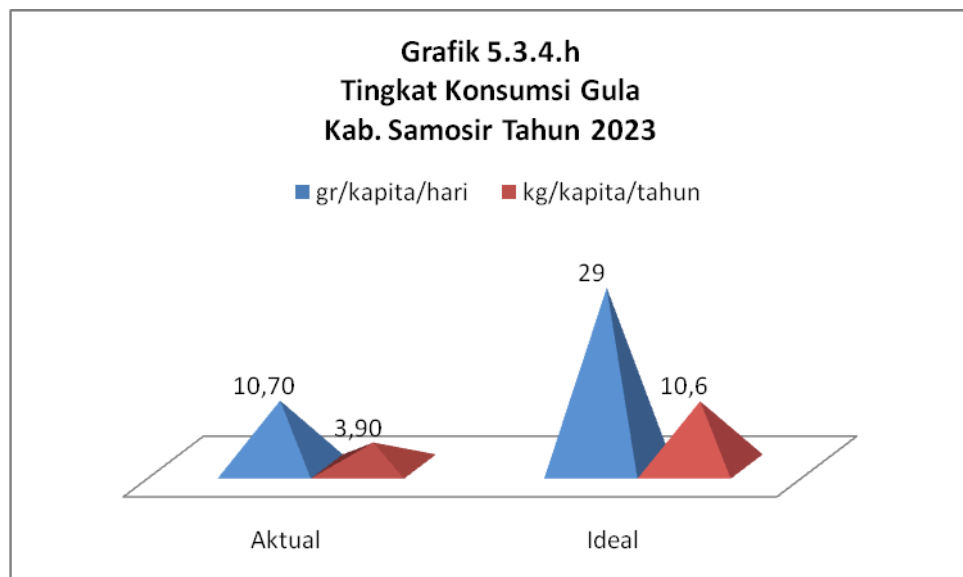
Tingginya konsumsi ikan di Samosir diasumsikan karena semakin meningkatnya produksi dan ketersediaan ikan dalam daerah meningkat, sehingga mudah didapat dengan harga terjangkau. Wilayah Samosir hampir sebagian besar dikelilingi perairan Danau Toba, yang menggambarkan besarnya potensi perikanan air tawar di daerah ini.

#### **f. Konsumsi Kacang-Kacangan**



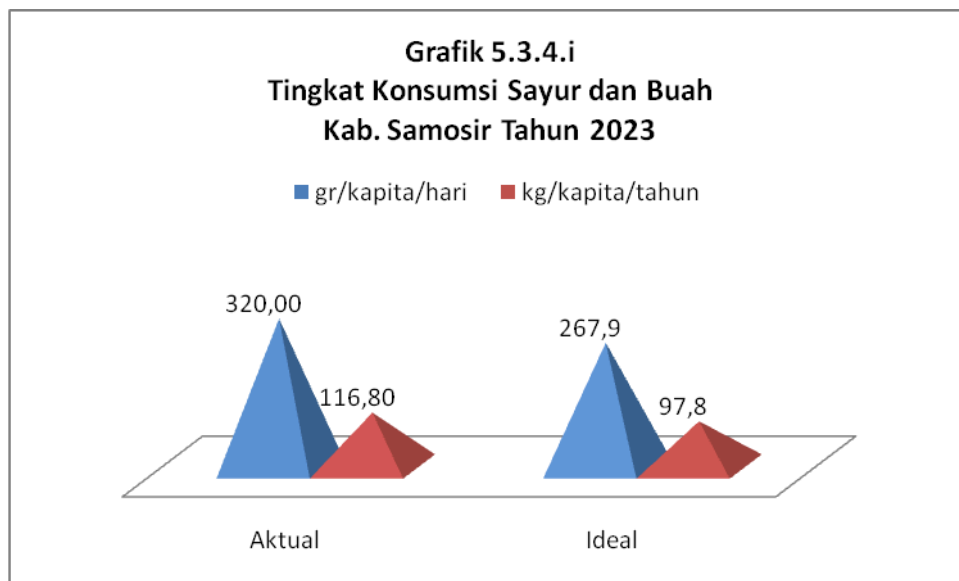
Dari grafik 5.3.4.g di atas dapat dilihat bahwa konsumsi kacang-kacangan di Samosir tahun 2023 masih sangat rendah sebesar 7,70 gr/kap/hr atau 2,80 kg/kap/thn, sedangkan angka ideal yang ditetapkan sebesar 38,3 gr/kap/hr atau 14 kg/kap/thn.

#### g. Konsumsi Gula



Dari grafik 5.3.4.h di atas dapat dilihat bahwa konsumsi gula di Samosir tahun 2023 masih berada di bawah angka ideal. Tingkat konsumsi gula sebesar 10,70 gr/kap/hr atau 3,90 kg/kap/thn, sedangkan angka ideal yang ditetapkan sebesar 29 gr/kap/hr atau 10,6 kg/kap/thn.

#### h. Konsumsi Sayur & Buah



Tabel 5.3.4.i menunjukkan konsumsi sayur dan buah di Kabupaten Samosir sudah terpenuhi bahkan melebihi angka yang dianjurkan yaitu sebesar 320 gr/kap/hr atau 116,80 kg/kap/thn, sedangkan konsumsi yang dianjurkan sebesar 267,9 gr/kap/hr atau 97,8 kg/kap/thn.

Tingginya konsumsi sayur dan buah di Samosir dipicu oleh produksi yang selalu berlimpah.



## BAB. VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil survey pola pangan tingkat Kabupaten Samosir yang telah dilaksanakan di 9 Kecamatan, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Secara umum, pola konsumsi pangan masyarakat di 9 Kecamatan masih belum memenuhi kaidah gizi seimbang. Pola konsumsi pangan masih didominasi oleh beberapa kelompok pangan yaitu padi-padian, pangan hewani, minyak dan lemak serta buah biji berminyak. Sedangkan konsumsi terhadap umbi-umbian, kacang-kacangan, dan gula masih rendah. Tingkat konsumsi energi dan protein masih mengalami fluktuasi. Demikian juga dengan pola konsumsi pangan masyarakat masih belum beragam, hal ini ditandai dengan skor pola pangan harapan (pph) kabupaten/kota yang rata-rata masih dibawah angka ideal, yaitu 83,4.
2. Pola konsumsi pangan masyarakat di 9 Kecamatan adalah cerminan dari pola konsumsi pangan keseluruhan penduduk Kabupaten Samosir. Secara umum, tingkat konsumsi energi penduduk Samosir telah terpenuhi sebesar 2109,8 kkal/kap/hr, dengan kontribusi kecukupan energi 100,5%, yang artinya penduduk Samosir tergolong tahan pangan. Dari segi kecukupan protein juga telah terpenuhi dan tergolong baik sebesar 64,5 gr/kap/hr. Akan tetapi pola konsumsi pangan penduduk masih belum beragam dan berimbang, cenderung mengkonsumsi bahan makanan yang sama setiap hari, hal ini ditandai dengan

skor pola pangan harapan yang masih rendah sebesar 83,4, sedangkan angka ideal yang diharapkan sebesar 94

3. Secara keseluruhan, penduduk Samosir masih tergantung pada konsumsi beras, masyarakat masih beranggapan belum kenyang sebelum makan nasi.
4. Konsumsi pangan lokal yang dianggap sebagai pangan alternatif pengganti beras masih sangat rendah.
5. Promosi dan kampanye pangan berbasis B2SA belum sepenuhnya sampai ke masyarakat.
6. Kebiasaan makan masyarakat masih dipengaruhi oleh budaya dan adat-istiadat.

## **6.2 SARAN**

1. Diperlukan kerjasama yang baik antara semua lintas sektoral dalam menangani masalah pangan baik di tingkat Kecamatan maupun di tingkat Desa.
2. Sosialisasi dan promosi pangan beragam, bergizi, seimbang dan aman harus tetap dilakukan secara berkelanjutan dan berjenjang di kalangan masyarakat, terutama dikalangan anak usia dini dan anak sekolah/pelajar.
3. Kegiatan yang berupa pengembangan percepatan penganekaragaman pangan lokal serta pengembangan pangan alternatif perlu terus digalakkan sehingga masyarakat dapat menerapkan cara mengkonsumsi pangan yang beragam, bergizi dan seimbang serta aman dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga perlahan ketergantungan masyarakat terhadap pangan jenis padi-padian (beras dan terigu) dapat berkurang.

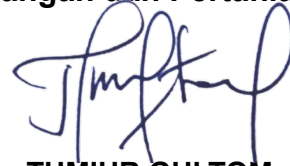
## **BAB. VII**

### **PENUTUP**

Demikian laporan kegiatan survey pola pangan di Kabupaten Samsir Tahun 2023 ini telah dilaksanakan dan berjalan dengan baik. Semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan, khususnya aparat yang menangani ketahanan pangan. Kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan ini diucapkan terima kasih.

**Pangururan, Desember 2023**

**Plt. Kepala Dinas Ketahanan  
Pangan dan Pertanian,**



**Dr. TUMIUR GULTOM, S.P.,M.P  
PEMBINA (VI.a)  
NIP.196807162005012001**



## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Ketahanan Pangan, Kementerian Pertanian. RI. Petunjuk Teknis Kegiatan Pengembangan Pangan Pokok Lokal. 2017
- Pusat Pengembangan Konsumsi Pangan Menuju Konsumsi Pangan Beragam, Bergizi dan Berimbang 2017 Berdasarkan Rekomendasi WKNPG XI Tahun 2013. Pusat Pengembangan Konsumsi Pangan, Badan Ketahanan Pangan Kemtan RI. Jakarta.
- Pusat Pengembangan Konsumsi Pangan. 2005. Petunjuk Praktis Pelaksanaan Pemantauan Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga. Pusat Pengembangan Konsumsi Pangan, Badan Ketahanan Pangan Deptan RI. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Rumusan Rekomendasi WNPG XI, 2017.
- BKP Provinsi Sumatera Utara. 2007. Brosur Bahan Penukar Konsumsi Pangan Beragam, bergizi dan berimbang. BKP Provinsi Sumatera Utara. Medan.
- BPS PSU. 2017. Sumatera Utara dalam Angka 2017. BPS PSU. Medan.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. 2006. Pedoman Rencana Aksi Nasional Pencegahan dan Penanggulangan Gizi Buruk Tahun 2006 – 2010. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara.
- Dinas Pertanian PSU. 2017. Rencana Kebijakan dan Program Peningkatan Ketahanan Pangan Sub Sektor Tanaman Pangan dan Hortikultura. Dinas Hortikultura dan Tanaman Pangan Provinsi Sumatera Utara. Medan.
- .Teguh Jati Prasetyo, Hardiansyah dan Tiurma Sinaga, 2013. Konsumsi Pangan dan Gizi Serta Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Pada Anak Usia 2- 6 Tahun di Indonesia. Jurnal Gizi dan Pangan , November 2013.ISSN 1978-1059

# LAMPIRAN



**KEGIATAN SOSIALISASI SURVEY POLA PANGAN HARAPAN  
TAHUN 2022 DI DINAS KETAHANAN PANGAN DAN PERTANIAN  
KABUPATEN SAMOSIR**





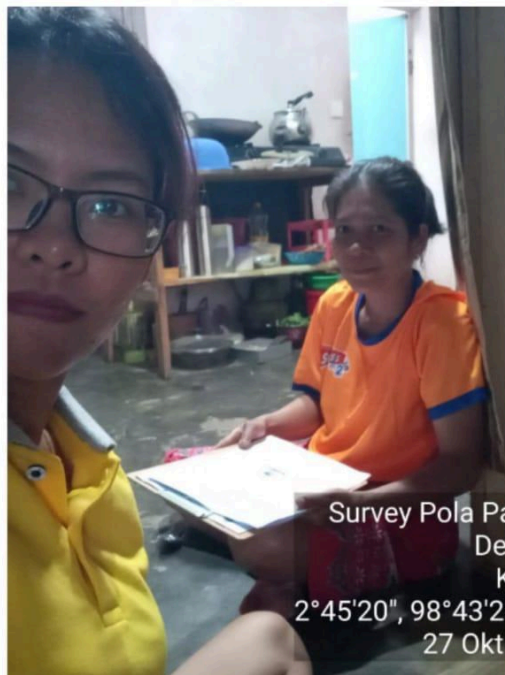


Pelatihan Aparat dalam Penyusunan Konsumsi Pangan berba



Pelatihan Aparat dalam Penyusunan Konsumsi Pangan berba

**SURVEY POLA PANGAN HARAPAN DI KECAMATAN SIMANINDO**





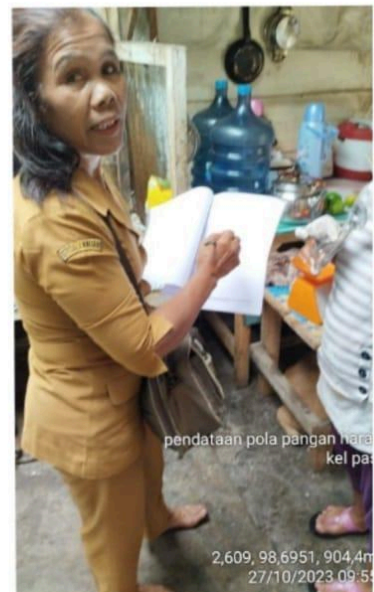
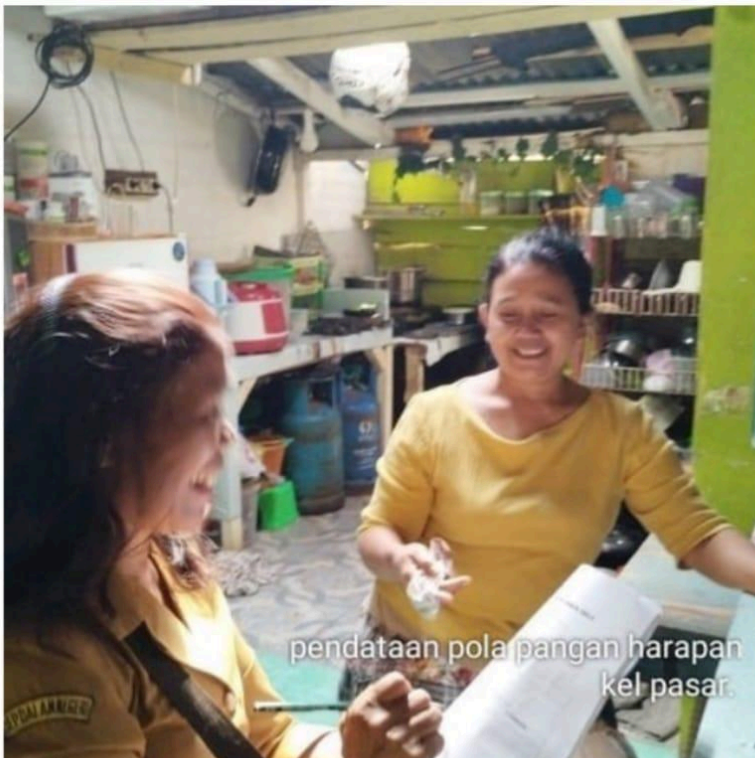




**SURVEY POLA PANGAN HARAPAN DI KECAMATAN SIANJUR MULAMULA**



**SURVEY POLA PANGAN HARAPAN DI KECAMATAN PANGURURAN**













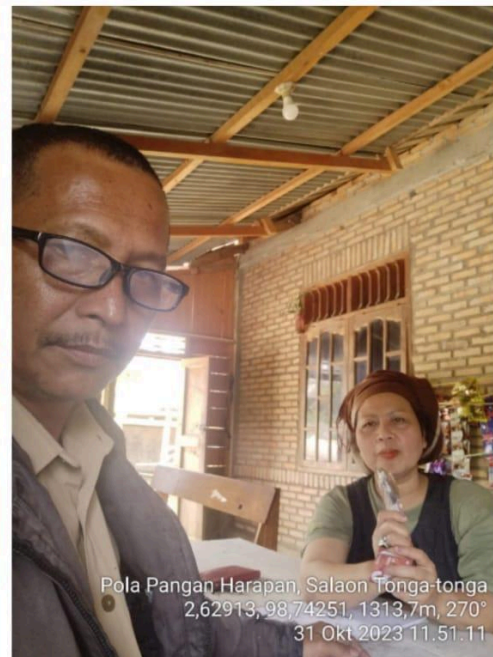
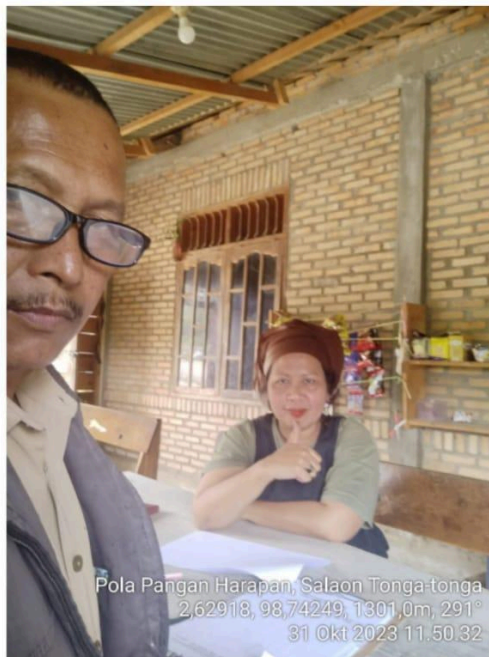
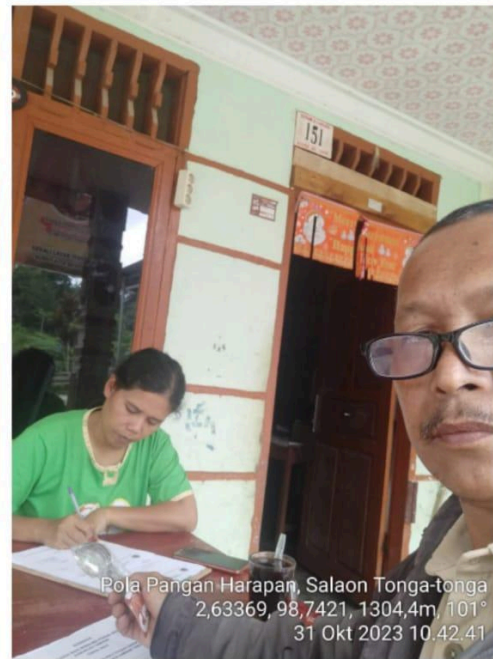
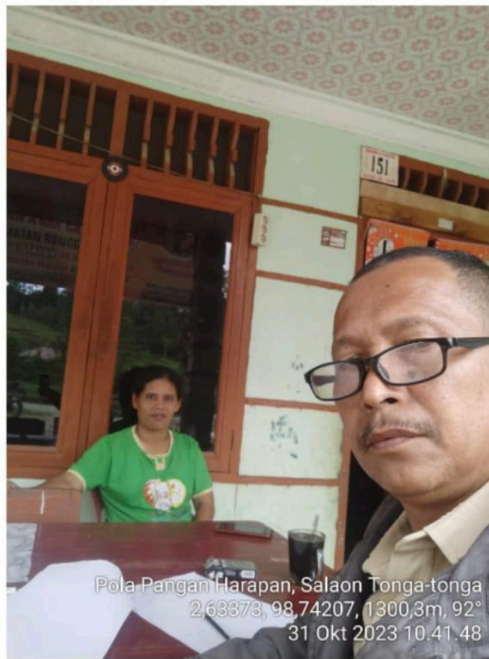
**SURVEY POLA PANGAN HARAPAN DI KECAMATAN RONGGURNIHUTA**













**SURVEY POLA PANGAN HARAPAN DI KECAMATAN PALIPI**



**SURVEY POLA PANGAN HARAPAN DI KECAMATAN HARIAN**

