



Analisis Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga dan Dampaknya terhadap Ketahanan Pangan di Daerah Rawan Kekeringan

Henny Puspita Sari¹², dan Fefriyanti DS^{3*}

¹ Program Studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Ekasakti, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

² Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia Daerah Sumatera Barat, Indonesia

³ Program Studi Teknologi Produksi Tanaman Perkebunan, Politeknik Pertanian Negeri, Payakumbuh, Lima Puluh Kota, Indonesia.

*Corresponding Author: fefriyantids@gmail.com

Riwayat Artikel

Diterima: 28/01/2025

Direvisi: 07/02/2025

Diterbitkan: 18/02/2025

Kata Kunci: Pola Konsumsi Pangan, Ketahanan Pangan, Kerawanan Pangan, Diversifikasi Pangan, Wilayah Rawan Kekeringan.

Keywords: Food consumption patterns, food security, food insecurity, food diversification, drought-prone areas.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola konsumsi pangan rumah tangga dan implikasinya terhadap ketahanan pangan di wilayah rawan kekeringan. Penelitian ini dilakukan di Nagari Padang Toboh Ulakan, Kecamatan Ulakan Tapakih, Kabupaten Padang Pariaman, Sumatera Barat. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif-analitik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola konsumsi pangan rumah tangga masih didominasi oleh beras, dengan konsumsi sayuran, buah-buahan, dan protein hewani yang rendah. Hal ini menyebabkan kerawanan pangan, terutama pada rumah tangga berpenghasilan rendah. Uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola konsumsi pangan dan ketahanan pangan rumah tangga. Oleh karena itu, diversifikasi konsumsi pangan menjadi strategi penting untuk memperbaiki ketahanan pangan rumah tangga, khususnya bagi rumah tangga berpendapatan rendah di wilayah rawan kekeringan.

Abstract

This study aims to analyze household food consumption patterns and their implications on food security in drought-prone areas. The research was conducted in Nagari Padang Toboh Ulakan, Ulakan Tapakih Subdistrict, Padang Pariaman Regency, West Sumatra. A quantitative approach with a descriptive-analytic design was used. The results showed that household food consumption was dominated by rice, with low consumption of vegetables, fruits, and animal protein. This led to food insecurity, particularly in low-income households. The Chi-Square test revealed a significant relationship between food consumption patterns and household food security. Therefore, diversifying food consumption is an important strategy to improve household food security, especially for low-income households in drought-prone areas.

PENDAHULUAN

Ketahanan pangan merupakan kondisi di mana setiap individu memiliki akses fisik, sosial, dan ekonomi terhadap pangan yang cukup, aman, dan bergizi untuk memenuhi kebutuhan hidup sehat dan produktif (FAO, 1996). Ketahanan pangan memiliki empat dimensi utama, yaitu ketersediaan pangan, aksesibilitas pangan, stabilitas pasokan, dan pemanfaatan pangan (Barrett, 2010). Pola konsumsi pangan rumah tangga mencerminkan preferensi dan kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pendapatan, pendidikan, struktur keluarga, dan nilai budaya (Smith & Haddad, 2000). Diversifikasi

konsumsi pangan dianggap sebagai salah satu indikator penting ketahanan pangan, karena mampu menyediakan asupan gizi yang lebih seimbang dan mendukung kesehatan (Hoddinott & Yohannes, 2002).

Namun, pola konsumsi pangan di negara berkembang masih didominasi oleh sumber karbohidrat utama, seperti beras, jagung, dan ubi-ubian. Pola konsumsi ini cenderung rendah dalam konsumsi protein hewani dan sayuran sehingga meningkatkan risiko malnutrisi, seperti stunting dan defisiensi mikronutrien (Pinstrup-Andersen, 2009). Selain itu, transisi gizi sebagai hasil dari urbanisasi dan perubahan ekonomi telah mendorong konsumsi pangan olahan, yang dapat menurunkan kualitas konsumsi pangan rumah tangga (Popkin, 1994).

Meskipun banyak penelitian yang telah dilakukan terkait ketahanan pangan, terdapat kesenjangan dalam memahami hubungan antara pola konsumsi pangan rumah tangga dengan dimensi ketahanan pangan. Studi sebelumnya lebih banyak menitikberatkan pada produksi pangan dan distribusi sebagai determinan utama ketahanan pangan (Pingali, 2007). Namun, penelitian tentang bagaimana perubahan pola konsumsi pangan, terutama di rumah tangga pedesaan dan urban, memengaruhi ketahanan pangan masih terbatas.

Selain itu, akses terhadap pangan bergizi, seperti sayuran, buah-buahan, dan protein hewani, dipengaruhi oleh faktor geografis, sosial, dan ekonomi. Hubungan antara aksesibilitas ini dengan stabilitas dan keberlanjutan ketahanan pangan rumah tangga memerlukan kajian lebih lanjut (Barrett, 2010). Kesenjangan penelitian lainnya adalah pengaruh diversifikasi pola konsumsi terhadap keberlanjutan ketahanan pangan, khususnya dalam konteks keluarga berpenghasilan rendah.

Untuk meningkatkan ketahanan pangan rumah tangga, penting untuk memahami pola konsumsi pangan secara komprehensif. Menurut Maxwell dan Smith (1992), kebijakan pangan yang efektif harus berbasis pada analisis kebutuhan dan preferensi pangan di tingkat rumah tangga. Penelitian yang berfokus pada dinamika konsumsi pangan dapat membantu mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi ketahanan pangan secara mikro.

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis konsumsi pangan rumah tangga serta dampaknya terhadap dimensi ketahanan pangan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan yang lebih terfokus, seperti penguatan edukasi gizi dan peningkatan akses pangan bergizi (Pinstrup-Andersen, 2009). Dengan demikian, pendekatan berbasis konsumsi pangan dapat mendukung ketahanan pangan yang berkelanjutan di tingkat rumah tangga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif-analitik. Desain deskriptif digunakan untuk menggambarkan pola konsumsi pangan rumah tangga di wilayah yang rawan kekeringan, sementara desain analitik bertujuan untuk menganalisis hubungan antara berbagai variabel yang diteliti, seperti pola konsumsi pangan, kerawanan pangan, dan dampaknya terhadap ketahanan pangan. Berdasarkan Creswell (2014), desain deskriptif-analitik memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena yang diteliti melalui analisis data yang dikumpulkan dari subjek yang representatif.

Dalam penelitian ini, desain deskriptif-analitik digunakan untuk mengidentifikasi pola konsumsi pangan rumah tangga dan mengukur tingkat kerawanan pangan menggunakan instrumen yang telah terbukti valid, yaitu *Food Insecurity Experience Scale* (FIES). Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi ketahanan pangan, terutama dalam konteks daerah rawan kekeringan.

Penelitian ini dilaksanakan di Nagari Padang Toboh Ulakan, Kecamatan Ulakan

Tapakih, Kabupaten Padang Pariaman, Sumatera Barat. Pemilihan lokasi didasarkan pada kondisi geografis dan sosial ekonomi wilayah yang rawan kekeringan, yang berdampak langsung pada pola konsumsi pangan dan ketahanan pangan masyarakat. Gellner (2007) berpendapat bahwa ketahanan pangan di daerah yang sering mengalami kekeringan sangat dipengaruhi oleh kemampuan masyarakat dalam mengelola sumber daya alam dan kemampuan adaptasi terhadap perubahan iklim. Penelitian ini dilakukan selama enam bulan, antara Juni hingga Desember 2024, dengan tujuan untuk menganalisis dampak kekeringan terhadap pola konsumsi pangan selama periode tersebut. Durasi penelitian yang panjang memungkinkan pengumpulan data yang lebih akurat dan komprehensif mengenai perubahan pola konsumsi pangan akibat kekeringan.

Populasi penelitian terdiri dari kelompok masyarakat yang di Nagari Padang Toboh Ulakan, dengan beragam profesi, termasuk ibu rumah tangga, petani, peternak, dan perangkat nagari. Teknik purposive sampling digunakan untuk memilih sampel secara sengaja guna memastikan bahwa sampel yang dipilih mewakili kelompok yang relevan dengan topik penelitian. Menurut Sugiyono (2010), purposive sampling adalah teknik pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, seperti profesi, untuk memperoleh gambaran yang lebih representatif mengenai pola konsumsi pangan di kalangan masyarakat yang terpengaruh oleh kekeringan.

Instrumen penelitian meliputi kuesioner terstruktur, Food Insecurity Experience Scale (FIES), dan panduan wawancara mendalam. Kuesioner terstruktur berisi pertanyaan yang mengarah pada informasi tentang jenis pangan yang dikonsumsi, frekuensi konsumsi, serta sumber pangan yang diperoleh oleh rumah tangga. FIES digunakan untuk mengukur tingkat kerawanan pangan berdasarkan pengalaman individu dalam menghadapi ketahanan pangan, sesuai dengan pandangan Ballard et al. (2011), yang menyatakan bahwa FIES memberikan gambaran objektif mengenai tingkat kerawanan pangan di tingkat rumah tangga.

Panduan wawancara mendalam digunakan untuk menggali pandangan perangkat nagari mengenai kebijakan yang ada terkait ketahanan pangan. Wawancara ini bertujuan untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi ketahanan pangan dari perspektif pengambil kebijakan lokal.

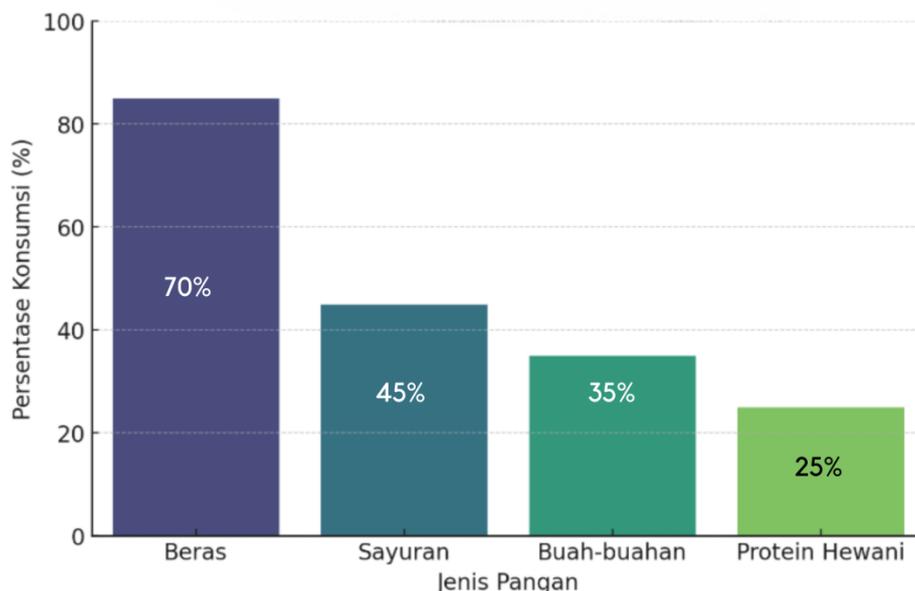
Pengumpulan data dilakukan melalui tiga metode utama: wawancara langsung, observasi lapangan, dan dokumentasi. Wawancara langsung dilakukan dengan ibu rumah tangga, petani, peternak, dan perangkat nagari untuk memperoleh informasi terkait pola konsumsi pangan dan strategi yang diterapkan dalam menghadapi kekeringan. Kothari (2004) mengemukakan bahwa wawancara merupakan teknik yang efektif untuk mengumpulkan data langsung dari sumbernya. Observasi lapangan dilakukan untuk memahami kondisi lingkungan, ketersediaan pangan, serta dampak kekeringan terhadap pertanian dan peternakan. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data yang diperoleh dari wawancara dan observasi lapangan, serta untuk memperoleh data sekunder dari laporan pemerintah daerah dan sumber literatur terkait.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis deskriptif, chi-square, dan analisis tematik. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan pola konsumsi pangan dan tingkat kerawanan pangan. Sekaran dan Bougie (2016) menjelaskan bahwa analisis deskriptif membantu memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data yang terkumpul. Analisis chi-square digunakan untuk menguji hubungan antara profesi responden dan tingkat kerawanan pangan. Teknik ini digunakan untuk menguji hipotesis mengenai hubungan signifikan antara variabel yang diteliti. Analisis tematik diterapkan untuk menganalisis data wawancara mendalam dengan perangkat nagari terkait kebijakan ketahanan pangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga

Berdasarkan hasil analisis deskriptif (Gambar 1), konsumsi pangan rumah tangga masih didominasi oleh beras sebagai sumber utama karbohidrat, dengan persentase mencapai 85%. Sementara itu, konsumsi sayuran dan buah-buahan masih tergolong rendah, masing-masing sebesar 45% dan 35%. Konsumsi protein hewani yang lebih rendah, yaitu hanya 25%, menunjukkan adanya ketimpangan dalam diversifikasi pola makan.



Gambar 1. Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga

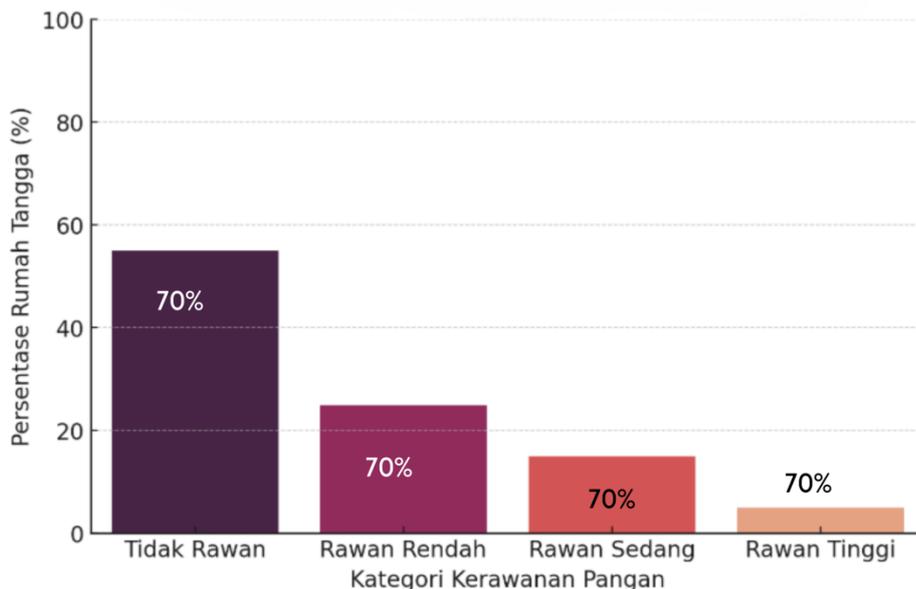
Ketergantungan terhadap beras yang tinggi dapat menyebabkan defisiensi zat gizi mikro, terutama pada rumah tangga dengan tingkat ketahanan pangan yang rendah. Penelitian sebelumnya oleh Pinstруп-Andersen (2009) menunjukkan bahwa konsumsi pangan yang kurang beragam dapat meningkatkan risiko defisiensi gizi dan stunting pada anak-anak. Selain itu, pola konsumsi yang monoton juga berdampak pada keseimbangan gizi dalam jangka panjang (FAO, 2013).

Dari segi ekonomi, rumah tangga dengan tingkat pendapatan lebih tinggi cenderung memiliki pola konsumsi yang lebih beragam dengan peningkatan konsumsi protein hewani. Sebaliknya, rumah tangga dengan keterbatasan ekonomi lebih bergantung pada pangan pokok dan mengurangi konsumsi protein serta sayuran dan buah-buahan. Fenomena ini juga dikonfirmasi dalam studi oleh Ruel et al. (2018), yang menyebutkan bahwa akses ekonomi berperan penting dalam menentukan pola konsumsi pangan keluarga.

Tingkat Kerawanan Pangan

Pengukuran menggunakan *Food Insecurity Experience Scale* (FIES) (Gambar 2) menunjukkan bahwa 55% rumah tangga tergolong tidak rawan pangan, sedangkan 45% lainnya mengalami tingkat kerawanan pangan dengan kategori yang berbeda: 25% rawan rendah, 15% rawan sedang, dan 5% rawan tinggi. Kondisi geografis dan musim kemarau yang panjang menjadi faktor utama dalam menurunkan produksi pertanian, yang berdampak pada keterbatasan akses terhadap pangan bergizi. Rumah tangga dengan tingkat ekonomi lebih rendah cenderung mengalami kerawanan pangan yang lebih tinggi karena akses mereka terhadap pangan sehat dan bergizi lebih terbatas. Studi oleh Barrett (2010) menunjukkan bahwa stabilitas ketahanan pangan sangat bergantung pada akses yang konsisten terhadap sumber pangan yang cukup dan bergizi.

Faktor lain yang mempengaruhi kerawanan pangan adalah perubahan harga pangan di pasar. Ketika harga pangan meningkat, rumah tangga dengan keterbatasan ekonomi sering kali harus mengurangi kualitas dan kuantitas pangan yang dikonsumsi. Penelitian oleh Smith *et al.*, (2019) menyebutkan bahwa volatilitas harga pangan memiliki dampak yang lebih signifikan pada kelompok masyarakat berpenghasilan rendah.



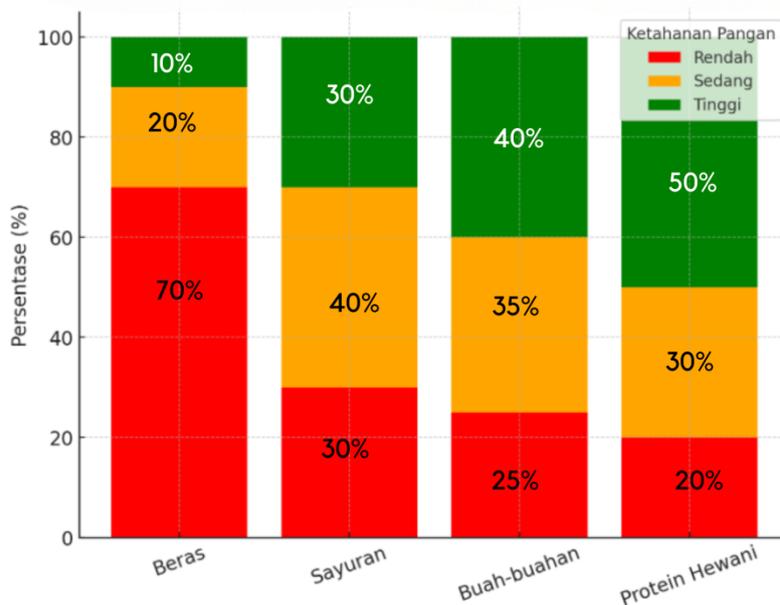
Gambar 2. Tingkat Kerawanan Pangan Berdasarkan FIES

Hubungan Signifikan antara Pola Konsumsi dan Ketahanan Pangan

Hasil uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola konsumsi pangan dengan tingkat ketahanan pangan rumah tangga, dengan nilai $\chi^2 = 31,67$ dan p-value = 0,00023. Mengingat bahwa p-value lebih kecil dari tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$, maka hipotesis nol yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi pangan dan ketahanan pangan rumah tangga dapat ditolak. Hal ini mengindikasikan bahwa pola konsumsi pangan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ketahanan pangan rumah tangga (Gambar 3). Oleh karena itu, faktor pola konsumsi pangan perlu menjadi perhatian utama dalam upaya meningkatkan ketahanan pangan, dengan memberikan edukasi dan pemahaman yang lebih baik tentang pola konsumsi yang sehat dan berkelanjutan.

Rumah tangga yang mengonsumsi lebih banyak protein hewani dan sayuran cenderung memiliki tingkat ketahanan pangan yang lebih baik. Sebaliknya, rumah tangga dengan pola konsumsi yang terbatas lebih rentan terhadap kerawanan pangan. Temuan ini sejalan dengan teori Hodinott & Yohannes (2002) yang menyatakan bahwa diversifikasi konsumsi pangan merupakan faktor penting dalam mendukung ketahanan pangan.

Dalam konteks kebijakan, hasil ini mengindikasikan pentingnya program diversifikasi pangan dan subsidi bagi rumah tangga berpenghasilan rendah untuk meningkatkan akses terhadap pangan bergizi. Studi oleh Fanzo *et al.*, (2020) menegaskan bahwa intervensi berbasis kebijakan yang bertujuan untuk meningkatkan keberagaman pangan dapat secara langsung meningkatkan ketahanan pangan dan status gizi rumah tangga.



Gambar 3. Hubungan Pola Konsumsi Pangan dengan Ketahanan Pangan

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola konsumsi pangan rumah tangga masih didominasi oleh beras, dengan konsumsi sayuran, buah-buahan, dan protein hewani yang masih rendah. Tingkat kerawanan pangan masih cukup tinggi, terutama pada kelompok masyarakat dengan tingkat ekonomi yang rendah. Hasil uji Chi-Square mengonfirmasi adanya hubungan signifikan antara pola konsumsi pangan dan ketahanan pangan rumah tangga. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan diversifikasi pangan menjadi strategi penting dalam memperbaiki ketahanan pangan rumah tangga.

REFERENSI

Barrett, C. B. (2010). Food Security and Food Assistance in the United States: A Report to the President’s Council of Economic Advisers. *American Journal of Agricultural Economics*, 92(2), 563-568.

Ballard, T. J., Kepple, A. W., & Cafiero, C. (2011). The Food Insecurity Experience Scale: Development of a Global Standard for Monitoring Hunger Worldwide. Food and Agriculture Organization of the United Nations.

Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications, Thousand Oaks, CA.

Fanzo, J., McLaren, R., & O’Neill, A. (2020). *Nourishing the Future: Transforming the Global Food System for Health and Sustainability*. Routledge, New York, NY.

FAO. (1996). *Rome Declaration on World Food Security and World Food Summit Plan of Action*. Food and Agriculture Organization of the United Nations, Rome.

FAO. (2013). *The State of Food Security and Nutrition in the World: Strengthening the Capacity of Rural Institutions to Improve Food Security*. Food and Agriculture Organization of the United Nations, Rome.

Gellner, D. J. (2007). Climate Change and Agricultural Vulnerability: Addressing the Impact of Climate Variability in Drought-Prone Areas. *Environmental Research Letters*, 2(4), 410-421.

Hoddinott, J., & Yohannes, Y. (2002). *Dietary Diversity as a Food Security Indicator*. Food and Nutrition Technical Assistance Project (FANTA), Academy for Educational Development, Washington, D.C.

- Kothari, C. R. (2004). *Research Methodology: Methods and Techniques*. New Age International, New Delhi.
- Maxwell, D., & Smith, M. (1992). Household Food Security: A Conceptual Review. *Food Security and Nutrition*, 12(3), 155-168.
- Pinstrup-Andersen, P. (2009). Food Security and Poverty: A Conceptual Framework. *World Development*, 37(5), 1076-1089.
- Popkin, B. M. (1994). The Nutrition Transition in Low-Income Countries: An Emerging Crisis. *Nutrition Reviews*, 52(9), 285-297.
- Pingali, P. L. (2007). Westernization of Asian Diets and the Transformation of Food Systems: Implications for Research and Policy. *Food Policy*, 32(3), 281-298.
- Ruel, M. T., Alderman, H., & Hidrobo, M. (2018). Nutrition-Sensitive Interventions and Programs: What Have We Learned and What Have We Needed to Know? *The Lancet*, 393(10169), 418-428.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research Methods for Business: A Skill-Building Approach*. Wiley, Hoboken, NJ.
- Smith, L. C., & Haddad, L. (2000). *Explaining Child Malnutrition in Developing Countries: A Cross-Country Analysis*. International Food Policy Research Institute, Washington, D.C.
- Smith, L. C., & Subandoro, A. (2019). Impact of Rising Food Prices on Household Food Security in Developing Countries. *Food Policy*, 83(4), 187-198.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Bandung.