

POLA KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT KECAMATAN TANIMBAR SELATAN (TANSEL) KABUPATEN MTB

LILY JORIS¹ DAN A.J. RIEUWPASSA²

1. Dosen Peternakan Fakultas Pertanian Universitas Pattimura,

2. Balai Pengkajian Teknologi pertanian Maluku

ABSTRAK

Kondisi terpenuhinya pangan bagi tiap orang maupun rumah tangga, tercermin dari tersedianya pangan yang cukup baik jumlah maupun mutunya, aman merata dan terjangkau. Salah satu indikator dari kualitas sumberdaya manusia yang dapat diukur adalah konsumsi energi dan protein. Penelitian ini dilaksanakan di Kecamatan Tanimbar Selatan Kabupaten Maluku Tenggara Barat Propinsi Maluku pada bulan agustus 2007. Populasi yang diteliti dalam penelitian ini sebanyak 15 rumah tangga, yang penentuannya dilakukan secara acak. Survei pada tingkat rumah tangga menggunakan metode *recall* 1x 24 jam, untuk memperoleh data tingkat konsumsi energi dan protein, frekuensi makan, keragaman jenis pangan yang dikonsumsi cara pengolahan dan penyiapan pangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola konsumsi pangan masyarakat di Kecamatan Tanimbar Selatan adalah pola pangan campuran, dengan rata-rata konsumsi energi sebesar 1731 kkal/kap/hr dan protein sebesar 43,86 gram/kap/hr masih berada dibawah target nasional yang ditetapkan, Skor berdasarkan sumbangan energi untuk tiap kelompok pangan diperoleh nilai sebesar 68,5 dari target nasional saat ini sebesar 79,1..

Kata Kunci : *Pola konsumsi pangan, Pola pangan campuran, energy, Protein*

PENDAHULUAN

Pangan merupakan kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi. Kondisi terpenuhinya pangan bagi tiap orang maupun rumah tangga, tercermin dari tersedianya pangan yang cukup baik jumlah maupun mutunya, aman merata dan terjangkau. Salah satu indikator dari kualitas sumberdaya manusia yang dapat diukur adalah konsumsi energi dan protein. Rata-rata jumlah energi maupun protein per kapita per hari terus berubah menjadi lebih lebih baik seiring dengan perbaikan tingkat pendapatan dan perhatian serta upaya yang dilakukan pemerintah

Rata-rata jumlah energi maupun protein per kapita per hari terus berubah menjadi lebih lebih baik seiring dengan perbaikan tingkat pendapatan dan perhatian serta upaya yang dilakukan pemerintah. Rata-rata konsumsi energi menurut WNPG 2005 sebesar 2000 Kkal/kap/hr, sementara yang telah terpenuhi adalah 1997 Kkal/kap/hr dan konsumsi protein 52 gram/kap/hr dan yang telah terpenuhi sebesar 55,3 gram/kap/hr.

UU no. 7/1996 tentang Pangan, pemerintah menetapkan dan menyelenggarakan kebijakan mutu pangan nasional dan penganeka ragaman pangan. Ini berarti bahwa, pemerintah membina, mendorong dan meningkatkan kegiatan penganekaragaman konsumsi pangan masyarakat serta pemantapan mutu pangan tradisional, disamping menyelenggarakan produksi dan penyediaan, perdagangan distribusi pangan sampai tingkat konsumen. Sesuai dengan rencana pemerintah dalam percepatan diversifikasi pangan tahun 2015 maka, sasaran mulai tahun 2007 adalah konsumsi beras turun 1 % per tahun dari (62,1%), konsumsi umbi-umbian naik 1 – 2 % per tahun dari (3,6%), konsumsi pangan hewani naik 2 % per tahun dari (7,0%) serta konsumsi sayuran dan buah naik 4,5 – 5 % per tahun dari (4,7%) (Nainggolan, 2007).

Tiap manusia maupun kelompok individu memiliki norma terhadap pangan yang biasa mereka konsumsi. Norma ini merupakan fungsi pengendali terhadap perilaku konsumsi dan konsep kebiasaan pangan. Dengan norma ini masyarakat memiliki semacam standar untuk menentukan secara etik jenis pangan yang baik dan tidak baik untuk dikonsumsi dipandang dari sudut budaya yang berlaku (Poesponegoro, dkk, 1990). Pola makan adalah gambaran tentang waktu dan frekuensi makan yang

berlaku berulang-ulang. Frekuensi makan 2 – 3 makan per hari. Pola konsumsi makan adalah jenis dan susunan pangan yang umum dikonsumsi penduduk setiap hari.

Propinsi Maluku merupakan salah satu dari tujuh propinsi kepulauan di Indonesia terdiri atas pulau-pulau kecil dan sedang yang dibatasi oleh laut. Kabupaten Maluku Tenggara Barat merupakan satu dari delapan kabupaten di Maluku dan kecamatan Tanimbar Selatan merupakan satu dari 17 kecamatan di Kabupaten Maluku Tenggara Barat. Kondisi antar pulau yang beragam sangat berpengaruh terhadap pola konsumsi dan kebiasaan pangan masyarakat. Jumlah macam makanan dan jenis serta banyaknya bahan makanan dalam pola pangan di satu daerah biasanya berkembang dari pangan setempat yang ditanam dan kelangkaan pangan serta kebiasaan kerja dari keluarga (Suharjo,dkk 1989). Pola pangan masyarakat di 32 propinsi di Indonesia pada dasarnya terdiri dari pangan pokok beras, jagung dan umbian. Propinsi Maluku sendiri berpola beras, sagu dan ubi kayu.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pola konsumsi pangan masyarakat di kecamatan Tanimbar Selatan. Kegunaan penelitian ini sebagai informasi bagi perencanaan pembangunan terutama di bidang pangan dan pertanian di Maluku Khususnya Maluku Tenggara Barat, dan informasi tentang keragaman pangan masyarakat, sebagai salah satu kekayaan budaya di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Kecamatan Tanimbar Selatan Kabupaten Maluku Tenggara Barat Propinsi Maluku pada bulan agustus 2007. Populasi yang diteliti dalam penelitian ini sebanyak 15 rumah tangga, yang penentuannya dilakukan secara acak. Survei pada tingkat rumah tangga menggunakan metode *recall* 1x 24 jam, untuk memperoleh data tingkat konsumsi energi dan protein, frekuensi makan, keragaman jenis pangan yang dikonsumsi cara pengolahan dan penyiapan pangan. Untuk menghitung konsumsi energi dan protein digunakan rumus :

$$\text{KG}_{ij} = (B_j/100) \times G_{ij} \times (BDD_j/100)$$

Dimana :

- KG_{ij} = Kandungan zat gizi i dari bahan j .
- I = Energi dan protein
- B_j = Berat bahan makanan (gram)
- G_{ij} = Zat gizi i dari bahan j
- BDD_j = Bagian dari satu bahan yang dapat dikonsumsi (j)

Data yang dikumpulkan dianalisis menggunakan metode diskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsumsi energi dan protein

Hasil analisa data *recall* konsumsi pangan selama 24 jam, diperoleh data konsumsi energi dan protein yang dapat dilihat pada Tabel 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, rata-rata konsumsi energi masyarakat di Kecamatan Tanimbar Selatan sebesar 1.731 kkal, ini berarti masih berada dibawah anjuran yang ditetapkan pemerintah sebesar 2.000 kkal/kap/hr atau realisasi konsumsi sebesar 1997 kkal/kap/hr. Meskipun demikian jika dihitung berdasarkan klasifikasi tingkat kecukupan energi ditemui hasil sebagai berikut : konsumsi energi secara keseluruhan sebesar 87 % termasuk kategori cukup sedangkan perhitungan berdasarkan rumah tangga ada 40 % katagori baik, 27 % kategori cukup dan kurang dan masih ada 1% kategori buruk. Hal ini terlihat dari konsumsi jenis bahan pangan pokok yang ada, bagi keluarga yang memiliki pola konsumsi pangan pokok campuran beras dan umbi-umbian maupun pisang dan jagung memiliki konsumsi energi yang baik, baik keluarga dengan hasil konsumsi energi buruk hanya mengkonsumsi beras sebagai pangan pokok. Suatu bahan pangan dapat disebut sebagai pangan pokok jika

dikonsumsi oleh lebih dari separuh jumlah penduduk dan dikonsumsi terus menerus. Suharjo (1989) menyatakan bahwa, jumlah macam makanan dan jenis serta banyaknya bahan makanan dalam pola pangan di satu daerah biasanya berkembang dari pangan setempat untuk jangka waktu lama juga adanya kelangkaan pangan dan kebiasaan kerja dari keluarga. Pada saat pengumpulan data di daerah penelitian merupakan musim pengolahan lahan dan penanaman ini bisa saja berarti musim paceklik, dimana bahan pangan yang dipanen dan disimpan untuk dikonsumsi sudah mulai berkurang dan penduduk biasanya membeli dan mengonsumsi beras, sementara bagi penduduk yang juga menanam padi ladang kelangkaan pangan bukan masalah.

Tabel 1. Rata-rata Konsumsi Energi dan Protein/kpt/hr

No	Konsumsi Energi (k kal)	Konsumsi Protein (gm)
1.	1.685	61,01
2.	2.354	61,29
3.	2.055	34,97
4.	1.669	45,38
5.	1.598	39,44
6.	1.846	37,85
7.	1.852	45,13
8.	1.595	29,32
9.	1.795	54,92
10.	1.465	30,10
11.	1.878	54,22
12.	1.078	41,52
13.	1.452	36,40
14.	2047	35,19
15.	1.616	51,12
Total	25.965	657,86
Rata-rata	1.731	43,86

Konsumsi protein sebesar rata-rata 43, 86 gram/kap/hr juga masih lebih rendah dari yang dianjurkan sebesar 52 gr/kap/hr. Jika dihitung berdasarkan klasifikasi tingkat kecukupan protein ditemui hasil sebagai berikut : konsumsi protein secara keseluruhan sebesar 82 % tergolong kategori cukup, sedangkan perhitungan berdasarkan rumah tangga terdapat 33 % katagori baik, 13 % kategori cukup, 21% kurang dan masih ada 5% kategori buruk. Hal ini disebabkan karena pada saat pengambilan data berlangsung musim pancaroba sehingga masyarakat yang adalah nelayan tidak dapat melaut.

Frekuensi Makan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi makan penduduk adalah 2 3 kali per hari, dimana 60% rumah tangga makan 3X per hari dan 40 % sebanyak 2 X per hari. Frekuensi makan berkembang mengikuti pola kerja tani, kelangkaan pangan dan bahan bakar. Frekuensi makan berpengaruh terhadap masukan zat gizi yang dibutuhkan tubuh.

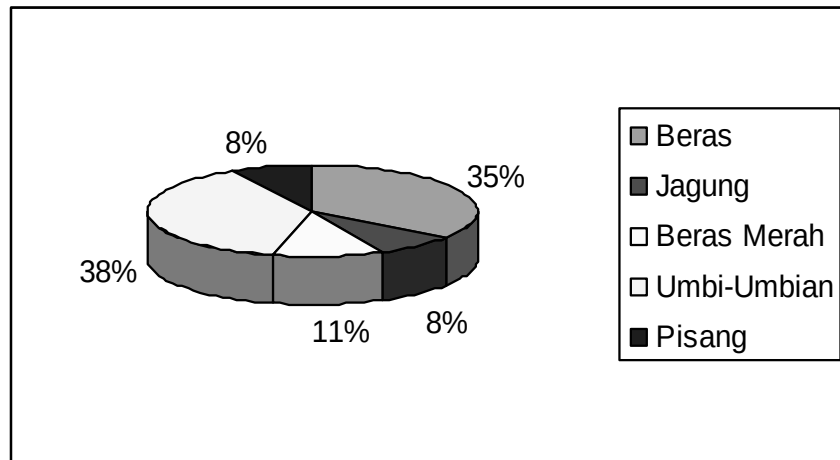
Jenis Bahan Pangan yang Dikonsumsi dan Bentuk Pengolahan

Jenis bahan pangan yang dikonsumsi dan bentuk-bentuk pengolahan pangan penduduk yang dikonsumsi dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Jenis Bahan yang Dikonsumsi dan Bentuk Penggola

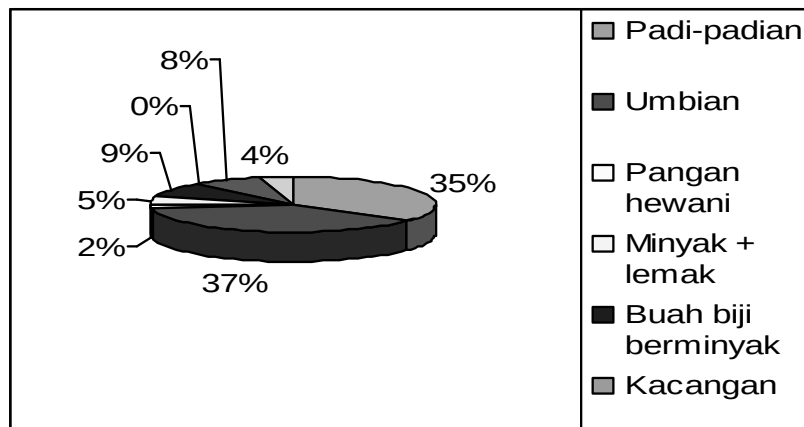
No.	Jenis Pangan	Persentase yang Mengonsumsi	Hasil Olahan
Pokok :			
1.	Beras Putih	73	Nasi/Bubur
2.	Beras Merah	20	Nasi/Bubur
3.	Jagung	20	Nasi Jagung
4.	Singkong	20	Rebus + Santan, Goreng
5.	Ubi	13	Rebus
6.	Petatas	13	Rebus, Goreng
7.	Pisang	20	Rebus + Santan, Goreng
8.	Keladi Pijit	27	Rebus + Santan
9.	Kembili	13	Rebus
Kacang-kacangan :			
1.	Kacang Ijo	7	Nasi Beras Merah + Santan
Saur-sayuran :			
1.	Daun Kasbi	20	Tumis, Santan
2.	Sawi/Kol	13	Tumis
3.	Kangkung	20	Tumis
4.	Labu	13	Bubur Labu
5.	Kacang Panjang	13	Tumis
Protein :			
1.	Ikan Laut	27	Goreng, Kuah
2.	Ikan Asin	13	Tumis
3.	Dendeng	7	Tumis
4.	Tahu	7	Tumis

Hasil Pengamatan menunjukan bahwa pola konsumsi pangan pokok masyarakat adalah pola pangan pokok campuran yang terdiri atas beras 33 %, jagung 9 %, beras merah 9 %, umbi-umbian 40 % dan pisang 9 % (Gambar 1)



Gambar 1. Pola Konsumsi Pangan Pokok Masyarakat Kec.Tansel

Berdasarkan pendekatan PPH diketahui bahwa skor mutu yang dicapai sebesar 68,5 lebih rendah dari target nasional yaitu sebesar 79,1. Kelompok pangan penyumbang energi terbesar adalah umbi-umbian (38%) diikuti padi-padian (36%), dan yang sedikit dikonsumsi adalah kacang-kacangan (0,04%) dan pangan hewani (2%). Kelompok pangan lain seperti sayur dan buah menyumbang 8 %, Minyak dan lemak 4 % dan buah biji berminyak 8% dan gula 4%. Dilihat dari kontribusi setiap kelompok pangan ini maka diperlukan adanya upaya peningkatan pada hampir semua kelompok pangan yang menyumbang terhadap kebutuhan gizi masyarakat sekaligus peningkatan sumberdaya manusia. Suharjo (1995) menyatakan bahwa, dengan membandingkan antara kenyataan (konsumsi) dengan harapan (target PPH) maka dapat dianalisis bahan makan mana yang perlu ditingkatkan ataupun dikurangi atau dipertahankan untuk mewujudkan konsumsi ideal sesuai target PPH. Diagram kontribusi energi dari berbagai kelompok pangan dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pola Pangan Harapan

KESIMPULAN

- Pola konsumsi pangan masyarakat di Kecamatan Tanimbar Selatan adalah pola pangan campuran dengan frekuensi makan 2-3x per hari
- Rata-rata konsumsi energi sebesar 1731 kkal/kap/hr dan protein sebesar 43,86 gram/kap/hr masih berada dibawah target nasional yang ditetapkan.
- Berdasarkan pola pangan harapan masih diperlukan upaya untuk meningkatkan berbagai kelompok pangan yang menyumbang terhadap pemenuhan kecukupan berbagai zat gizi yang dibutuhkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Nainggolan, K., 2007. *Executiv Summury*. Dialog Publik Percepatan Diversifikasi Pangan. Kerjasama Badan Ketahanan Pangan Dep-Tan dengan Badan Informasi Publik Kementrian Infokom. Ambon
- Poesponegoro, M., D. R. Permana, V. Julita, D. Iskandar, M. Mumpuni dan B. Salipi. 1990. Laporan Penelitian Kebiasaan Makan, Buku VIII. LIPI, Jakarta.
- Suharjo, Hardinsyah dan H. Riyadi., 1989. Survei konsumsi Pangan. PAU-IPB. Bogor.
- Suharjo, 1995. Pedomam Penyusun Pola Pangan Harapan (PPH) Deptan. Jakarta.