

**ANALISIS TINGKAT KECUKUPAN PANGAN DAN GIZI NABATI RUMAH TANGGA  
DI KECAMATAN KAYU ARO BARAT KABUPATEN KERINCI  
(Analysis of The Adequacy of Food and Nutrition Plant Household  
In west Kayu Aro District, Kerinci regency)**

Widiya Gustiyana<sup>1</sup>, Suandi<sup>2</sup> dan Fendria Sativa<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Alumni Jurusan Agribisnis Fakultas Pertanian Universitas Jambi

<sup>2</sup> Staf Pengajar Jurusan Agribisnis Fakultas Pertanian Universitas Jambi

Email : [widiyagustiyana1993@gmail.com](mailto:widiyagustiyana1993@gmail.com)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui tingkat kecukupan konsumsi energi pangan dan gizi nabati rumah tangga serta (2) faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi energi pangan dan gizi nabati rumah tangga di Kecamatan Kayu Aro Barat Kabupaten Kerinci. Desain penelitian adalah *cross sectional*, dengan metode *purposive sampling* dengan responden sebanyak 90 ibu rumah tangga dan data yang digunakan meliputi data primer dan sekunder. Analisis data yang digunakan adalah analisis deskripsi dan inferensial. Metode yang digunakan yaitu metode survey dengan wawancara secara langsung menggunakan metode *recall 24 jam*, *food frequency* yang dilakukan dalam tiga kali perhitungan serta pengisian kuisioner yang telah dipersiapkan dan kemudian dianalisis menggunakan uji *regresi linear* berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi energi pangan nabati rumah tangga yang sering dikonsumsi terdiri dari kelompok padi-padian berupa beras yang dikonsumsi 3 kali sehari dan sayuran berupa kol, buncis, daun singkong, labu siam dan bayam yang dikonsumsi 1 kali sehari. Tingkat kecukupan konsumsi energi rumah tangga sudah melebihi standar yang dianjurkan oleh Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 75 tahun 2013 ( 2150 kilokalori/kapital/hari) yaitu sebesar 2530,7 kilokalori/kapital/hari. Tingkat kecukupan konsumsi energi nabati rumah tangga sudah melebihi standar yang ditetapkan oleh PPH nasional tahun 2020 (1600 kilokalori/kapital/hari) yaitu sebesar 2066,17 kilo kalori/kapital/hari dan gizi nabati rumah tangga di daerah penelitian sudah tercukupi. Variabel yang berhubungan dengan tingkat konsumsi pangan nabati adalah pendapatan, pendidikan, jumlah anggota keluarga dan kebiasaan makan pangan nabati ( $p<0,05$ ). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat konsumsi pangan nabati secara signifikan adalah pendapatan, jumlah anggota keluarga dan kebiasaan makan pangan nabati.

Kata kunci: pangan nabati, pola konsumsi, energi

**ABSTRACT**

This research aims (1) to know the energy consumption of food and nutrition plant household and (2) to know the factors that influence the energy consumption of food and nutrition plant household in west Kayu Aro district, Kerinci regency. This research design is cross sectional, with purposive sampling method. The number of respondent taken was 90 housewives and file used include primary and secondary. Analysis of the file used is descriptive analysis and inferential. The methode used is survey method with interviews directly using 24 hour recall, food frequency. Conducted in three times the calculations and filling out the questionnaire that has been prepared and then analyzed using multiple linear regression test. The result showed that the energy consumption of plant foods commonly consumed household consists of a group of grains of rice consumed 3 times a day and vegetable such as cabbage, beans, cassava leaver, squash and spinach consumed 1 a day. The adequacy of household energy consumption already exceeds the standard recommended by the ministry of health of the Republic of Indonesia number 75 of 2013 (2150 calorie/capital/day) in the amount of 2530,7 calorie/capital/day/ the adequacy of plant based energy consumption of households already exceeds the standards set by the national PPH year 2020 (1600 calorie/capital/day) in the amount of 2066,17 calorie/capital/day and nutrition plant of households in the study area have been fulfilled variables helated with plant food consumption levels are income, education, number of family members and habit food plant ( $p<0,05$ ). Factors that influence the level of the plant food consumption significantly is income, number of family members and habit food plant.

Keyword: plant food, the consumption, energy

## PENDAHULUAN

Pangan merupakan kebutuhan dasar yang paling esensial bagi manusia untuk mempertahankan hidup dan kehidupan. Pangan yang dikonsumsi merupakan sumber zat gizi (karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air) yang sangat dibutuhkan oleh tubuh demi mencapai kesehatan dan kesejahteraan sepanjang hidupnya. Dalam siklus kehidupannya manusia mulai dari janin dalam kandungan, bayi, balita, anak, remaja, dewasa maupun lanjut usia selalu membutuhkan makanan yang sesuai dengan syarat gizi untuk mempertahankan hidup, tumbuh dan berkembang serta mencapai prestasi kerja. Bahan pangan dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu bahan pangan asal tumbuhan (nabati) dan bahan pangan asal hewan (hewani). Bahan pangan nabati adalah bahan-bahan makanan yang berasal dari tanaman (bisa berupa akar, batang, dahan, daun, bunga, buah atau beberapa bagian dari tanaman bahkan keseluruhannya) atau bahan makanan yang diolah dari bahan dasar dari tanaman. Seperti halnya, sayur-sayuran, buah-buahan, kacang-kacangan, biji-bijian dan umbi-umbian. Sedangkan bahan pangan hewani berupa bahan makanan yang berasal dari hewan atau produk-produk yang diolah dengan menggunakan bahan dasar asal hewan (Febriansyah, 2004). Bahan pangan nabati memiliki peran penting dalam konsumsi manusia sehari-hari dibandingkan dengan bahan pangan hewani. Hal tersebut dikarenakan bahan pangan nabati secara garis besar adalah sumber serat, vitamin, dan mineral yang cukup baik bagi tubuh dan kesehatan manusia, sehingga pangan nabati memiliki pengaruh yang besar dalam pola konsumsi.

Penilaian status gizi dan tingkat konsumsi pangan nabati berdasarkan pada pola konsumsi suatu rumah tangga dalam satu kali dua puluh empat jam. Dalam konsumsi rumah tangga tidak terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhi seperti, 1.) Pendapatan rumah tangga, yang akan berkaitan dengan daya beli konsumen terhadap suatu barang yang dapat meningkatkan konsumsi dan status gizi. 2.) Pendidikan ibu rumah tangga, yang akan berkaitan dengan pengetahuan ibu rumah tangga dalam mengolah makanannya. 3.) Jumlah keluarga, cenderung memberikan pengaruh pola konsumsi dari segi selera atau kesukaan terhadap suatu makanan dan juga banyaknya anggota keluarga dalam suatu rumah tangga akan mempengaruhi kecukupan konsumsi akan bahan pangan dan 4.) Kebiasaan makan, yang mana kebiasaan makan seseorang akan membentuk pola konsumsi seseorang secara terus menerus.

Kabupaten Kerinci merupakan Kabupaten yang banyak menghasilkan pangan nabati. Untuk sayuran menghasilkan sebanyak 172.422 ton dengan jenis sayur-sayuran seperti bawang merah, cabe, kentang, kubis, wortel, petsai dan lainnya. Untuk produksi buah-buahan sebanyak 12.405 ton dengan jenis buah-buahan seperti mangga, durian, jeruk, pisang, pepaya, nanas dan lainnya. Untuk produksi kacang-kacangan hanya terdapat dua jenis kacang yang terdaftar dalam data statistik yaitu kacang tanah dengan produksi sebanyak 437 ton dan kacang hijau sebanyak 0 ton. Dan untuk produksi umbi-umbian yaitu untuk ubi kayu sebanyak 5.624 ton dan ubi jalar sebanyak 61.903 ton. Ketersediaan pangan nabati di Kabupaten Kerinci dapat dikatakan sudah tercukupi jika dibandingkan dengan 8 Kabupaten lainnya. Daerah sumber penghasil pangan nabati di Kabupaten Kerinci adalah Kecamatan Kayu Aro Barat yang terdiri dari 17 desa dengan jumlah penduduk sebanyak 18.473 jiwa dan jumlah rumah tangga sebanyak 5.992 serta rata-rata anggota rumah tangga sebanyak 3,08. (Badan Pusat Statistik, 2014). Rumah tangga di Kecamatan Kayu Aro Barat merupakan rumah tangga yang memiliki potensi besar untuk mencukupi kebutuhan pangan nabati karena banyaknya pertanian dan besarnya produksi pangan nabati di daerah tersebut dengan demikian maka seharusnya rumah tangga di Kecamatan Kayu Aro Barat dapat memperoleh pangan nabati berkualitas dan bergizi dan dengan mudah dapat memenuhi kebutuhan serat bagi tubuh setiap harinya serta energi dan protein yang tinggi dengan begitu rumah tangga di Kecamatan Kayu Aro Barat diharapkan dapat memenuhi jumlah energi dan protein yang telah dianjurkan.

Tujuan penelitian : (1) untuk mengetahui tingkat kecukupan konsumsi energi pangan dan gizi nabati rumah tangga di Kecamatan Kayu Aro Barat Kabupaten Kerinci. (2) untuk mengetahui faktor-faktor apa yang mempengaruhi tingkat konsumsi energi pangan dan gizi nabati rumah tangga di Kecamatan Kayu Aro Barat Kabupaten Kerinci.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional study*. Pemilihan lokasi dilakukan secara *purposive* yaitu di Desa Sako Dua dan Desa Kebun Baru, yang dapat mewakili daerah Kecamatan Kayu Aro Barat dengan pertimbangan bahwa rata-rata semua desa memiliki penduduk yang bekerja di pertanian pangan nabati. Penelitian dilakukan dari bulan 28 Oktober sampai dengan 28 November 2015. Penarikan responden menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria meliputi 1) responden sudah menikah, 2) responden berusia 30-60 tahun, 3) responden bersedia diwawancara dengan memberikan jawaban dan keterangan yang jelas dan benar. Pengambilan responden diambil dari dua desa di Kecamatan Kayu Aro Barat sehingga didapatkan total jumlah responden sebanyak 90 ibu rumah tangga. Data yang digunakan adalah data primer meliputi data karakteristik responden, karakteristik rumah tangga, pengetahuan gizi ibu, pendapatan rumah tangga, pengeluaran rumah tangga dan kebiasaan pangan nabati yang diperoleh melalui wawancara terhadap ibu rumah tangga. Konsumsi pangan nabati dan kelompok pangan lainnya menggunakan catatan *recall* 24 jam dan untuk mengetahui frekuensi makan, jenis pangan dan jumlah menggunakan kuesioner *food frequency*. Data sekunder meliputi kondisi umum wilayah seperti jumlah desa, jumlah penduduk dan jumlah sarana dan prasarana.

Uji statistik yang digunakan meliputi analisis deskriptif dan inferensia. Statistik deskriptif disajikan dengan jumlah, nilai rata-rata, standar deviasi, minimum dan maksimum. Statistik inferensia dilakukan dengan uji regresi linear berganda untuk mengetahui faktor-faktor yang berpengaruh pada tingkat konsumsi pangan dan gizi nabati rumah tangga. Pengetahuan gizi ibu dikategorikan menjadi kurang (<60%), sedang (60-80%), dan baik (>80%) (Khomsan 2000). Frekuensi konsumsi pangan nabati seperti umbi-umbian, biji-bijian, kacang-kacangan, sayur-sayuran dan buah-buahan dikategorikan menjadi jarang ( $\leq 1$  kali/hari), kadang-kadang ( $1 < x < 2$  kali/hari), dan sering ( $\geq 2$  kali/hari) (Almatsier 2009).

Dalam pengambilan sample menggunakan rumus Taro Yamane yang dikenal dengan metode slovin rumus dari Taro Yamane atau Slovin (Riduwan, 2007) yang dirumuskan sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{Nd^2 + 1}$$

Dimana :

n = jumlah sampel.

N = jumlah seluruh populasi rumah tangga (KK).

Desa Sako Dua + Desa Kebun Baru = 885 KK

d<sup>2</sup> = Presisi (ditetapkan 10%).

Berdasarkan rumus di atas diperoleh jumlah sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{885}{885 \times (0,1)^2 + 1} = 89,84 = 90$$

Dari jumlah sampel 90 tersebut maka ditentukan jumlah masing-masing sampel menurut Desa secara proposional dengan rumus :

$$ni = \frac{Ni \times n}{N}$$

Dimana :

ni = jumlah sampel menurut stratum.

n = jumlah sampel seluruh.

Ni = jumlah populasi menurut stratum.

N = jumlah populasi seluruhnya.

Dari rumus diatas, maka di peroleh jumlah sampel masing-masing Desa yang ditetapkan secara sengaja (purposive) yaitu :

Tabel 1. Jumlah Sampel Di Kecamatan Kayu Aro Barat Tahun 2015

Kecamatan	Desa	Jumlah Rumah Tangga	Jumlah Sampel Rumah tangga
Kayu Aro Barat	Sako Dua	463	47
	Kebun Baru	422	43
<b>Total</b>			<b>90</b>

Jumlah sampel yang terpilih di daerah penelitian menjadi responden yang pola konsumsinya dihitung dengan menggunakan *recall* 24 jam. Prinsip dari metode food recall 24 jam adalah mencatat jumlah dan jenis bahan makanan yang dikonsumsi pada periode 24 jam yang lalu. Hal penting yang perlu diketahui dalam food recall 24 jam adalah data yang diperoleh cenderung lebih kualitatif. Oleh karena itu, untuk mendapatkan data kuantitatif maka jumlah konsumsi makanan individu ditanyakan secara teliti dengan menggunakan alat rumah tangga (sendok, gelas, piring dan lain-lain) atau ukuran lainnya yang biasa digunakan sehari-hari (Supriasa, dkk, 2002).

Menurut Supriasa (2002) langkah-langkah pelaksanaan food recall 24 jam ialah : (1) Petugas atau pewawancara menanyakan kembali dan mencatat semua makanan dan minuman yang dikonsumsi responden dalam ukuran rumah tangga selama kurun waktu 24 jam yang lalu. (2) Menganalisis bahan makanan ke dalam zat gizi dengan menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM). (3) Membandingkan dengan Daftar Kecukupan Gizi yang Dianjurkan (DGKA) atau Angka Kecukupan Gizi (AKG) untuk Indonesia. Agar wawancara berjalan dengan sistematis, perlu dipersiapkan kuesioner sebelumnya agar wawancara terarah menurut urutan waktu dan pengelompokan bahan makanan. Urutan waktu sehari dapat disusun berupa makan, pagi, siang, malam serta makanan jajanan (Supriasa, dkk, 2002).

Data yang diperoleh dari *Recall* 24 jam akan menghasilkan jenis data yang bersifat kualitatif dan kuantitatif. Kemudian data yang diperoleh dari hasil penelitian disederhanakan dengan tabulasi, kemudian data tersebut dianalisis secara Deskriptif dan Inferensial, sebagai berikut :

Analisis deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum tentang rata-rata jumlah pangan rumah tangga, tingkat perbedaan pendapatan rumah tangga terhadap kecukupan dan keragaman pangan dan gizi rumah tangga.

Untuk menghitung kecukupan dari setiap bahan pangan digunakan rumus berikut (Hardinsyah dan Briawan, 1994) :

$$Kgij1 = (Bj/Bs) \times Kp$$

Dimana:

Kgij = Kandungan energi bahan pangan nabati yang dikonsumsi (kkal/kapita/hari).

Bj = Berat bahan pangan nabati yang dikonsumsi.

Bs = Berat satuan penukur.

Kp = Kandungan satuan penukur (Lampiran 12).

Setelah didapat hasilnya maka jumlah dari keseluruhan bahan pangan yang dikonsumsi selama 24 jam dijumlahkan dan dibagi dengan jumlah anggota rumah tangga.

Untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi tingkat konsumsi pangan dan gizi nabati rumah tangga, seperti pendapatan rumah tangga, pendidikan ibu rumah tangga, jumlah anggota keluarga dan kebiasaan pangan. Digunakan persamaan Cobb Douglas yang telah dilinearkan :

$$Y = a + b_1 \ln X_1 + b_2 \ln X_2 + b_3 \ln X_3 + b_4 \ln X_4 + e$$

Dimana :

Y= Jumlah Konsumsi energi dan energi nabati rumah tangga (KKal/Kap/Hr)

X<sub>1</sub>= Pendapatan rumah tangga (Rp/bln)

X<sub>2</sub>= Pendidikan (Tahun)

X<sub>3</sub>= Jumlah anggota rumah tangga (Orang)

X<sub>4</sub>= Nilai Kebiasaan Pangan Nabati

a = Konstanta

e = Kesalahan penggunaan

b<sub>1</sub>, b<sub>2</sub>, b<sub>3</sub>, dan b<sub>4</sub> adalah besarnya pengaruh pendapatan rumah tangga, pendidikan ibu rumah tangga, jumlah anggota keluarga dan kebiasaan makan pangan nabati.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Rumah Tangga

Karakteristik rumah tangga menurut Departemen Kesehatan RI (2009), Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan. Dapat disimpulkan bahwa karakteristik keluarga adalah: a) Terdiri dari dua atau lebih individu yang diikat oleh hubungan darah, perkawinan atau adopsi. b) Anggota keluarga biasanya hidup bersama atau jika terpisah mereka tetap memperhatikan satu sama lain. c) Anggota keluarga berinteraksi satu sama lain dan masih – masing mempunyai peran sosial : suami, istri, anak, kakak dan adik. d) Mempunyai tujuan : menciptakan dan mempertahankan budaya, meningkatkan perkembangan fisik, psikologis, dan sosial anggota.

Karakteristik rumah tangga dalam hal ini berupa (1) umur, yang mana umur tersebut menggambarkan karakteristik ibu rumah tangga, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, ibu rumah tangga dapat diartikan sebagai seorang wanita yang mengatur penyelenggaraan berbagai macam pekerjaan rumah tangga, atau dengan pengertian lain ibu rumah tangga merupakan seorang istri (ibu) yang hanya mengurus berbagai pekerjaan dalam rumah tangga (tidak bekerja di kantor). (2) pendidikan, yang menggambarkan pola pikir dan tingkat pengetahuan ibu rumah tangga, (3) jumlah anggota keluarga, yang menggambarkan kondisi rumah tangga dan (4) pendapatan rumah tangga, yang menggambarkan keadaan atau kondisi ekonomi rumah tangga. Karakteristik tersebut secara rinci dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Karakteristik Rumah Tangga Di Kecamatan Kayu Aro Barat Tahun 2015

No	Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
1	Umur:		
	Tua	51	56,67
	Muda	39	43,33
2	Pendidikan:		
	Tinggi	43	47,78
	Rendah	47	52,22
3	Jumlah Anggota Keluarga:		
	Besar	13	14,44
	Kecil	77	85,56
4	Pendapatan Rumah Tangga:		
	Tinggi	3	3,33
	Cukup Tinggi	87	96,7
	Rendah	-	-

Umur menurut Departemen Kesehatan RI (2009), adalah satuan waktu yang mengukur waktu keberadaan suatu benda atau makhluk, baik yang hidup maupun yang mati. Semisal, umur manusia dikatakan lima belas tahun diukur sejak dia lahir hingga waktu umur itu dihitung. Oleh yang demikian, umur itu diukur dari lahir hingga sekarang. Usia ibu pada penelitian ini berkisar antara 45-60 tahun (tua) dan 33-41 tahun (muda), sebagian besar (35,56%) ibu rumah tangga berusia 45-60 tahun. Menurut Soeharjo dan Patong (1973) menyatakan bahwa usia produktif berkisar 15-55 tahun

pada usia ini biasanya seseorang berfikir dengan baik bagaimana agar dapat bekerja secara optimal dan menyediakan makanan yang dapat memenuhi segala kebutuhan pangan yang berkualitas baik dan bergizi. Ibu berpendidikan terakhir SMA (47,78%), SMP dan SD (62,22%). Ketidaktahuan dapat disebabkan karena pendidikan yang rendah, seseorang dengan tingkat pendidikan yang terlalu rendah akan sulit menerima pesan, mencerna pesan dan informasi yang disampaikan (Nasrul,1998). Begitu pula dengan pemilihan makanan, tingkat pendidikan mempengaruhi konsumsi makanan melalui cara pemilihan bahan pangan. Orang yang berpendidikan tinggi cenderung memilih makanan yang lebih dalam jumlah mutunya, bila dibandingkan dengan orang yang berpendidikan rendah.

Hasil penelitian menunjukkan 85,56% responden memiliki jumlah anggota kurang dari 5 orang, dan sisanya (14,44%) memiliki jumlah anggota keluarga 5-6 orang. Rata-rata anggota keluarga yaitu 4 orang yang terdiri dari ayah, ibu dan 1-2 orang anak. Rata-rata keseluruhan rumah tangga termasuk dalam kategori keluarga tidak miskin dengan tingkat pendapatan diatas upah minimum regional (UMR) yaitu Rp. 1.710.000, (Badan Pusat Statistik, 2014) sebanyak 3,33% rumah tangga tergolong pendapatan tertinggi untuk daerah penelitian dan sisanya (96,7%) tergolong pendapatan cukup. Jadi, ibu dan rumah tangga di Kecamatan Kayu Aro Barat Kabupaten Kerinci rata-rata tergolong dalam rentang usia matang atau tua yaitu 45-60 tahun, serta pendidikan tertinggi hanya sebatas SMA, jumlah anggota keluarga kurang dari 5 orang dan pendapatan rumah tangga tergolong cukup.

### **Tingkat Kecukupan Konsumsi Energi Pangan dan Gizi Nabati Rumah Tangga**

Kecukupan energi nabati yang dimaksud yaitu jumlah pangan nabati yang dikonsumsi rumah tangga. Kecukupan nabati dalam penelitian ini hanya dilihat berdasarkan kecukupan konsumsi energi nabati saja karena dapat dibandingkan dengan kecukupan energi nabati Pola Pangan Harapan tahun 2020. Berdasarkan hasil penelitian dilapangan menunjukkan bahwa nilai energi dan angka kecukupan gizi pangan nabati rumah tangga di Kecamatan Kayu Aro Barat lebih tinggi dari nilai pola pangan harapan yang tergolong nabati yaitu 2066,17 untuk energi dan 99,97 untuk angka kecukupan gizi. Untuk lebih rincinya dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 3. Perbandingan Antara Konsumsi Pangan Nabati Rumah Tangga Dengan Pola Pangan Harapan Golongan Nabati 2020

No	Kelompok Pangan	PPH		Konsumsi Responden	
		Energi	% AKG	Energi	% AKG
1	Padi-padian	1.000	50	1402,21	67,86
2	Umbi-umbian	120	6	83,23	4,02
3	Minyak dan Lemak	200	10	173,44	8,39
4	Buah/Biji Berminyak	60	3	17	0,82
5	Kacang-Kacangan	100	5	135,21	6,54
6	Sayur dan Buah	120	6	255,08	12,34
<b>Total</b>		<b>1600</b>	<b>80</b>	<b>2066,17</b>	<b>99,97</b>

Data diatas menunjukkan bahwa konsumsi pangan nabati rumah tangga di daerah penelitian sudah melebihi dari pola pangan harapan. Dimana nilai energi tertinggi berada pada jenis pangan padi-padian sebesar 1402,21, tingginya konsumsi padi-padian selain dikarenakan sebagai pangan pokok utama juga dipengaruhi oleh aktivitas kerja responden. Yang mana sebagian besar responden bekerja sebagai buruh tani yang pada umumnya selalu membawa bekal dan hal tersebut meningkatkan konsumsi beras. Konsumsi tertinggi kedua yaitu sayur dan buah sebesar 255,08, tingginya konsumsi sayur dan buah yang umumnya didominasi oleh sayur, hal tersebut dikarenakan sebagian besar jenis sayuran mudah untuk didapat dan dikonsumsi sedangkan buah hanya beberapa jenis yang mudah didapat seperti jeruk, jambu biji, pisang dan terong belanda, dan untuk mendapatkan jenis lainnya responden harus membeli di pasar. Selanjutnya konsumsi tertinggi ke tiga yaitu kacang-kacangan sebesar 135,21. Sedangkan untuk jenis pangan lainnya masih berada di bawah nilai pola pangan harapan.

Angka kecukupan gizi nabati rumah tangga di daerah penelitian melebihi angka kecukupan gizi pola pangan harapan yaitu sebesar 99,97 persen artinya gizi nabati telah tercukupi. Kecukupan gizi tersebut didominasi oleh kelompok padi-padian yaitu sebesar 67,86 persen, artinya untuk kebutuhan energi utama yang mana beras merupakan sumber karbohidrat yang biasanya dikonsumsi telah tercukupi. Kemudian diikuti dengan kecukupan gizi sayur dan buah sebesar 12,34 persen melebihi nilai kecukupan gizi pada pola pangan harapan, artinya untuk kebutuhan serat bagi tubuh telah tercukupi dari konsumsi sayur dan buah. Untuk kacang-kacangan memiliki nilai kecukupan gizi sebesar 6,54 persen melebihi nilai kecukupan gizi pada pola pangan harapan, artinya kecukupan protein yang didapat dari mengkonsumsi kacang-kacangan telah terpenuhi. Sedangkan untuk kecukupan gizi umbi-umbian, minyak dan lemak serta buah/biji berminyak masih belum tercukupi dalam arti masih belum memenuhi standar yang dianjurkan oleh pola pangan harapan.

### Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Energi Rumah Tangga

Untuk melihat faktor yang diduga berpengaruh terhadap konsumsi energi (sebagai variabel Y) dilakukan pengujian secara individual. Variabel yang diduga berpengaruh (sebagai variabel X) dan dimasukkan dalam uji meliputi pendapatan, pendidikan, jumlah anggota rumah tangga, dan skor kebiasaan makan nabati. Dari hasil analisis tersebut didapat hasil bahwa:

Nilai R Square yang didapat sebesar 0,655 yang setelah dikalikan 100% menjadi 65,5 persen. Hal ini berarti sebesar 65,5 persen konsumsi energi bisa dijelaskan dengan variabel pendapatan, pendidikan, jumlah anggota rumah tangga, dan kebiasaan makan nabati. Sedangkan sisanya sebesar 34,5 persen harus dijelaskan oleh faktor-faktor lain. Hal ini mengindikasikan bahwa masih banyak variabel lain yang berkontribusi dan perlu dipertimbangkan dalam konsumsi energi nabati. Sedangkan untuk hasil analisis F sebesar 40,363 dengan nilai sig = 0,000. Model ini dapat dilanjutkan jika angka signifikansi (sig) harus < 0,05. Karena nilai signifikansi < 0,05 dan nilai F lebih besar dari nilai  $F_{tabel}$  yaitu 3,10 maka keputusannya adalah  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Sehingga dinyatakan bahwa pendapatan, jumlah anggota keluarga dan kebiasaan makan nabati berpengaruh terhadap konsumsi energi nabati sedangkan pendidikan tidak berpengaruh terhadap konsumsi energi nabati. Untuk lebih rincinya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Analisis Untuk Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Energi Nabati Rumah Tangga Di Kecamatan Kayu Aro Barat Tahun 2015

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig
	B	Std. Error	Beta		
1. (Constant)	1.575	.120		9.679	.000
Pendapatan	.320	.031	.071	13.101	.000
Pendidikan	-.010	.030	-.032	-.502	.617
Jumlah Anggota Keluarga	.022	.027	.062	7.265	.026
Kebiasaan Makan Nabati	.198	.024	.845	14.120	.000

Dependent Variabel : Konsumsi Energi

Pendapatan berpengaruh terhadap konsumsi energi nabati. Didapat hasil nilai uji secara individual sig 0,000. Nilai sig 0,000 lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05 atau nilai  $0,05 > 0,000$  maka keputusannya  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima artinya sangat signifikan dan pendapatan mempunyai  $t_{hitung}$  yakni 13,101 dengan  $t_{tabel}$  1,662. Jadi  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , dapat disimpulkan bahwa pendapatan berkontribusi sangat signifikan terhadap konsumsi energi nabati dan nilai t positif menunjukkan bahwa pendapatan memiliki hubungan yang searah dengan konsumsi energi nabati. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ajeng Dhias Kharisma (2013) mengenai faktor yang mempengaruhi konsumsi rumah tangga guru bersertifikasi sekolah menengah atas negeri di kabupaten jember, menyimpulkan bahwa pendapatan mempunyai pengaruh yang signifikan positif terhadap tingkat kecukupan energi rumah tangga guru bersertifikasi. Penelitian oleh Rizka dan Ahmad (2014) mengenai kebiasaan makan sayur dan buah ibu saat kehamilan kaitannya dengan konsumsi sayur dan buah anak usia prasekolah, menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan

terhadap konsumsi sayur dan buah, dan penelitian Engkun Rohimah, dkk (2015) mengenai pola konsumsi, status gizi kesehatan dan hubungannya dengan status gizi dan perkembangan balita, menyimpulkan bahwa pendapatan menunjukkan hasil yang signifikan terhadap kategori status gizi. Pendapatan merupakan faktor yang menentukan kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi. Pendapatan rumah tangga adalah jumlah pendapatan yang diperoleh dari pendapatan semua anggota rumah tangga dari berbagai kegiatan ekonomi sehari-hari misalnya upah dan gaji, hasil produksi pertanian dikurangi biaya produksi, pendapatan dari usaha rumah tangga bukan pertanian dan pendapatan dari kekayaan seperti sewa rumah, sewa alat, bunga, santunan asuransi, dan lain-lain (Surbakti, 1995). Berbagai upaya perbaikan gizi biasanya berorientasi pada tingkat pendapatan. Seiring makin meningkatnya pendapatan, maka kecukupan akan makanan dapat terpenuhi. Dengan demikian pendapatan merupakan faktor utama dalam menentukan kualitas dan kuantitas bahan makanan. Besar kecilnya pendapatan rumah tangga tidak lepas dari jenis pekerjaan ayah dan ibu serta tingkat pendidikannya (Soekirman, 1991).

Jumlah anggota rumah tangga berkontribusi secara signifikan terhadap konsumsi energi. Uji secara individual didapat nilai sig 0,026. Nilai sig 0,026 lebih kecil dari probabilitas 0,05 atau nilai  $0,05 > 0,026$  maka keputusannya  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima artinya koefisien signifikan dan mempunyai  $t_{hitung}$  yakni 7,265 dengan  $t_{tabel}$  1,662. Jadi  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , dapat disimpulkan bahwa jumlah anggota rumah tangga berkontribusi secara signifikan terhadap konsumsi energi nabati dan t positif menunjukkan bahwa pendidikan memiliki hubungan yang searah dengan konsumsi energi nabati. Jadi, jumlah anggota rumah tangga berkontribusi secara signifikan terhadap konsumsi energi. Hasil ini sejalan dan didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Furry Wulandari, dkk (2008) tentang ketahanan pangan dan pola konsumsi pangan rumah tangga di lingkungan Umbul Kunci Kelurahan Keteguhan Kecamatan Teluk Betung Barat Kota Bandar Lampung menyimpulkan bahwa secara parsial variabel jumlah anggota rumah tangga berpengaruh terhadap tingkat kecukupan energi. Suatu rumah tangga yang mempunyai jumlah anggota keluarga yang lebih banyak akan mengkonsumsi lebih besar dari pada rumah tangga yang memiliki jumlah anggota keluarga yang lebih sedikit dengan tingkat pendapatan yang sama. Dengan demikian jumlah anggota keluarga yang ada dalam suatu rumah tangga akan mempengaruhi besar kecilnya konsumsi yang dilakukan. Biasanya akan terdapat korelasi yang positif antara besarnya jumlah anggota keluarga terhadap konsumsi yang dilakukan (Tjiptoherijanto, 1992).

Kebiasaan makan berkontribusi secara signifikan terhadap konsumsi energi. Uji secara individual didapat nilai sig 0,000. Nilai sig 0,000 lebih kecil dari probabilitas 0,05 atau nilai  $0,05 > 0,000$  maka keputusannya  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima artinya koefisien signifikan dan mempunyai  $t_{hitung}$  yakni 14,120 dengan  $t_{tabel}$  1,662. Jadi  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , dapat disimpulkan bahwa kebiasaan makan nabati berkontribusi sangat signifikan terhadap konsumsi energi nabati dan nilai t positif menunjukkan bahwa kebiasaan makan memiliki hubungan yang searah dengan konsumsi energi nabati. Jadi, kebiasaan makan berkontribusi sangat signifikan terhadap konsumsi energi. Hal ini sejalan dengan penelitian Rizka dan Ahmad Sulaeman (2014), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesukaan ibu terhadap sayur dan buah. Para ahli antropologi, memandang kebiasaan makan merupakan kompleks keseluruhan dari aktifitas yang berhubungan dengan dapur, kegemaran, dan ketidaksukaan pada suatu jenis makanan, pepatah-pepatah rakyat, kepercayaan, larangan-larangan dan takhyul yang berhubungan dengan produksi, persiapan pengolahan makanan dan konsumsi makan sebagai kategori pokok dari kebudayaan (Anderson, 1978). Kebiasaan makan pada kelompok yang didasarkan status hubungan rumah tangga mempengaruhi distribusi makanan kepada anggota kelompok, yang menyangkut mutu dan jumlah makanan. Distribusi makanan didasarkan pada status hubungan antar anggota rumah tangga dan bukan atas pertimbangan-pertimbangan kebutuhan gizi (Khumaidi, 1994).

Tingkat Pendidikan tidak berkontribusi secara signifikan terhadap konsumsi energi. Uji secara individual didapat nilai sig 0,617. Nilai sig lebih besar dari nilai probabilitas 0,05 maka keputusannya  $H_0$  diterima artinya koefisien tidak signifikan dan mempunyai  $t_{hitung}$  yakni -0,502 dengan  $t_{tabel}$  1,662. Jadi  $t_{hitung} < t_{tabel}$ , dapat disimpulkan bahwa pendidikan sangat tidak berkontribusi secara signifikan terhadap konsumsi energi nabati dan nilai t negatif menunjukkan bahwa pendidikan memiliki hubungan yang berlawanan arah dengan konsumsi energi nabati. Hasil ini sejalan dengan penelitian Ari Apriansyah (2014), yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan tidak berkontribusi secara signifikan terhadap konsumsi energi. Pendidikan formal umumnya sangat berpengaruh dalam



kehidupan berekonomi dan pekerjaan guna menambah pengetahuan, memudahkan dalam penyelesaian masalah, mengatur dan mengendalikan pekerjaan, akan tetapi pendidikan formal ibu rumah tangga tidak berpengaruh dalam pengaturan pola konsumsi rumah tangganya. Kemungkinan sosialisasi atau penyuluhan mengenai penyajian makanan yang bergizi dan seimbang akan lebih dibutuhkan bagi ibu rumah tangga guna memperbaiki pola konsumsi dan meningkatkan gizi anggota rumah tangganya. Hal ini berbeda dengan teori yang ada Pengetahuan gizi memegang peranan sangat penting dalam menggunakan makanan yang baik sehingga dapat mencapai keadaan gizi yang cukup. Tingkat pengetahuan gizi ibu sebagai pengelola rumah tangga berpengaruh pada jenis bahan makanan yang dikonsumsi rumah tangga sehari-hari. Pengetahuan gizi dapat diperoleh dari pendidikan formal maupun pendidikan non formal. Pengetahuan gizi memegang peranan sangat penting dalam menggunakan makanan dengan tepat, sehingga dapat tercapai keadaan dan status gizi yang baik (Suhardjo, 1989). Pemilihan dan penentuan dalam penyusunan hidangan konsumsi makanan bukanlah sesuatu yang secara otomatis diturunkan, dalam pengertian heriditer. Susunan hidangan adalah hasil dari manifestasi proses belajar. Susunan hidangan di masyarakat dapat diubah dengan proses pendidikan gizi, penerangan dan penyuluhan meskipun mengubah suatu susunan hidangan adalah relatif sulit. Proses dalam menghasilkan kebiasaan makan dimulai sejak anak lahir, sampai menjadi dewasa dan terus berlangsung selama hidupnya (Suhardjo, 1989).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat diambil kesimpulan yaitu :(1) untuk tingkat kecukupan pangan dan gizi nabati di daerah penelitian yang dilihat berdasarkan energi yaitu sebesar 2066,17 kilokalori/kapital/hari dan AKG (angka kecukupan gizi) 99,97 persen artinya untuk jenis pangan dan gizi nabati keseluruhan responden sudah tercukupi dan memenuhi standar yang dianjurkan oleh PPH (pola pangan harapan). (2) Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat konsumsi pangan dan gizi nabati di daerah penelitian yaitu pendapatan, jumlah anggota rumah tangga dan kebiasaan makan berpengaruh secara signifikan dan berhubungan positif terhadap tingkat konsumsi pangan nabati rumah tangga di Kecamatan Kayu Aro Barat Kabupaten Kerinci.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Dekan Fakultas Pertanian Universitas Jambi dan Ketua Program Studi Agribisnis Fakultas Pertanian Universitas Jambi yang telah memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini, Selain itu ucapan terima kasih kepada Badan Pusat Statistik Provinsi Jambi, Badan Pusat Statistik Kabupaten Kerinci dan Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jambi yang telah memberi data-data terkait yang diperlukan dalam penulisan skripsi. Serta Bapak Sudomo Selaku Kepala Desa Sako Dua dan Bapak Supian Selaku Kepala Desa Kebun Baru, dan instansi terkait lainnya dimana telah memfasilitasi pelaksanaan penelitian di lapangan dan memberikan dukungan yang sangat baik bagi peneliti.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng Dhias Kharisma. 2013. *Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Rumah Tangga Guru Bersertifikasi Sekolah Menengah Atas Negeri Di Kabupaten Jember*. Universitas Jember. Jember. <http://pustakailmiah.unej.ac.id>. Diakses tanggal 20 Desember 2015.
- Anderson, J. 1978. *Public Policy-Making*, Second edition, Holt, Rinehart and Winston: 1979 dalam Islamy, Irfan, *Prinsip-Prinsip Perumusan Kebijakan Negara*, Cetakan 12, Bumi Aksara, Jakarta:2003.
- Ari Apriansyah. 2014. *Pola Konsumsi Pangan dan Gizi Rumah Tangga Petani Karet Di Kecamatan Mandiangin Kabupaten Sarolangun*. Fakultas Pertanian. Universitas Jambi. Jambi.
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama.
- [BPS] Badan Pusat Statistik. 2014. *Luas Panen Produksi Dan Rata-Rata Produksi Tanaman Buah-Buahan Di Kabupaten Kerinci Tahun 2014*. Statistik Provinsi Jambi: BPS Jambi.
- Departemen Kesehatan RI. 2009. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta. Departemen Republik Indonesia. [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id) Diakses 12 Februari 2016.

- Febriansyah, D. 2014. *Pengertian Bahan Pangan Hewani Dan Nabati Dan Pengolahannya Secara Garis Besar*. <http://www.academia.edu>. Diakses 16 Desember 2014.
- Furry Wulandari P, dkk. 2008. *Ketahanan Pangan Dan Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga Di Lingkungan Umbul Kunci Kelurahan Keteguhan Kecamatan Teluk Betung Barat Kota Bandar Lampung*. <http://pustakailmiah.unila.ac.id>. Diakses tanggal 20 novemeber 2014.
- Hardinsyah dan D. Briawan. 1994. *Penilaian dan Perencanaan Konsumsi Pangan*. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian. IPB, Bogor.
- Khumaidi. 1994. *Gizi Masyarakat*. BPK Gunung Mulia. Jakarta.
- Khomson, Ali. 2000. *Teknik Pengukuran Gizi*. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumber daya Keluarga. IPB: Bogor.
- Nasrul, Effendy. (1998). *Dasar-dasar kesehatan masyarakat*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Riduwan, A. 2009. *Rumus Dan Data Dalam Analisis Statistika*. Alfabeta : Bandung.
- Rizka Febriana dan Ahmad Sulaeman. 2014. *Kebiasaan Makan Sayur dan Buah Ibu Saat Kehamilan Kaitannya Dengan Konsumsi Sayur dan Buah Anak Usia Prsekolah*. Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA), Institut Pertanian Bogor. Bogor. <http://pustaka.ipb.ac.id>. Diakses tanggal 6 Februari 2016.
- Rohimah, E, dkk. 2015. *Pola Konsumsi, Status Kesehatan dan Hubungannya Dengan Status Gizi dan Perkembangan Balita*. Departemen Gizi Masyarakat. Fakultas Ekologi manusia (FEMA). Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Suhardjo. 1989. *Sosial Budaya Gizi*. IPB. Bogor.
- Soekirman. 1991. *Dampak Pembangunan Terhadap Keadaan Gizi Masyarakat*. Majalah Gizi Indonesia.
- Supariasa, dkk. 2002. *Penilaian Status Gizi*. Buku Kedokteran ECG. Jakarta.
- Surbakti. 1995. *Survey Sosial Ekonomi Nasional: Suatu Sumber Data Berkesinambungan Untuk Analisis Kesejahteraan Di Indonesia*. BPS. RI. Jakarta.
- Tjiptoherijanto, Prijono. 1992. *Ketenagakerjaan, Kewirausahaan dan Pembangunan Ekonomi*. Jakarta. PT. Gramedia Widiasarana.