



## **ANALISIS POLA KONSUMSI RUMAH TANGGA TERHADAP TINGKAT KETAHANAN PANGAN DI DESA TODANARA, KABUPATEN LEMBATA, NUSA TENGGARA TIMUR**

### **ANALYSIS OF HOUSEHOLD CONSUMPTION PATTERNS ON THE LEVEL OF FOOD SECURITY IN TODANARA VILLAGE, LEMBATA REGENCY, EAST NUSA TENGGARA**

**Sakina Yeti Kiptiyah<sup>1</sup>, Adinda Puteri Pertama<sup>1</sup>, Khairiah<sup>1\*</sup>**

<sup>1</sup> Teknologi Pangan, Sains dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Bandung

\*email: khairiah@umbandung.ac.id

#### **Abstract**

Food security is a fundamental aspect of human life as it relates to nutritional fulfilment, social well-being, and the sustainability of high-quality human resources. This study was conducted to analyse household consumption patterns about food security levels in Todanara Village, Lembata Regency, East Nusa Tenggara. A descriptive method was employed using both quantitative and qualitative approaches. A total of 55 household heads were involved as respondents through purposive sampling. Food security was assessed using the Jonsson and Toole method, which is based on energy intake and food expenditure. Based on the findings, 15 households were categorised as food-secure, 22 as vulnerable, nine as food-insecure, and nine as food-insufficient. The highest energy intake was recorded in households with 1–3 members, at 4,138.98 kcal, while the highest food expenditure was found in households with six or more members, at Rp. 1,608,396. Regression analysis revealed that household income and expenses on rice, fish, vegetables, and cooking oil had a significant impact on food security. Household food security was affected by energy adequacy and the structure of food expenditure.

**Keywords:** Consumption Pattern, Food Security, Household, Food Expenditure, Energy Intake.

#### **Abstrak**

Ketahanan pangan merupakan aspek mendasar dalam kehidupan manusia karena berkaitan dengan pemenuhan gizi, kesejahteraan sosial, dan keberlanjutan sumber daya manusia yang berkualitas. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pola konsumsi rumah tangga terhadap tingkat ketahanan pangan di Desa Todanara, Kabupaten Lembata, Nusa Tenggara Timur. Metode deskriptif digunakan dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Terdapat 55 kepala keluarga responden ditentukan menggunakan teknik purposive sampling. Ketahanan pangan diukur menggunakan metode Jonsson dan Toole berdasarkan konsumsi energi dan pengeluaran pangan. Berdasarkan hasil, 15 rumah tangga termasuk tahan pangan, 22 rumah tangga rentan pangan, 9 rumah tangga kurang pangan, dan 9 rumah tangga rawan pangan. Konsumsi energi tertinggi tercatat pada rumah tangga 1–3 jiwa sebesar 4.138,98 kkal, dan pengeluaran pangan terbesar pada rumah tangga  $\geq 6$  jiwa sebesar Rp. 1.608.396. Hasil regresi menunjukkan bahwa pendapatan, serta pengeluaran untuk beras, ikan, sayur, dan minyak goreng berpengaruh signifikan terhadap ketahanan pangan. Ketahanan pangan rumah tangga dipengaruhi oleh kecukupan energi dan struktur pengeluaran pangan.

**Kata Kunci :** Pola Konsumsi, Ketahanan Pangan, Rumah Tangga, Pengeluaran Pangan, Konsumsi Energi.



---

---

## PENDAHULUAN

Ketahanan pangan merupakan aspek mendasar dalam kehidupan manusia karena berkaitan dengan pemenuhan gizi, kesejahteraan sosial, dan keberlanjutan sumber daya manusia yang berkualitas. Pangan tidak hanya menjadi kebutuhan dasar, tetapi juga mencerminkan identitas budaya suatu bangsa dan memiliki peran membentuk peradaban (Hikmah et al., 2023). Ketahanan pangan menjadi fokus utama baik di tingkat global maupun nasional. *Sustainable Development Goals* (SDGs) menetapkan tujuan kedua sebagai penghapusan kelaparan (*zero hunger*) melalui peningkatan ketahanan pangan, perbaikan gizi, dan pertanian berkelanjutan (Azmininovia, 2020).

Berdasarkan Peraturan Badan Pangan Nasional Republik Indonesia (2022), ketahanan pangan merupakan kondisi ketika kebutuhan pangan individu dan nasional terpenuhi secara cukup, aman, bergizi, beragam, merata, dan terjangkau tanpa mengabaikan nilai budaya dan keyakinan. Terdapat empat pilar utama ketahanan pangan, yakni ketersediaan, akses, pemanfaatan, dan stabilitas pangan (DKPP, 2015). Ketahanan pangan di Indonesia masih menghadapi tantangan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS, 2023) menunjukkan 4,5% penduduk Indonesia mengalami kerawanan pangan, dengan prevalensi tertinggi di Provinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 14,68%. Desa Todanara, yang terletak di Kecamatan Ile Ape Timur, Kabupaten Lembata, diduga mengalami kerawanan pangan, ditambah kondisi topografi yang kering, keterbatasan air, serta sistem pertanian musiman yang hanya mengandalkan curah hujan.

Pola konsumsi rumah tangga menjadi faktor penting dalam menilai tingkat ketahanan pangan. Undang-Undang No. 18 Tahun 2012 menegaskan bahwa penyelenggaraan pangan di Indonesia harus berlandaskan prinsip kedaulatan, kemandirian, ketahanan, keamanan, pemerataan, dan keadilan. Ketahanan pangan dikatakan tercapai jika pangan tersedia sepanjang waktu, mudah diakses, aman dikonsumsi, dan memiliki harga yang terjangkau. Pola konsumsi mencerminkan ketersediaan, akses, dan kualitas pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga (Yusnita, 2019). Faktor-faktor seperti pendapatan, jumlah anggota keluarga, luas lahan, tingkat pendidikan, serta budaya lokal turut berperan dalam membentuk ketahanan pangan (Azmi, 2022).

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah pola konsumsi rumah tangga berpengaruh terhadap tingkat ketahanan pangan di Desa Todanara, Kabupaten Lembata, Nusa Tenggara Timur. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pola konsumsi rumah tangga terhadap tingkat ketahanan pangan di wilayah tersebut. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang pola konsumsi dan hubungannya dengan ketahanan pangan.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode deskriptif. Fokus utama penelitian ini adalah menggali secara mendalam pola konsumsi rumah tangga terhadap tingkat



ketahanan pangan di Desa Todanara, Kabupaten Lembata. Penelitian ini tergolong penelitian lapangan (*field research*), yaitu penelitian yang bertujuan untuk memahami latar belakang suatu fenomena (Sugiyono, 2016).

**Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian terdiri dari tiga tahap utama: perencanaan, pengumpulan data, dan analisis. Tahap perencanaan mencakup survei, identifikasi ruang lingkup penelitian, serta penyusunan pertanyaan penelitian. Tahap pengumpulan data mencakup pengumpulan data sekunder dari kajian literatur digunakan untuk memperkuat analisis dan dokumen desa serta data primer melalui survei dan wawancara langsung dengan warga desa. Tahap analisis melibatkan reduksi data, penyajian data, analisis, dan penarikan kesimpulan.

**Teknik Pengumpulan dan Analisis Data (Anzaini *et al.*, 2020)**

Teknik pengumpulan data mencakup observasi, wawancara, dan dokumentasi (Sugiyono, 2016). Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Reduksi data dilakukan dengan menyeleksi informasi penting, lalu disajikan dalam bentuk tabel, angka, dan narasi. Analisis dilanjutkan dengan penghitungan pengeluaran pangan terhadap pengeluaran total rumah tangga dengan perhitungan sebagai berikut:

$$PF = \frac{PPt}{TPt} \times 100 \%$$

Keterangan:

PF: Jumlah pengeluaran pangan (%)

PPt: Pengeluaran untuk belanja pangan (Rp/bulan)

TPt: Total pengeluaran (Rp/bulan)

Ketahanan pangan rumah tangga tidak hanya dapat diukur melalui jumlah pengeluaran pangan, tetapi juga dapat menggunakan pendekatan lain, seperti kombinasi antara jumlah pengeluaran pangan dan kecukupan energi rumah tangga tani (Putri *et al.*, 2019). Perhitungan konsumsi pangan rumah tangga:

$$Gej = \left( \frac{BPj}{100} \right) \times \left( \frac{Bddj}{100} \right) \times KGij$$

Keterangan:

Gej : energi atau protein yang dikonsumsi dari pangan

BPj : berat makanan atau pangan yang dikonsumsi (gram)

Bddj : bagian yang dimakan (%)

KGij : kandungan gizi protein/energi (%)

Perhitungan tingkat konsumsi energi:

$$TKE = \frac{\sum \text{konsumsi energi}}{AKE \text{ yang dianjurkan}} \times 100 \%$$

Keterangan:

TKE : tingkat konsumsi energi (%)

∑ : konsumsi energi/protein (kkal/kapita/hari)



Analisis dilanjutkan dengan penghitungan pengeluaran pangan terhadap pengeluaran total rumah tangga, konsumsi energi rumah tangga, dan tingkat ketahanan pangan berdasarkan metode Jonsson dan Toole seperti ditampilkan pada Tabel 1. Selain itu, dilakukan analisis statistik deskriptif dan regresi linear berganda untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi ketahanan pangan.

**Tabel 1.** Indikator Ketahanan Pangan

Konsumsi Energi	Jumlah Pengeluaran Pangan	
	Rendah (<60% pengeluaran total)	Tinggi (≥60% pengeluaran total)
Cukup (>80% kecukupan energi)	1. Tahan Pangan	2. Rentan Pangan
Kurang (≤80% kecukupan energi)	3. Kurang Pangan	4. Rawan Pangan

Sumber: Apid *et al.*, 2022.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Demografi dan Sosial Ekonomi Responden

Penelitian ini dilaksanakan melalui metode observasi langsung terhadap masyarakat Desa Todanara, Kecamatan Ile Ape Timur, Kabupaten Lembata, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Penentuan jumlah responden dihitung menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan sebesar 10%, sehingga diperoleh sebanyak 55 kepala keluarga dari total 120 kepala keluarga. Karakteristik demografi responden berdasarkan hasil observasi disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2.** Karakteristik Demografi Responden

Keterangan	Jumlah	Keterangan	Jumlah
Jumlah Kepala Keluarga			55
Jumlah Responden Total			216
<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Jumlah Anggota Keluarga</b>	<b>Jumlah</b>
Laki-laki	101	1 – 3 jiwa	21
Perempuan	115	4 – 5 jiwa	25
<b>Kelompok Usia</b>	<b>Jumlah</b>	≥ 6 jiwa	9
0 – 5 bulan	3	<b>Tingkat Pendidikan Kepala Keluarga</b>	<b>Jumlah</b>
6 – 11 bulan	1	SD	29
1 – 3 tahun	10	SMP	11
4 – 6 tahun	2	SMA	11
7 – 9 tahun	12	S1	4
10 – 12 tahun	15	<b>Jenis Pekerjaan Kepala Keluarga</b>	<b>Jumlah</b>
13 – 15 tahun	14	Petani	44
16 – 18 tahun	22	PNS	2
19 – 29 tahun	32	Karyawan BUMN	2
30 – 49 tahun	62	Karyawan Swasta	3
50 – 64 tahun	23	Wiraswasta	4
≥ 65 tahun	20		

Sumber: Badan Pusat Statistik 2024.

Rumah tangga dengan jumlah anggota 4-5 jiwa tercatat 25 kepala keluarga. Rumah tangga dengan anggota 1-3 jiwa berjumlah 21 kepala keluarga, sedangkan yang memiliki ≥6



tercatat sebanyak 9 kepala keluarga. Jumlah anggota keluarga dijadikan indikator untuk mengukur kebutuhan konsumsi dan tingkat pengeluaran pangan rumah tangga. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS, 2023) rata-rata jumlah anggota rumah tangga di Provinsi Nusa Tenggara Timur adalah 4-5 jiwa. Responden berusia 30 sampai 49 tahun mendominasi, yaitu 62 jiwa, diikuti oleh kelompok usia 19 sampai 29 tahun dengan 32 jiwa, dan usia 16 sampai 18 tahun dengan 22 jiwa. Mayoritas responden berada dalam kelompok usia produktif, yaitu 15 sampai 64 tahun. Usia produktif dipandang sebagai potensi sumber daya manusia dalam mendukung peningkatan kesejahteraan rumah tangga. Berdasarkan klasifikasi usia produktif, kelompok usia 15 sampai 64 tahun dikategorikan sebagai usia angkatan kerja yang memiliki peran penting dalam aktivitas ekonomi dan sosial masyarakat (BPS, 2023).

Pendidikan kepala keluarga didominasi oleh lulusan sekolah dasar yang tercatat pada 29 jiwa. Pendidikan menengah pertama dan menengah atas masing-masing diselesaikan oleh 11 jiwa. Terdapat 4 jiwa yang diketahui telah menyelesaikan pendidikan tinggi. Kondisi pendidikan ini berkaitan erat dengan keterbatasan akses di wilayah desa. Jenis pekerjaan utama kepala keluarga adalah petani dengan jumlah 44 jiwa. Faktor pendidikan dan keterbatasan akses menjadi salah satu pengaruh utama dalam menentukan jenis pekerjaan ini. Pekerjaan di sektor pertanian menunjukkan ketergantungan pada hasil pangan lokal sebagai sumber konsumsi utama, sehingga secara langsung berpengaruh terhadap pola konsumsi rumah tangga di Desa Todanara. Luas lahan pertanian yang tersedia di desa juga menjadi potensi tersendiri, sehingga membuat banyak kepala keluarga memilih bertani sebagai mata pencaharian utama. Kondisi sosial ekonomi responden berdasarkan hasil observasi disajikan pada Tabel 3.

**Tabel 3.** Kondisi Sosial Ekonomi Responden

Kondisi Sosial Ekonomi	Jumlah			Keterangan
	1-3 Jiwa	4-5 Jiwa	≥6 Jiwa	
<b>Penghasilan</b>				
Rp. 595.242	10	7	2	Miskin
Rp. 595.242 - Rp. 892.863	2	5	0	Rentan Miskin
Rp. 892.863 - Rp. 2.083.347	8	9	3	Menuju Kelas Menengah
Rp. 2.083.347 - Rp. 10.119.114	1	5	4	Kelas Menengah
>Rp. 10.119.114	0	0	0	Kelas Atas
<b>Kepemilikan Rumah</b>				
Milik Sendiri	17	21	9	
Milik Orangtua	4	3	0	
Rumah Dinas	0	1	0	
<b>Kepemilikan Lahan (Ha)</b>				
0 - <0,25	10	16	0	Petani gurem (sangat kecil)
0,25 - <0,5	4	4	5	Petani gurem (kecil)
0,5 - <1	5	9	0	Petani kecil menengah
1 - <2	2	6	3	Petani menengah
≥2	0	0	1	Petani menengah atas hingga besar

(Sumber: Badan Pusat Statistik (BPS, 2024)).

Berdasarkan hasil observasi 46 dari 55 rumah tangga tercatat memiliki penghasilan ≤ Rp. 2.083.347. Jumlah terbesar tercatat pada rumah tangga 1-3 jiwa dan 4-5 jiwa. Keadaan tersebut dipengaruhi oleh tingkat pendidikan yang rendah, serta ketergantungan pada sektor



pertanian skala kecil. Penghasilan rendah juga tercatat mendominasi rumah tangga petani di wilayah pedesaan. Berdasarkan data Sensus Pertanian, tercatat 17,25 juta petani atau 62% dari total petani dikategorikan sebagai petani gurem karena hanya menguasai lahan <0,5 hektar (BPS, 2023). Ketergantungan terhadap hasil lahan sempit membentuk pola pendapatan rumah tangga petani yang rendah. Penambahan sumber penghasilan belum dapat dilakukan secara optimal karena keterbatasan modal dan rendahnya keterampilan nonpertanian. Program bantuan pertanian tercatat belum secara spesifik menysasar kebutuhan petani gurem karena masih bersifat umum. Kondisi ini mengakibatkan dampak program belum signifikan terhadap kesejahteraan petani kecil (Lubis *et al.*, 2020). Jumlah lahan yang sempit memengaruhi tingkat kesejahteraan karena mayoritas petani tidak memperoleh dukungan produksi secara intensif (Winoto, 2014). Akses terhadap pasar, infrastruktur, serta input pertanian seperti pupuk dan benih berkualitas tercatat masih terbatas di wilayah pedesaan (Syahyuti, 2021).

**Analisis Pola Konsumsi Rumah Tangga**

**1. Pengeluaran Pangan dan Nonpangan Rumah Tangga**

Pengeluaran rumah tangga diklasifikasikan dalam dua kategori, yaitu pengeluaran kebutuhan pangan dan pengeluaran kebutuhan nonpangan. Jumlah antara kedua jenis pengeluaran tersebut dapat digunakan sebagai indikator untuk mengukur tingkat kesejahteraan maupun ketahanan pangan rumah tangga (Siallagan *et al.*, 2021). Jumlah pengeluaran pangan rumah tangga disajikan pada Tabel 4.

**Tabel 4.** Rata-rata Jumlah Pengeluaran Pangan Rumah Tangga Perbulan

No	Pengeluaran Pangan	Rata-rata Pengeluaran Pangan		
		1-3 Jiwa	4-5 Jiwa	≥6 Jiwa
1	Padi-padian	Rp. 200.714	Rp. 366.600	Rp. 337.778
2	Umbi-umbian	Rp. 220.238	Rp. 13.200	Rp. 11.111
3	Ikan	Rp. 180.714	Rp. 258.400	Rp. 278.889
4	Daging	Rp. 2.381	Rp. 5.200	Rp. -
5	Telur dan Susu	Rp. 44.667	Rp. 71.200	Rp. 101.222
6	Sayur-sayuran	Rp. 65.714	Rp. 37.000	Rp. 65.556
7	Buah-buahan	Rp. 53.714	Rp. 58.800	Rp. 48.000
8	Kacang-kacangan	Rp. 22.143	Rp. 46.400	Rp. 44.444
9	Minyak dan Lemak	Rp. 51.095	Rp. 73.040	Rp. 77.333
10	Bumbu dan Rempah	Rp. 76.595	Rp. 85.200	Rp. 60.444
11	Bahan Minuman	Rp. 70.429	Rp. 81.040	Rp. 78.111
12	Makanan dan Minuman Jadi	Rp. 41.429	Rp. 34.760	Rp. 20.222
13	Tembakau dan Sirih	Rp. 86.762	Rp. 146.040	Rp. 96.667
<b>Total Pengeluaran Pangan</b>		<b>Rp. 1.116.595</b>	<b>Rp. 1.276.880</b>	<b>Rp. 1.219.778</b>

Sumber: Badan Pusat Statistik (BPS, 2024).

Komoditas padi-padian tercatat sebagai pengeluaran pangan terbesar pada seluruh kelompok rumah tangga. Rata-rata pengeluaran tertinggi tercatat pada rumah tangga dengan jumlah anggota 4–5 jiwa sebesar Rp. 366.600, disusul oleh rumah tangga ≥6 jiwa sebesar Rp. 337.778, dan rumah tangga 1–3 jiwa sebesar Rp. 200.714. Kelompok rumah tangga ≥6 jiwa menunjukkan pengeluaran yang lebih rendah dibandingkan kelompok 4–5 jiwa. Hal tersebut diduga berkaitan dengan penerapan efisiensi konsumsi pangan dalam rumah tangga besar serta perbedaan jumlah anggota keluarga produktif dan tanggungan (Casado *et al.*, 2024). Pengeluaran untuk ikan tercatat sebagai yang kedua terbesar setelah padi-padian. Harga ikan



yang lebih terjangkau dibandingkan dengan harga ayam dan daging (Puspitasari, 2019). Komoditas daging tercatat sebagai komoditas dengan pengeluaran terendah. Harga daging merah yang tinggi yaitu 190.000 per-kilogram tercatat sebagai faktor utama yang membatasi daya beli. Komoditas makanan dan minuman jadi menunjukkan pola penurunan pengeluaran. Menurunnya pengeluaran pada rumah tangga besar menunjukkan kecenderungan memasak sendiri sebagai strategi efisiensi ekonomi (Casado *et al.*, 2024).

**Tabel 5.** Rata-rata Jumlah Pengeluaran Nonpangan Rumah Tangga Perbulan

No	Pengeluaran Nonpangan	Rata-rata Pengeluaran Nonpangan		
		1-3 Jiwa	4-5 Jiwa	≥6 Jiwa
1	Listrik	Rp. 70.619	Rp. 80.200	Rp. 68.889
2	Minyak Tanah	Rp. 18.357	Rp. 13.120	Rp. 33.333
3	Bensin	Rp. 105.714	Rp. 153.760	Rp. 163.333
4	Sanitary	Rp. 37.143	Rp. 70.400	Rp. 84.333
5	Pendidikan	Rp. 72.857	Rp. 788.020	Rp. 578.500
6	Kesehatan	Rp. 16.667	Rp. 3.400	Rp. 8.889
7	Keperluan Pribadi (Pulsa ponsel)	Rp. 46.429	Rp. 67.320	Rp. 114.444
8	Keperluan Sosial	Rp. 102.095	Rp. 111.780	Rp. 111.000
<b>Total Pengeluaran Nonpangan</b>		<b>Rp. 469.881</b>	<b>Rp. 1.288.000</b>	<b>Rp. 1.162.722</b>

Sumber: Badan Pusat Statistik (BPS, 2024).

Pengeluaran pendidikan tercatat paling tinggi pada kelompok 4–5 jiwa sebesar Rp. 788.020, diikuti oleh kelompok ≥6 jiwa sebesar Rp. 578.500 dan kelompok 1–3 jiwa sebesar Rp. 72.857. Angka ini mencerminkan komitmen terhadap pendidikan formal, yang menjadi prioritas dalam alokasi rumah tangga pedesaan (Bappenas, 2022). Pengeluaran untuk bensin tercatat sebagai pengeluaran terbesar setelah pendidikan, yaitu Rp163.333 untuk keluarga ≥6 jiwa, Rp. 153.760 untuk keluarga 4–5 jiwa, dan Rp. 105.714 untuk keluarga 1–3 jiwa. Pengeluaran kesehatan tercatat paling rendah dibanding item lainnya, yaitu Rp16.667 pada 1–3 jiwa, Rp. 8.889 pada ≥6 jiwa, dan Rp. 3.400 pada 4–5 jiwa. Penanganan kesehatan dilakukan melalui layanan puskesmas atau obat tradisional, dengan kunjungan ke fasilitas kesehatan tercatat rendah karena kondisi kesehatan masyarakat yang cenderung stabil. Tingginya alokasi dana pada sektor pendidikan menunjukkan bahwa pendidikan telah diposisikan sebagai prioritas utama dalam struktur pengeluaran rumah tangga (Puspitasari, 2019).

**Tabel 6.** Jumlah Rata-rata Pengeluaran Pangan dan Non Pangan

No	Jenis Pengeluaran	Rata-rata (Rp/Bulan)		
		1-3 Jiwa	4-5 Jiwa	≥6 Jiwa
1	Pengeluaran Pangan	Rp. 1.116.595	Rp. 1.276.880	Rp. 1.219.778
2	Pengeluaran Nonpangan	Rp. 527.500	Rp. 1.375.200	Rp. 1.220.500
<b>Total</b>		<b>Rp. 1.644.095</b>	<b>Rp. 2.652.080</b>	<b>Rp. 2.440.278</b>

Sumber: Badan Pusat Statistik (BPS, 2024).

## 2. Analisis Pola Konsumsi Rumah Tangga

Konsumsi pangan digunakan sebagai indikator dalam menentukan status ketahanan pangan rumah tangga (Puspitasari, 2019). Penilaian terhadap ketahanan pangan dari sudut pandang gizi dilakukan melalui pengukuran kecukupan konsumsi energi yang dibutuhkan oleh individu setiap harinya. Standar kecukupan tersebut telah ditetapkan dalam kebijakan nasional



sebagai salah satu wujud pencapaian ketahanan pangan yang berfokus pada perbaikan status gizi masyarakat (Kemenkes RI, 2019).

**Tabel 7.** Rata-Rata Pola Konsumsi Pangan Serta Tingkat Konsumsi Gizi Rumah Tangga

Zat Gizi	Rata-rata Jumlah Konsumsi			Rata-rata Kecukupan AKG (%)*		
	1-3 Jiwa	4-5 Jiwa	≥ 6 Jiwa	1-3 Jiwa	4-5 Jiwa	≥ 6 Jiwa
Energi (kkal)	4138,98	7622,21	12234,35	113%	82%	97%
Protein (g)	181,24	333,43	497,63	164%	133%	146%
Lemak (g)	64,58	114,55	168,53	60%	42%	44%
Karbohidrat (g)	807,51	1485,66	2439,02	140%	104%	128%

Sumber\*: Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 28, 2019.

Konsumsi energi pada kelompok rumah tangga 1–3 jiwa tercatat sebesar 4.138,98 kkal dengan tingkat kecukupan energi mencapai 113%. Kelompok rumah tangga 4–5 jiwa memiliki total konsumsi energi 7.622,21 kkal dengan tingkat kecukupan hanya 82%, yang merupakan angka terendah di antara ketiga kelompok. Perbedaan kecukupan gizi dipengaruhi oleh perbedaan komposisi keluarga (Kemenkes RI, 2018). Asupan protein di semua kelompok rumah tangga melebihi 100% kecukupan AKG. Kelompok 1–3 jiwa mencatat kecukupan 164%, kelompok 4–5 jiwa 133%, dan kelompok ≥6 jiwa 146%, dipengaruhi oleh konsumsi ikan, kacang merah, dan daun kelor (Kemenkes RI, 2018).

Konsumsi lemak tercatat rendah di seluruh kelompok, kelompok 1–3 jiwa 60%, kelompok 4–5 jiwa 42%, dan kelompok ≥6 jiwa 44%, disebabkan oleh minimnya penggunaan minyak goreng dan konsumsi daging berlemak. Konsumsi karbohidrat tinggi disebabkan oleh konsumsi campuran nasi jagung dan kacang-kacangan yang menjadi makanan sehari-hari di Desa Todanara. Pola konsumsi gizi rumah tangga secara keseluruhan menunjukkan bahwa kelompok rumah tangga dengan 1-3 jiwa memiliki kecukupan energi, protein, dan karbohidrat yang lebih tinggi dibanding kelompok rumah tangga 4-5 jiwa dan ≥6 jiwa, sementara konsumsi lemak masih tergolong rendah di semua kelompok. Kebiasaan konsumsi pangan seperti ikan segar, nasi jagung, kacang merah, dan kelor memberikan pengaruh besar terhadap kelebihan konsumsi energi dan protein (Suryana *et al.*, 2019).

**Tabel 8.** Distribusi Kategori Tingkat Konsumsi Energi Rumah Tangga

Kategori Konsumsi (%) Angka Kecukupan Gizi (AKG)	Jumlah Rumah Tangga			Keterangan
	1-3 Jiwa	4-5 Jiwa	≥ 6 Jiwa	
<b>Energi</b>				
<70%	1	7	3	Defisit berat
70-79%	2	5	0	Defisit sedang
80-89%	3	4	1	Defisit ringan
90-119%	7	9	2	Normal
≥120%	8	0	3	Berlebih

Sumber: Kemenkes RI, 2019.

Kategori defisit energi paling tinggi tercatat pada kelompok rumah tangga 4–5 jiwa, baik defisit berat, sedang, maupun ringan. Efisiensi konsumsi belum dimaksimalkan seperti pada rumah tangga ≥6 jiwa yang telah melakukan pengelolaan kebutuhan pangan secara lebih adaptif melalui pemanfaatan hasil kebun serta pembelian bahan pangan dalam jumlah besar (Fatimah *et al.*, 2020). Ketergantungan pada belanja harian serta tekanan pengeluaran pendidikan dan transportasi menyebabkan pembelian pangan bergizi berkurang. Kategori



konsumsi energi normal tercatat didominasi oleh rumah tangga 1–3 jiwa, sedangkan kategori berlebih tercatat pada rumah tangga kecil dan besar. Ukuran keluarga telah memengaruhi pencapaian status gizi. Rumah tangga kecil lebih mudah memenuhi kebutuhan energi per kapita, sementara rumah tangga besar masih memungkinkan mencapai status normal melalui efisiensi konsumsi (Casado *et al.*, 2024). Kecukupan energi juga dipengaruhi oleh keberagaman konsumsi pangan dan kondisi sosial ekonomi, seperti pendapatan dan pendidikan yang berkorelasi dengan kemampuan membeli dan memilih makanan bergizi (Rahmatika *et al.*, 2024).

**Tingkat Ketahanan Pangan (Metode Jonsson & Toole, 1991)**

Tingkat ketahanan pangan pada tingkat rumah tangga diukur melalui metode Jonsson dan Toole, 1991, pengelompokan silang dari jumlah pengeluaran pangan dan angka kecukupan konsumsi energi (Maxwel S, *et al.*, 2000). Rumah tangga dikategorikan menjadi tahan pangan, rentan pangan, kurang pangan, dan rawan pangan. Jumlah pengeluaran pangan ditentukan dari perbandingan total pengeluaran pangan dan nonpangan. Angka kecukupan energi dihitung sebagai jumlah energi yang dibutuhkan individu untuk hidup sehat sesuai standar (Puspitasari, 2019).

**Tabel 9.** Kategori Tingkat Ketahanan Pangan Rumah Tangga

No	Kategori Ketahanan Pangan	Jumlah Responden	Keterangan		
			1-3 Jiwa	4-5 Jiwa	≥6 Jiwa
1	Tahan Pangan	15	3	8	4
2	Rentan Pangan	22	15	5	2
3	Kurang Pangan	9	1	6	2
4	Rawan Pangan	9	2	6	1
<b>Total</b>		<b>55</b>	<b>21</b>	<b>25</b>	<b>9</b>

Sumber: Apid *et al.*, 2022.

Tingkat ketahanan pangan rumah tangga menunjukkan jumlah tertinggi pada kategori rentan pangan sebanyak 22 rumah tangga, mayoritas berasal dari kelompok 1–3 jiwa. Kategori tahan pangan mencakup 15 rumah tangga dengan dominasi kelompok 4–5 jiwa, sedangkan kategori kurang pangan dan rawan pangan masing-masing mencakup 9 rumah tangga dengan kelompok 4–5 jiwa tercatat paling banyak. Ketahanan pangan dipengaruhi oleh keseimbangan pendapatan, keragaman usia anggota rumah tangga, serta efisiensi konsumsi dan produksi (Pramono *et al.*, 2018). Kerentanan tertinggi ditemukan pada rumah tangga kecil dengan pendapatan tidak tetap, serta rumah tangga sedang dengan beban konsumsi yang besar dan keterbatasan sumber daya ekonomi. Tingkat kerentanan pangan diperparah oleh iklim kering, keterbatasan air, dan kegagalan panen yang umum terjadi di wilayah pesisir seperti Desa Todanara (BPS NTT, 2025). Ketahanan pangan yang rendah berkaitan erat dengan tingginya angka stunting serta rendahnya kualitas sumber daya manusia (Khotimah, 2022). Ketahanan pangan yang tidak tercapai akan memicu siklus kemiskinan antar-generasi karena berkurangnya potensi produktivitas jangka panjang (Khusun *et al.*, 2022).

**Analisis Regresi Linear**



Penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda untuk mengukur pengaruh beberapa variabel sosial ekonomi dan pola pengeluaran terhadap total pengeluaran pangan rumah tangga. Ringkasan model disajikan pada Tabel 10 berikut:

**Tabel 10.** Ringkasan Model

<i>Regression Statistics</i>	
<i>Multiple R</i>	0,980923271
<i>R Square</i>	0,962210464
<i>Adjusted R Square</i>	0,932430335
<i>Standard Error</i>	275173,1583
<i>Observations</i>	55

Berdasarkan hasil regresi, nilai Adjusted R<sup>2</sup> sebesar 0,932 menunjukkan bahwa 93,2% variasi pengeluaran pangan (Y) dapat dijelaskan oleh sepuluh variabel independen (X<sub>1</sub>–X<sub>10</sub>). Nilai Multiple R yang mendekati 1 juga menandakan hubungan yang sangat kuat antara variabel-variabel dalam model.

**Tabel 11.** Perhitungan ANOVA (Uji F)

	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>Significance F</i>
<i>Regression</i>	10	8,67607E+13	8,67607E+12	114,5805841	4,05108E-28
<i>Residual</i>	45	3,40741E+12	75720267024		
<i>Total</i>	55	9,01681E+13			

Nilai F sebesar 114,58 dengan signifikansi  $p = 4,05 \times 10^{-28}$  menunjukkan bahwa model signifikan secara keseluruhan. Hal tersebut menunjukkan bahwa keseluruhan variabel independen memberikan pengaruh yang nyata terhadap pengeluaran pangan rumah tangga. Perhitungan koefisien regresi disajikan pada Tabel 12.

**Table 12.** Koefisien Regresi ( $\beta$ , Std. Error, t, p-value)

<i>Variance</i>	<i>Coefficients</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t Stat</i>	<i>P-value</i>
X1 (Anggota Keluarga)	14559,55796	26252,81537	-0,55459035	0,581920992
X2 (Pendapatan)	0,085519477	0,036110666	2,368260829	0,022227563
X3 (Pengeluaran Beras)	1,480066785	0,275874185	5,365006456	2,70464E-06
X4 (Pengeluaran Ikan)	1,284409225	0,342619275	3,748794421	0,000504739
X5 (Pengeluaran Tempe)	0,326544708	1,920328432	0,170046281	0,865735941
X6 (Pengeluaran Sayur)	1,785264477	0,875750348	2,038554117	0,047395999
X7 (Pengeluaran Buah)	1,59449251	0,867028653	1,83903093	0,072514602
X8 (Pengeluaran Minyak)	2,889096449	1,2603576	2,292283118	0,026619126
X9 (Kepemilikan Lahan)	53356,80478	61265,45163	-0,8709118	0,38842488
X 10 (Hasil Panen)	32559,35025	119487,74	-0,27249114	0,786490907

Hasil uji t menunjukkan bahwa lima variabel memiliki pengaruh signifikan terhadap pengeluaran pangan, yaitu pendapatan rumah tangga (X<sub>2</sub>), pengeluaran untuk beras (X<sub>3</sub>), ikan (X<sub>4</sub>), sayur (X<sub>6</sub>), dan minyak goreng (X<sub>8</sub>). Variabel pendapatan (X<sub>2</sub>) menunjukkan bahwa setiap peningkatan pendapatan rumah tangga sebesar Rp 1 akan meningkatkan pengeluaran pangan sebesar Rp 0,0855. Variabel pengeluaran untuk beras (X<sub>3</sub>) memiliki pengaruh positif signifikan dengan nilai  $\beta_3 = 1,4801$  dan  $p < 0,001$ , menunjukkan dominasi beras dalam konsumsi rumah tangga (Purwanti *et al.*, 2022). Variabel ikan (X<sub>4</sub>) juga menunjukkan pengaruh signifikan ( $\beta_4 = 1,2844$  dan  $p = 0,0005$ ), yang mencerminkan pentingnya sumber protein hewani (Ningsih *et*



*al.*, 2022). Variabel jumlah anggota keluarga ( $X_1$ ), kepemilikan lahan ( $X_9$ ), dan hasil panen ( $X_{10}$ ) tidak menunjukkan pengaruh signifikan, karena alokasi pengeluaran lebih diarahkan ke kebutuhan non-pangan serta minimnya konsumsi hasil pertanian sendiri (Suryanto *et al.*, 2023).

## KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pola konsumsi rumah tangga terhadap tingkat ketahanan pangan di Desa Todanara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 55 rumah tangga, sebanyak 15 rumah tangga tergolong tahan pangan, 22 rumah tangga rentan pangan, 9 rumah tangga kurang pangan, dan 9 rumah tangga rawan pangan. Tingkat konsumsi energi tertinggi ditemukan pada rumah tangga dengan anggota  $\geq 6$  jiwa sebesar 12.234,35 kkal per hari, sedangkan yang terendah terdapat pada rumah tangga 4–5 jiwa sebesar 7.622,21 kkal. Pola konsumsi pangan menunjukkan bahwa rumah tangga kecil cenderung memiliki tingkat kecukupan energi, protein, dan karbohidrat yang tinggi, namun konsumsi lemak masih rendah di semua kelompok rumah tangga. Kelompok 4–5 jiwa mengalami defisit energi tertinggi karena tekanan ekonomi dan tingginya pengeluaran nonpangan. Faktor sosial ekonomi seperti pendapatan, serta pengeluaran untuk beras, ikan, sayur, dan minyak goreng terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap ketahanan pangan, berdasarkan hasil regresi. Penelitian ini menegaskan bahwa efisiensi konsumsi, keberagaman sumber pangan, dan stabilitas pendapatan menjadi kunci dalam memperkuat ketahanan pangan rumah tangga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anzaini, B. K., Gantini, T., & Srimenganti, N. (2022). Analisis ketahanan pangan berdasarkan proporsi pengeluaran dan konsumsi energi (Suatu kasus pada rumah tangga petani buruh di Desa Gunungmanik, Kecamatan Tanjungsari, Kabupaten Sumedang). *Orchid Agri*, 2(2).
- Apid, A., Mukson, M., & Sumekar, W. (2022). Analisis faktor sosial ekonomi rumah tangga terhadap tingkat ketahanan pangan (Kasus pada Gapoktan Tani Sejahtera Desa Ujunggebang Kabupaten Cirebon). *Jurnal Ekonomi Pembangunan dan Aplikasi*, 6(3), 11.
- Azmi, W. (2022). Pengaruh pola konsumsi rumah tangga terhadap gaya hidup nelayan di Desa Pasar Madang dalam perspektif ekonomi Islam (Studi pada Kecamatan Kota Agung Kabupaten Tanggamus). Skripsi.
- Azmininovia, M. (2020). Determinan ketahanan pangan berdasarkan indeks ketahanan pangan di Kawasan Timur Indonesia tahun 2018. Skripsi.
- Badan Pangan Nasional. (2022). Peraturan Badan Pangan Nasional Republik Indonesia Nomor 10 Tahun 2022.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Nusa Tenggara Timur. (2023). Provinsi Nusa Tenggara Timur dalam Angka 2023. Kupang: BPS NTT.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Nusa Tenggara Timur. (2024). Rata-rata pengeluaran per kapita sebulan menurut kelompok komoditas dan klasifikasi desa di Provinsi Nusa Tenggara Timur.



- Badan Pusat Statistik Provinsi Nusa Tenggara Timur. (2025). Persentase Penduduk Miskin Provinsi Nusa Tenggara Timur September 2024 Turun Menjadi 19,02 Persen.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Prevalensi penduduk dengan kerawanan pangan sedang atau berat berdasarkan pada skala pengalaman kerawanan pangan.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Sensus Pertanian 2023: Petani Gurem dan Struktur Usaha Pertanian. BPS RI.
- Bappenas. (2022). Evaluasi Program Pengembangan Sumber Daya Manusia dan Pendidikan di Daerah Tertinggal. Badan Perencanaan Pembangunan Nasional.
- Casado, J. M., Giménez-Nadal, J. I., Labeaga, J. M., & Molina, J. A. (2024). Family size and food consumption: Exploring economies of scale with panel data. *Journal of Family and Economic Issues*
- Fatimah, N., & Wulandari, Y. (2020). Pola konsumsi pangan rumah tangga berdasarkan jumlah anggota keluarga di daerah pedesaan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 15(2), 101–110.
- Hikmah, N., & Pranata, E. O. (2023). Cooperative farming: Sebuah strategi menuju ketahanan pangan berkelanjutan. *The Journal of Social and Government*, 4(5), 120–137.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Tabel komposisi pangan Indonesia 2017. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Direktorat Gizi Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia.
- Kementerian Pertanian Republik Indonesia. (2022). Statistik ketahanan pangan tahun 2022.
- Khoiriyah, N., Kristanto, A. Y., & Hidayat, A. (2025). Analisis konsumsi protein masyarakat Indonesia dan determinan sosial ekonominya. *Jurnal Gizi dan Ketahanan Pangan*, 18(1), 23–34.
- Khotimah, K. (2022). Dampak stunting dalam perekonomian di Indonesia. *Jurnal Inovasi Sektor Publik*, 2(1), 113–124.
- Khusun, H., Februhartanty, J., Anggraini, R., Drewnowski, A., & others. (2022). Animal and plant protein food sources in Indonesia vary across socio-demographic groups. *Socio-cultural research on protein transition in Indonesia and Malaysia—Frontiers in Nutrition*, 9, 762459.
- Lubis, D., & Zulkarnain, I. (2020). Efektivitas Program Pemberdayaan Petani dalam Mengurangi Kemiskinan. *Jurnal Sosial Ekonomi Pertanian*, 9(1), 71–83.
- Maxwell, D. G. (1996). Measuring food insecurity: The frequency and severity of coping strategies. *Food Policy*, 21(3), 291–303.
- Ningsih, K., & Sustiyana. (2022). Analisis ketahanan pangan rumah tangga petani pada masa pandemi COVID-19 melalui berusaha dari rumah (farm from home). *SEPA (Jurnal Sosial dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 19(1), 114–126.
- Pramono, E. R., Baliwati, Y. F., & Mauludyani, A. V. R. (2018). Analisis faktor ketahanan pangan pada rumah tangga perikanan di pesisir Purworejo. *Repository IPB*.
- Purwanti, R., Ginting, I. A. B., Aulia, N. P., Nuryanto, N., & Dieny, F. F. (2024). Karakteristik keluarga, ketahanan pangan, pengeluaran pangan, dan keanekaragaman pangan keluarga dengan dan tanpa WaSt (Wasting-Stunted) pada anak di Kota Semarang. *Amerta Nutrition*, 8(3SP), 228–239.
- Puspitasari, A. D. (2019). Analisis ketahanan pangan rumah tangga berdasarkan pengeluaran pangan pada Kawasan Rumah Pangan Lestari (KRPL) dan non KRPL di Kelompok



- Wanita Tani Cemara Baran, Kelurahan Cemorokandang, Kecamatan Kedungkandang, Kota Malang. Skripsi, Universitas Brawijaya.
- Putri, K., Murniati, K., & Adawiyah, R. (2019). Pola konsumsi dan tingkat ketahanan pangan rumah tangga petani ubi kayu di Kecamatan Terusan Nunyai, Kabupaten Lampung Tengah. *Jurnal Ilmiah Agribisnis*, 7(3), 391–396.
- Rahmatika, T., Pangestuti, D. R., & Asna, A. F. (2024). Hubungan ketahanan pangan, pola asuh, dan tingkat kecukupan gizi dengan kejadian stunting balita 6–59 bulan di Puskesmas Dawe, Kabupaten Kudus. *Amerta Nutrition*, 8(3SP), 82–93.
- Republik Indonesia. (2012). Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2012 tentang Ketahanan Pangan. Kementerian Hukum dan HAM.
- Septiadi, D., & Yusuf, M. (2023). Analisis ketahanan pangan rumah tangga petani lahan kering di Kabupaten Sumbawa: Suatu tinjauan proporsi pengeluaran pangan. *Agroteksos*, 33(3), 159–168.
- Siallagan, M., Lubis, S. N., & Sirait, B. (2021). Analisis ketahanan pangan rumah tangga berdasarkan aspek pengeluaran pangan di Kota Medan. *Jurnal Darma Agung*, 29(3), 378.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryana, E. A., Martianto, D., & Baliwati, Y. F. (2019). Pola konsumsi dan permintaan pangan sumber protein hewani di Provinsi Nusa Tenggara Barat dan Nusa Tenggara Timur. *Analisis Kebijakan Pertanian*, 17(1), 1–12.
- Syahyuti, S. (2021). Masalah Struktural Pertanian dan Solusi Kebijakan: Telaah Kritis. *Forum Penelitian Agro Ekonomi*, 39(2), 143–155.
- Takinanda, G. (2019). Faktor-faktor yang menentukan pola konsumsi pangan penduduk di Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung. Tesis.
- Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. (1945).
- Winoto, J. (2014). Agrarian Reform and Social Justice in Indonesia. *Indonesian Journal of Agricultural Economics*, 2(1), 1–12.
- Yusnita, M. (2019). Pola perilaku konsumen dan produsen. Semarang: Alprin.