

GAMBARAN KERAGAMAN KONSUMSI PANGAN PADA MASYARAKAT PESISIR TANJUNG PENDAM PADA MASA PANDEMI COVID-19

Annisa Amalia

Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

Email : amaliaannisanalya2112@gmail.com

Abstrak

Pangan merupakan salah satu kebutuhan dasar makhluk hidup untuk bertahan hidup selain udara dan air. Ketersediaan pasokan pangan yang kurang dibandingkan permintaannya akan menimbulkan ketidakstabilan di masyarakat. Kebutuhan pangan perlu dipenuhi baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Keragaman konsumsi pangan merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencapai ketahanan pangan. Selain itu, keragaman konsumsi pangan yang baik juga dapat memenuhi kebutuhan zat gizi tubuh. Studi ini dilakukan untuk melihat bagaimana keragaman konsumsi pangan masyarakat pesisir Tanjung Pendam, Belitung pada masa pandemi COVID-19. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *food frequency questionnaire* (FFQ) yang divalidasi oleh validator ahli dibidang gizi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitis dengan memberikan gambaran suatu objek penelitian dengan sebagaimana adanya. Hasil penelitian ini menunjukkan keragaman konsumsi pangan masyarakat pesisir Tanjung Pendam umumnya sudah cukup baik dengan mengonsumsi berbagai kelompok pangan dimulai dari kelompok makanan pokok, lauk-pauk hewani dan nabati, sayuran, hingga buah-buahan. Namun, konsumsi kelompok buah-buahan perlu peningkatan lagi agar tercapai keragaman konsumsi yang baik dan seimbang.

Kata Kunci: keragaman konsumsi pangan; pandemi COVID-19; masyarakat pesisir

Abstract

Food is one of the basic needs of living things to survive in addition to air and water. The availability of food supplies that are less than the demand will cause instability in the community. Food needs need to be met both in terms of quantity and quality. Diversity of food consumption is one of the efforts that can be done to achieve food security. In addition, the diversity of good food consumption can also meet the body's nutritional needs. This study was conducted to see how diversity of food consumption of coastal communities of Tanjung Pendam, Belitung during the COVID-19 pandemic. The instrument used in this study is a food frequency questionnaire (FFQ) validated by an expert validator in the field of nutrition. The method of this research uses descriptive analytical method by providing a description of an object of research as it is. The results of this study show the diversity of food consumption of coastal communities of Tanjung Pendam is generally quite good by consuming various food groups ranging from staple food groups, animal and vegetable side dishes, vegetables, to fruits. However, the consumption of fruit groups needs to increase again in order to achieve a good and balanced diversity of consumption.

How to cite:

Amalia, A (2022) Gambaran keragaman konsumsi pangan pada masyarakat Pesisir Tanjung Pendam Pada Masa Pandemi Covid-19, *Syntax Idea*, 4(1), <https://doi.org/10.36418/syntax-idea.v4i1.1735>

E-ISSN:

2684-883X

Published by:

Ridwan Institute

Keywords: *dietary diversity; COVID-19 pandemic; coastal community*

Pendahuluan

Pangan merupakan kebutuhan dasar yang dibutuhkan makhluk hidup untuk hidup, yang harus terpenuhi setiap waktu. Ketersediaan akan pangan yang lebih kecil dibandingkan kebutuhannya akan berpotensi menimbulkan suatu ketidakstabilan. Menurut UU tentang pangan No 18/2012, ketahanan pangan merupakan kondisi terpenuhinya pangan bagi negara sampai pada tingkat perseorangan yang tergambar dari tersedianya pangan yang cukup, baik dari segi jumlah maupun mutunya, aman, beragam, bergizi, merata, dan terjangkau, serta tidak bertentangan dengan agama, keyakinan, dan budaya masyarakat untuk dapat hidup sehat, aktif, dan produktif secara berkelanjutan (Pemerintah Pusat, 2012).

Kebutuhan akan pangan tidak hanya perlu dipenuhi dari segi kuantitas, tetapi dari segi kualitasnya pula. Tubuh manusia memerlukan setidaknya 45 jenis zat gizi, dan tidak ada satu jenis makanan yang dapat memenuhi kebutuhan itu semua (Suryana, 2012). Studi mengenai keragaman konsumsi pangan pada hasil susenas tahun 2014 pada masyarakat Yogyakarta dan Nusa Tenggara Timur, pola konsumsi pangan yang beragam menunjukkan ketahanan pangan yang tinggi (Firdaus & Cahyono, 2017). Skor keragaman konsumsi pangan (*Dietary Diversity Score*) mempunyai hubungan yang signifikan terhadap nilai rata-rata kecukupan zat gizi (*mean adequacy ratio*) (Septiani, 2017).

Berdasarkan peta ketahanan dan kerentanan pangan 2019, kabupaten Belitung berada pada tingkat 347 dengan skor indeks ketahanan pangan sebesar 59,22 (skor 0-100), dimana wilayah ini ditandai dengan warna merah muda dengan kategori agak rentan (Badan Ketahanan Pangan, 2020). Menurut prospek ekonomi global (*Global Economic Outlook*) memperkirakan terjadinya pandemi COVID-19 pada tahun 2020 berpotensi membuat pertambahan 83-132 juta orang pada tingkat kurang gizi (FAO, 2020). Selain itu, kabupaten Belitung merupakan salah satu dari dua kabupaten yang ada di pulau Belitung, provinsi kepulauan Bangka Belitung. Kondisi geografis pulau Belitung yang merupakan pulau kecil sehingga sebagian besar kebutuhan termasuk pangan dipenuhi dari daerah lain, serta sebagian besar wilayahnya juga merupakan daerah pesisir pantai yang sebagian besar masyarakatnya sangat bergantung pada hasil laut dan kondisi alam sekitar.

Penelitian ini dilakukan dan difokuskan pada masyarakat wilayah pesisir Tanjung Pendam Kabupaten Belitung, yang merupakan salah satu wilayah padat penduduk di kabupaten Belitung dengan melihat bagaimana keragaman konsumsi pangan dalam tingkat rumah tangga (*household*). Ketergantungan terhadap kondisi geografis yang sebagian besar kebutuhannya didapatkan dari luar wilayah Belitung dan hasil laut, serta pembatasan berskala besar dalam rangka mengurangi penyebaran virus COVID-19 dikhawatirkan akan memberikan dampak terhadap ketahanan pangan dan pola konsumsi pangan masyarakat pesisir Tanjung Pendam.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitis dan data yang diperoleh bersifat *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah pesisir Kelurahan Tanjung Pendam Kabupaten Belitung pada Desember 2021-Januari 2022 terhadap 30 keluarga yang diwakili oleh Ibu Rumah Tangga, selaku orang yang bertanggung jawab dalam menyiapkan dan menyajikan makanan di rumah tangganya, dengan pemilihan sampel penelitian dilakukan dengan cara *purposive sampling*.

Pengumpulan data penelitian dilakukan secara observasi dan wawancara langsung serta terstruktur (*structured interview*). Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan jenis data primer yang didapatkan langsung dari sumbernya dan diperoleh dengan penarikan dalam satu waktu yang sama (*cross section data*). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dengan penyesuaian bahan makanan lokal yang selanjutnya di validasi oleh validator ahli (*expert judgement*). Data yang didapatkan dari penelitian ini diolah menggunakan program Microsoft Excel yang diolah dengan tabulasi dalam tabel dan dianalisis secara deskriptif dengan memberikan gambaran secara umum dan apa adanya.

Hasil dan Pembahasan

1. Deskripsi Daerah Penelitian

Tanjung Pendam merupakan salah satu desa atau kelurahan yang terletak di Kecamatan Tanjungpandan Kabupaten Belitung. Kelurahan Tanjung Pendam memiliki luas wilayah sebesar 1,02 km² dengan kepadatan penduduk 5497 jiwa/km² dengan 4 kawasan lingkungan yaitu lingkungan Tanjung Pendam (RT 1 s.d. RT 8), lingkungan Pagar Alam (RT 9 s.d. RT 14), lingkungan Perai (RT 15 s.d. RT 21), dan lingkungan Baru (RT 22 s.d. RT 26). Penelitian ini khususnya dilakukan di lingkungan Tanjung Pendam karena merupakan daerah yang terletak paling dekat dengan bibir pantai (pesisir) ([Badan Pusat Statistik Kabupaten Belitung, 2020](#)).

2. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia, pekerjaan, penghasilan keluarga, dan pendidikan responden.

Karakteristik	n	%
Usia		
31-40 tahun	5	16,67
41-50 tahun	11	36,67
50-60 tahun	7	23,33
>60 tahun	7	23,33
Pekerjaan		
IRT	25	83,33
Wiraswasta	3	10
Honorar	1	3,33
Lainnya	1	3,33

Penghasilan Keluarga		
≤ Rp 1.000.000,-	1	3,33
Rp 1.000.001-2.000.000	9	30
Rp 2.000.001-3.000.000	14	46,67
≥ Rp 3.000.001	6	20
Tingkat Pendidikan		
SD	13	43,33
SLTP/Sederajat	6	20
SLTA/Sederajat	10	33,33
Lainnya	1	3,33
Total	30	100

Sumber: hasil pengolahan data primer

Berdasarkan data diatas, kelompok usia terbesar dari keseluruhan responden berada pada rentang usia 41-50 tahun dengan persentase sebesar 36,67%. Pada karakteristik pekerjaan didominasi oleh ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebesar 83,33%. Pada kelompok pekerjaan wiraswasta disini merupakan pedagang dan kelompok lainnya merupakan pegawai. Pada kategori penghasilan keluarga, dimana sebagian besar rata-rata penghasilan keluarga berada pada tingkat Rp 2.000.001-3.000.000 dengan 46,67% sampel responden. Pada karakteristik tingkat pendidikan responden sebesar 43,33% sampel dengan tingkat pendidikan hanya sampai tahap SD, sedangkan pada tahap lainnya merupakan responden yang tidak menempuh jalur pendidikan formal manapun.

3. Konsumsi Makanan Pokok

Makanan pokok merupakan makanan yang dikonsumsi paling besar dibandingkan kelompok pangan lainnya, hal ini dikarenakan makanan pokok biasanya merupakan sumber karbohidrat yang tinggi sebagai bahan bakar utama tubuh untuk menjalankan fungsinya. Pada kelompok makanan pokok, terdapat dua sumber utama yang diteliti dalam penelitian ini yaitu sereal dan olahannya, serta umbi-umbian dan olahannya.

Tabel 1
Persebaran Konsumsi Makanan Pokok

Bahan Makanan	Setiap hari		5-6 kali /minggu		3-4 kali /minggu		1-2 kali /minggu		Tidak Pernah		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Beras	30	100	0	0	0	0	0	0	0	0	30	100
Beras ketan	0	0	0	0	0	0	2	6,67	28	93,33	30	100
Jagung	0	0	0	0	0	0	0	0	30	100	30	100
Roti	0	0	0	0	8	26,67	13	43,33	9	30	30	100
Mie basah	0	0	0	0	0	0	9	30	21	70	30	100
Mie instan	1	3,33	6	20	13	43,33	9	30	1	3,33	30	100
Kwetiaw	0	0	0	0	0	0	1	3,33	29	96,67	30	100
Bihun	0	0	0	0	1	3,33	3	10	26	86,67	30	100

Bahan Makanan	Setiap hari		5-6 kali /minggu		3-4 kali /minggu		1-2 kali /minggu		Tidak Pernah		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Ubi	0	0	0	0	1	3,33	6	20	23	76,67	30	100
Singkong	0	0	0	0	0	0	12	40	18	60	30	100
Tp. tapioka	0	0	0	0	9	30	14	46,67	7	23,33	30	100

Sumber: hasil pengolahan data primer

Berdasarkan data diatas, konsumsi masyarakat pesisir Tanjung Pendam masih bertumpu pada beras. Konsumsi beras dengan frekuensi setiap hari oleh seluruh sampel responden penelitian. Konsumsi produk sereal lainya adalah roti dengan frekuensi 3-4 kali seminggu sebesar 26,67% dan 1-2 kali seminggu 43,33%. Pola konsumsi masyarakat Indonesia yang sangat bertumpu pada beras berdasarkan hasil analisis Susenas 2017 dengan 81,60 kg/kapita/tahun dan roti putih pada 19,12 kg/kapita/tahun (Wijayati, Harianto, & Suryana, 2019). Konsumsi sumber karbohidrat lainnya berasal dari ubi kayu(singkong) dengan 1-2 kali konsumsi seminggu sebesar 40% sampel. Konsumsi olahan ubi kayu yaitu tepung tapioka, sebesar 30% pada frekuensi 3-4 kali seminggu dan 46,67% pada frekuensi 1-2 kali seminggu. Sebagian besar sampel tidak mengkonsumsi komoditas beras ketan dan jagung sebagai sumber makanan pokok sehari-hari. Konsumsi mie instan pada sebagian besar sampel juga menunjukkan angka konsumsi dan frekuensi yang tinggi, dimana sebesar 20% sampel mengkonsumsi mie instan dengan frekuensi 5-6 kali seminggu dan 43,33% sampel dengan frekuensi 3-4 kali seminggu. Harga mie instan yang cenderung lebih murah, tingkat kelaparan (*hunger*), kepraktisan atau cara dan waktu persiapan yang tidak memakan waktu lama, cita rasa, aroma, dan menjadi faktor paling utama mengapa seorang individu mengkonsumsi mie instan (Utami & Triratnawati, 2016).

Secara keseluruhan konsumsi makanan pokok pada sampel responden masyarakat pesisir Tanjung Pendam pada masa pandemi COVID-19, 100% mengkonsumsi nasi dalam seminggu. Sebanyak 96,67% responden mengkonsumsi mie instan dalam satu minggu, tepung tapioka dikonsumsi 76,67% responden dalam seminggu, roti putih dikonsumsi oleh 70% responden dalam seminggu, serta singkong sebesar 40% dengan frekuensi 1-2 kali seminggu. Keragaman konsumsi makanan pokok pada masyarakat pesisir Tanjung Pendam sudah cukup baik, namun perlu ditingkatkan kembali pada jenis komoditas lainnya agar terbentuk kebiasaan makan dengan keragaman yang tinggi, sehingga ketahanan pangan tinggi.

4. Konsumsi Lauk Pauk

Kelompok lauk pauk merupakan makanan pendamping bagi makanan pokok yang biasanya merupakan sumber protein dan lemak. Kelompok lauk pauk terdiri dari daging, olahan daging, unggas, olahan unggas, ikan, olahan ikan, seafood, telur, dan kacang-kacangan(nabati).

Tabel 2
Persebaran Konsumsi Lauk Pauk

Bahan Makanan	Setiap hari		5-6 kali /minggu		3-4 kali /minggu		1-2 kali /minggu		Tidak Pernah		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Daging sapi	0	0	0	0	0	0	5	16,67	2	83,33	3	100
Daging kambing	0	0	0	0	0	0	0	0	3	100	3	100
Bakso	0	0	0	0	1	3,33	1	36,67	1	60	3	100
Ayam	0	0	2	6,67	16	53,33	1	36,67	1	3,33	3	100
Sosis	0	0	2	6,67	12	40	2	6,67	1	46,67	3	100
Nugget	0	0	2	6,67	10	33,33	2	6,67	1	53,33	3	100
Ikan kurisi	0	0	0	0	0	0	1	63,33	1	36,67	3	100
Ikan kembung	0	0	0	0	0	0	1	53,33	1	46,67	3	100
Ikan selar	0	0	0	0	0	0	2	70	9	30	3	100
Ikan tongkol	0	0	0	0	2	6,67	1	56,67	1	36,67	3	100
Ikan tenggiri	0	0	0	0	0	0	2	6,67	2	93,33	3	100
Ikan lele	0	0	0	0	0	0	1	3,33	2	96,67	3	100
Ikan kaleng	0	0	0	0	2	6,67	1	40	1	53,33	3	100
Ikan asin	0	0	0	0	6	20	1	50	9	30	3	100
Udang	0	0	0	0	0	0	8	26,67	2	73,33	3	100
Cumi	0	0	0	0	1	3,33	3	10	2	86,67	3	100
Kerang	0	0	0	0	0	0	2	6,67	2	93,33	3	100
Telur ayam	4	13,33	1	53,33	10	33,33	0	0	0	0	3	100
Kacang tanah	0	0	0	0	1	3,33	1	43,33	1	53,33	3	100
Tahu	0	0	1	3,33	14	46,67	1	46,67	1	3,33	3	100
Tempe	0	0	3	10	14	46,67	1	36,67	2	6,67	3	100

Sumber: hasil pengolahan data primer

Pada hasil analisis data konsumsi tabel diatas, konsumsi lauk pauk daging sapi masyarakat pesisir Tanjung Pendam pada masa pandemi COVID-19 rendah. Hanya sekitar 16,67% sampel mengkonsumsi daging sapi dengan frekuensi 1-2 kali seminggu. Dimana hal ini selaras dengan konsumsi daging sapi sebesar 1,55 gr/kap/hari pada hasil penelitian yang dilakukan di pesisir Jabung Timur (F & Farhan, 2014). Daging kambing tidak dikonsumsi secara sehari-hari oleh sampel responden. Produk olahan daging sapi yaitu bakso dikonsumsi oleh sekitar 40% responden dalam waktu satu minggu. Konsumsi lauk pauk lainnya yang cukup tinggi adalah ayam. Sebesar 53,33% sampel mengkonsumsi ayam dengan frekuensi 3-4 kali seminggu. Konsumsi produk olahan ayam seperti sosis dan nugget juga memberikan hasil yang cukup baik. Dimana sosis dikonsumsi oleh 40% sampel dengan frekuensi 3-4 kali seminggu, dan 33,33% sampel mengonsumsi nugget 3-4 kali seminggu. Konsumsi sosis dan nugget didominasi oleh keluarga yang memiliki anggota keluarga usia anak-anak dan remaja awal.

Konsumsi lauk pauk ikan pada sampel responden cukup beragam dari ikan kurisi dengan 63,33% sampel 1-2 kali seminggu, ikan selar oleh 70% sampel 1-2 kali seminggu, ikan tongkol 56,67% sampel 1-2 kali seminggu, serta ikan kembung 53,33% sampel 1-2 kali seminggu. Konsumsi ikan tenggiri rendah, yang dapat disebabkan harga ikan jenis ini cukup mahal sehingga jarang dikonsumsi oleh masyarakat. Konsumsi ikan lele juga rendah, dikarenakan masyarakat pesisir Tanjung Pendam lebih umum mengonsumsi jenis ikan laut (*saltwater fish*) dibandingkan ikan air tawar (*freshwater fish*). Konsumsi produk olahan ikan asin sebesar 50% sampel mengonsumsi 1-2 kali seminggu dan 20% sampel mengonsumsi 3-4 kali seminggu. Produk olahan ikan lainnya yaitu ikan kaleng dikonsumsi oleh 40% sampel responden dengan frekuensi 1-2 kali seminggu. Konsumsi produk seafood juga cukup rendah dibandingkan dengan produk ikan dan olahan ikan. Konsumsi komoditas seafood yaitu kerang-kerangan pada umumnya cukup tinggi bila air laut surut cukup jauh, karena biasanya masyarakat mencari kerang dilaut secara langsung. Namun, pada waktu pengumpulan data merupakan musim angin barat (Desember 2021-Januari 2022) sehingga air laut tidak surut jauh sehingga konsumsi kerang yang tercatat sangat rendah (hasil observasi dan wawancara).

Konsumsi lauk pauk telur ayam juga cukup tinggi pada masyarakat pesisir Tanjung Pendam. Sebesar 53,33% sampel mengonsumsi telur dengan frekuensi 5-6 kali seminggu. Hal ini dapat disebabkan karena harga telur yang lebih murah dibandingkan harga lauk pauk lainnya. konsumsi lauk pauk dari kelompok kacang-kacangan didominasi oleh olahan kacang kedelai yaitu tahu dan tempe. Sebesar 46,67% responden mengonsumsi tahu dan tempe sebanyak 3-4 kali dalam seminggu. Konsumsi kacang tanah biasanya dimasak dengan bahan pangan lain seperti produk teri kacang, gado-gado, dan pecel.

Secara keseluruhan konsumsi kelompok lauk pauk sampel responden masyarakat pesisir Tanjung Pendam pada masa pandemi COVID-19 beragam, seperti

contohnya ayam, beragam jenis ikan laut, olahan ikan asin dan ikan kaleng, telur ayam, serta tahu dan tempe. Pada hasil studi sebelumnya mengenai perbandingan konsumsi masyarakat dataran tinggi, dataran rendah, dan pantai, konsumsi masyarakat umumnya adalah daging ayam, ikan, dan telur ayam. Sedangkan konsumsi daging merah seperti daging sapi dan daging kambing sangat rendah (Siti Hamidah, Sartono, & Kusuma, 2017).

5. Konsumsi Sayuran

Sayuran merupakan komoditas pangan yang tinggi akan kandungan air, vitamin, dan mineral serta senyawa non-gizi yang sangat penting bagi pencernaan yaitu serat. Terdapat berbagai macam sayuran yang umumnya dikonsumsi masyarakat, dalam penelitian ini dikhususkan pada contoh-contoh sayuran daun, sayuran buah, sayuran batang, dan sayuran akar.

Tabel 3
Konsumsi Sayuran

Bahan Makanan	Setiap hari		5-6 kali /minggu		3-4 kali /minggu		1-2 kali /minggu		Tidak Pernah		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	N	%
Bayam	0	0	0	0	5	16,6	1	50	1	33,3	30	100
Kangkung	0	0	0	0	1	3,33	1	63,3	1	33,3	30	100
Sawi	0	0	0	0	0	0	8	26,6	2	73,3	30	100
Kol	0	0	0	0	0	0	5	16,6	2	83,3	30	100
Daun singkong	0	0	0	0	1	3,33	1	43,3	1	53,3	30	100
Tomat	0	0	3	10	1	43,3	2	6,67	1	40	30	100
Terung	0	0	0	0	0	0	1	46,6	1	53,3	30	100
Mentimun	0	0	1	3	1	43,3	8	26,6	8	26,6	30	100
Labu	0	0	0	0	0	0	9	30	2	70	30	100
Jantung pisang	0	0	0	0	0	0	1	3,33	2	96,6	30	100
Rebung	0	0	0	0	0	0	4	13,3	2	86,6	30	100
Tauge	0	0	0	0	3	10	1	63,3	8	26,6	30	100
Wortel	0	0	0	0	2	6,67	1	43,3	1	50	30	100

Sumber: hasil pengolahan data primer

Konsumsi sayuran pada sampel responden masyarakat pesisir Tanjung Pendam adalah kangkung, tauge, bayam, terung, tomat, mentimun, daun singkong, dan wortel. Konsumsi sayur kangkung oleh 63,33% responden 1-2 kali seminggu. Konsumsi sayur bayam oleh 50% sampel 1-2 kali dalam seminggu dan 16,67% di 3-4 kali konsumsi dalam satu minggu. Konsumsi terung 46,67% 1-2 kali dalam satu minggu. Konsumsi tomat dan mentimun di angka 43,33% dengan 3-4 kali seminggu. Konsumsi tomat umumnya merupakan konsumsi pada pembuatan sambal atau dicampurkan pada masakan lain. Konsumsi daun singkong dan wortel sama-sama di angka 43,33% 1-2 kali dalam waktu satu minggu. Pada masa pandemi COVID-19, konsumsi kelompok pangan sayuran pada masyarakat pesisir Tanjung Pendam umumnya sudah cukup baik dan beragam. Namun, konsumsi sayuran yang tinggi dan beragam sebenarnya berasal dari beberapa keluarga, ada sejumlah keluarga yang konsumsi sayurnya agak kurang. Secara keseluruhan konsumsi sayuran pada sampel responden masyarakat Tanjung Pendam sudah cukup baik. Hal ini selaras dengan studi yang dilakukan pada masyarakat pesisir Indramayu dengan konsumsi sayur yang cukup baik dengan 43% responden pada frekuensi 3 kali makan dalam sehari (Ida Hamidah, 2017).

6. Konsumsi Buah

Hampir sama dengan komoditas sayuran, buah merupakan komoditas pangan yang kaya akan vitamin dan mineral. Buah juga tinggi akan gula, sehingga memberikan rasa manis pada buah.

Tabel 4
Konsumsi Buah

Bahan Makanan	Setiap hari		5-6 kali /minggu		3-4 kali /minggu		1-2 kali /minggu		Tidak Pernah		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Pisang	0	0	0	0	9	30	16	53,3 3	5	16,6 7	30	100
Buah naga	0	0	1	3,3 3	2	6,67	3	10	2	80 4	30	100
Jeruk	0	0	0	0	0	0	9	30	2	70 1	30	100
Mangga	0	0	0	0	0	0	5	16,6 7	2	83,3 5 3	30	100
Melon	0	0	0	0	2	6,67	0	0	2	93,3 8 3	30	100
Semangka	0	0	0	0	0	0	2	6,67	2	93,3 8 3	30	100
Pepaya	0	0	0	0	5	16,6 7	8	26,6 7	1	56,6 7 7	30	100

Bahan Makanan	Setiap hari	5-6 kali /minggu	3-4 kali /minggu	1-2 kali /minggu	Tidak Pernah	Jumlah
Anggur	0	0	0	4	2	30
	0	0	0	13,3	86,6	100
				3	6	

Sumber: hasil pengolahan data primer

Konsumsi buah umumnya masih kurang, hal ini ditandai dengan rendahnya tingkat konsumsi buah dari data hasil penelitian diatas. Pisang merupakan buah yang umumnya dikonsumsi oleh sebagian besar sampel responden, dengan 53,33% pada frekuensi 1-2 kali seminggu. Selanjutnya buah jeruk dikonsumsi oleh 30% sampel dengan 1-2 kali konsumsi seminggu, serta buah pepaya dengan 16,67% di 3-4 kali seminggu dan 26,67% pada frekuensi 1-2 kali/minggu. Konsumsi buah yang kurang pada masyarakat pesisir Tanjung Pendam dapat disebabkan oleh beberapa hal seperti harga buah yang relatif lebih mahal dibandingkan bahan makanan lain, kurangnya perhatian masyarakat tentang pentingnya makan buah, serta pasokan komoditas buah di wilayah Belitung sebagian besar dipasok dari luar daerahnya sehingga sering mengakibatkan tidak stabilnya ketersediaan maupun harga buah di wilayah ini. Jenis buah yang umumnya berasal dari wilayah belitung sendiri adalah buah pisang dan pepaya. Oleh sebab itu konsumsi pisang cukup baik serta karakteristik masyarakat yang senang mengonsumsi buah pisang ini sendiri. Umumnya konsumsi masyarakat pesisir masih rendah dibandingkan kelompok pangan lainnya (Ida Hamidah, 2017).

Kesimpulan

Secara umum konsumsi pangan pada sampel masyarakat pesisir Tanjung Pendam di masa pandemi COVID-19 secara umum masih bergantung pada beras. Konsumsi kelompok makanan pokok lain yang dijadikan alternatif adalah roti, singkong, dan tepung tapioka yang diolah menjadi makanan lain. Konsumsi lauk pauk didominasi oleh ikan, daging ayam, telur, serta tahu dan tempe sebagai sumber protein nabati. Konsumsi sayur sudah cukup baik dan beragam, namun konsumsi buah masih rendah sehingga perlu ditingkatkan kembali.

BIBLIOGRAFI

- Badan Ketahanan Pangan. (2020). Indeks Ketahanan Pangan Indonesia 2019 (Food Security Index of Indonesia 2019). *Food Security Bureau, Republic of Indonesia*. Retrieved from [http://bkp.pertanian.go.id/storage/app/media/Bahan 2020/IKP 2019 FINAL.pdf](http://bkp.pertanian.go.id/storage/app/media/Bahan%202020/IKP%202019%20FINAL.pdf).
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Belitung. (2020). *Kecamatan Tanjungpandan Dalam Angka*. Tanjungpandan.
- F, F., & Farhan, M. (2014). Analisis Pola Konsumsi Daging Sapi Pada Masyarakat Pesisir Di Kabupaten Tanjung Jabung Timur. *Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Peternakan Universitas Jambi, XVII(2)*, 62–69. [Google Scholar](#)
- FAO. (2020). The State of Food Security and Nutrition in the World 2020. In *The State Of The World*.
- Firdaus, Nur, & Cahyono, Bintang Dwitya. (2017). How Food Consumption Pattern And Dietary Diversity Influence Food Security: Evidence From Di Yogyakarta And East Nusa Tenggara. *Jurnal Ekonomi Pembangunan, 25(1)*, 27. [Google Scholar](#)
- Hamidah, Ida. (2017). Studi tentang pola konsumsi masyarakat pesisir Indramayu. *Mangifera Edu: Jurnal Biologi Dan Pendidikan Biologi Jurnal Biologi Dan Pendidikan Biologi, 1(2)*, 46–51. [Google Scholar](#)
- Hamidah, Siti, Sartono, Agus, & Kusuma, Hapsari Sulistya. (2017). Perbedaan Pola Konsumsi Bahan Makanan Sumber Protein di Daerah Pantai, Dataran Rendah dan Dataran Tinggi. *J. Gizi, 6(1)*, 21–28. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/view/2700>.
- Pemerintah Pusat. *Undang Undang (UU) Tentang Pangan*. , Pub. L. No. 18 (2012).
- Septiani, Andini. (2017). *Sensitivitas dan Spesifisitas Dietary Diversity Score (DDS) dalam Mengestimasi Kecukupan Zat Gizi Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Indonesia (Analisis Data Studi Diet Total 2014)*. Retrieved from [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/35093/2/Andini Septiani-Fkik.Pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/35093/2/Andini%20Septiani-Fkik.Pdf). [Google Scholar](#)
- Suryana, Ahmad. (2012). Penganekaragaman Konsumsi Pangan dan Gizi : Faktor Pendukung Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy, 53(95)*, 45–52. [Google Scholar](#)
- Utami, Vera, & Triratnawati, Atik. (2016). *Perilaku Konsumsi Mie Instan dan Hubungannya dengan Faktor Individu, Lingkungan Sosial, Fisik, dan Makro : Studi Kualitatif pada Mahasiswa di Universitas Sriwijaya*. [Google Scholar](#)

Wijayati, Prasmita Dian, Harianto, NFN, & Suryana, Achmad. (2019). Permintaan Pangan Sumber Karbohidrat di Indonesia. *Analisis Kebijakan Pertanian*, 17(1), 13. [Google Scholar](#)

Copyright holder:

Annisa Amalia (2022)

First publication right:

[Syntax Idea](#)

This article is licensed under:

