

ANALISA KUALITAS KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT KOTA MEDAN



DINAS KETAHANAN PANGAN, PERTANIAN DAN PERIKANAN
KOTA MEDAN

2023

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat dan HidayahNya sehingga penulisan Laporan Analisa Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan tahun 2023 dapat terselesaikan dengan baik.

Laporan ini berisikan besaran konsumsi masyarakat Kota Medan, keberagaman jenis pangan yang ditunjukkan skor pola pangan harapan (PPH) yang tentunya sangat bermanfaat sebagai bahan masukan dalam mengevaluasi tingkat konsumsi masyarakat apakah sudah memenuhi Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman (B2SA).

Semoga publikasi buku ini dapat memberikan manfaat baik untuk memahami permasalahan pangan dan sebagai bahan rujukan untuk kerangka pembangunan di bidang pangan dan gizi di kota Medan. Saya mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang berkontribusi dalam penyelesaian laporan dan secara terkhusus terima kasih yang sebesar-besarnya kepada masyarakat yang telah memberikan informasi yang dibutuhkan dan juga terima kasih kepada enumerator yang telah berhasil mengumpulkan data dari rumah tangga.

Saran dan masukan sangat kami hargai dalam penyempurnaan penyusunan Laporan Analisa Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan dimasa mendatang.

Medan, Agustus 2023
Plt. Kepala Dinas Ketahanan Pangan, Pertanian dan Perikanan
Kota Medan

Drs. AGUS SURIYONO
Pembina Utama Muda
NIP. 196508301987121003

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	v
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Maksud dan Tujuan.....	9
1.3. Lokasi Kegiatan	10
1.4. Kegunaan	10
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1. Kota Medan Secara Demografis.....	11
2.2. Jumlah dan Laju Pertumbuhan Penduduk	16
2.3. Aspek Ekonomi.....	19
2.4. Ketahanan Pangan dan Gizi.....	32
2.5. Pengertian Survei Konsumsi Pangan	34
2.6. Data Konsumsi Pangan.....	38
2.7. Pola Pangan Harapan (PPH)	40
2.8. Analisis Data Hasil Survei Pangan	44
BAB III. METODELOGI PENELITIAN	45
3.1. Lokasi dan Ruang Lingkup	45
3.2. Teknik Pengambilan Sampel.....	45
3.3. Jenis Data dan Teknik Pengumpulan Data	46
3.4. Rekrutmen Petugas Survei.....	46
3.5. Pelatihan Surveyor.....	47
3.6. Pengambilan Data.....	47
3.7. Tahap Pengolahan dan Analisis Data.....	49
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	56
4.1. Gambaran Umum Kota Medan	56
4.2. Gambaran Rumah Tangga	57
4.3. Konsumsi Menurut Kelompok Bahan Makanan	62
4.4. Analisis Pangan	72
4.5. Proporsi Penduduk Kota Medan Menurut Skor PPH.....	83
4.6. Kontribusi Energi Per Kecamatan	85
4.6.1 Rata-Rata Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan Menurut Kecamatan.....	85
4.6.2 Kontribusi Energi Per Kecamatan	88

4.6.3 Skor Pola Pangan Harapan Per Kecamatan	91
4.7. Kebijakan Dalam Meningkatkan Kualitas Pangan Di Kota Medan	93
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	95
5.1. Kesimpulan.....	95
5.2. Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA.....	98
LAMPIRAN	100

DAFTAR TABEL

No.	Judul	Hal
1.1	Mutu dan Keragaman Konsumsi Pangan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2022	4
2.1	Luas Kecamatan dan Jumlah Kelurahan dan Lingkungan di Kota Medan Tahun 2022	14
2.2	Jumlah, Laju Pertumbuhan dan Kepadatan Penduduk Kota Medan Tahun 2016-2022	17
2.3	Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan atas Dasar Harga Konstan Tahun 2018-2022 (Miliar Rupiah)	22
2.4	Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan atas Dasar Harga Berlaku Tahun 2018-2022 (Miliar Rupiah)	23
2.5	Laju Pertumbuhan Ekonomi Kota Medan Tahun 2018-2022 (Persentase)	25
2.6	Struktur Produk Domestik Regional Bruto Kota Medan Menurut Lapangan Usaha (persentase) Atas Dasar Harga Konstan	28
2.7	PDRB Perkapita Kota Medan Menurut Harga Berlaku dan Konstan Tahun 2017-2020	30
2.8	Perkembangan IPM Kota Medan dan Sumatera Utara 2016-2022	31
2.9	Susunan Pola Pangan Harapan Nasional	
3.1	Penyebaran dan Lokasi Responden Analisa Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan Tahun 2023	48
3.2	Sumbangan Energi dari Sembilan Kelompok Makanan	51
3.3	Pengelompokan Pangan	53
4.1	Data Kependudukan Per Kecamatan Kota Medan Tahun 2022	57
4.2	Umur Responden diantara 35-60 Tahun	58
4.3	Penyebaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan	59
4.4	Penyebaran Responden Berdasarkan Jumlah Tanggungan	59
4.5	Pengelompokan Responden berdasarkan Pekerjaan KRT	60
4.6	Pengelompokan Responden Berdasarkan Tingkat Pendapatan	62
4.7	Konsumsi Makanan Pokok Padi-padian	64
4.8	Konsumsi Makanan dari Kelompok Umbi-Umbian	65
4.9	Konsumsi Makanan dari Kelompok Pangan Hewani	66

4.10	Konsumsi Makanan dari Kelompok Minyak dan Lemak	67
4.11	Konsumsi Makanan dari Kelompok Kacang-Kacangan	68
4.12	Konsumsi Makanan dari Kelompok Gula	70
4.13	Konsumsi Makanan dari Kelompok Sayur dan Buah	71
4.14	Skor Pola Pangan Harapan Kota Medan Tahun 2023	73
4.15	Pola Konsumsi Bahan Pangan Sumber Karbohidrat	76
4.16	Pola Konsumsi Bahan Pangan Sumber Protein Hewani	78
4.17	Pola Konsumsi Bahan Pangan Sumber Protein Nabati	79
4.18	Pola Konsumsi Bahan Pangan Sumber Lemak	80
4.19	Pola Konsumsi Bahan Pangan Sayur dan Buah	82
4.20	Proporsi Rumah Tangga Menurut Skor PPH	84
4.21	Rata-rata Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan	87
4.22	Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (%)	88
4.23	Skor Pola Pangan Harapan Per Kelompok Pangan	92

DAFTAR GAMBAR

No.	Judul	Hal
1.	Peta Kota Medan	13
2.	Jumlah Penduduk Kota Medan Tahun 2016-2022	18
3.	Pembobotan dalam Kelompok Pangan PPH	42
4.	Gambar Proporsi Rumah Tangga Menurut Skor PPH	84



PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Ketahanan pangan adalah kondisi terpenuhinya pangan bagi negara sampai dengan perseorangan, yang tercermin dari tersedianya pangan yang cukup, baik 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.

Ketersediaan pangan adalah kondisi tersedianya pangan dari hasil produksi dalam negeri dan cadangan pangan nasional serta impor apabila kedua sumber utama tidak dapat memenuhi kebutuhan. Ketersediaan pangan yang cukup untuk memenuhi konsumsi penduduk perkapita di Kota Medan merupakan hal yang sangat diperlukan. Hal tersebut harus sesuai dengan persyaratan gizi dan merupakan tanggung jawab pemerintah Kota Medan. Sehingga gambaran produksi, keterjangkauan dan pemenuhan konsumsi pangan yang cukup, aman, bermutu dan bergizi seimbang baik di Kota Medan menjadi sangat diperlukan.

Pangan merupakan kebutuhan dasar yang paling esensial bagi manusia untuk mempertahankan hidup dan kehidupan. Pangan sebagai sumber zat gizi (karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air) menjadi landasan utama manusia untuk mencapai kesehatan dan kesejahteraan

sepanjang siklus kehidupan. Upaya memenuhi kebutuhan pangan dan gizi penduduk melibatkan banyak pelaku, yaitu pemerintah, masyarakat, dan sektor swasta. Keterlibatan masyarakat dan swasta sebagai mitra pemerintah mencerminkan adanya proses pembangunan yang berkelanjutan.

Pasal 62 UU 18 tahun 2012 tentang pangan menyebutkan bahwa tercapainya penganekaragaman konsumsi pangan diukur melalui pencapaian nilai komposisi pola pangan dan gizi seimbang. Kegiatan analisis pola konsumsi dan suplai pangan wilayah berbasis Pola Pangan Harapan (PPH) khususnya mencakup analisis ketersediaan dan konsumsi pangan. Hasil kegiatan ini diharapkan dapat menjadi acuan dan dasar dalam perencanaan pembangunan pangan di Kota Medan.

Berdasarkan Susenas 2022, diketahui situasi konsumsi pangan provinsi Sumatera Utara di tahun 2021 yaitu konsumsi energi sebesar 2.149 kkal/kap/hr (99,95% AKE), konsumsi protein sebesar 63,2 gr/kap/hari (110,87 AKP) dan skor PPH sebesar 84,5 atau masih < 100. Kuantitas konsumsi pangan Provinsi Sumatera Utara tahun 2021 berada dalam kategori tahan pangan. Artinya jumlah pangan yang dikonsumsi mencukupi kecukupan energy (90-99,95% AKE). Kualitas konsumsi pangan Provinsi Sumatera Utara tahun 2021 belum beragam, ditandai dengan skor PPH sebesar 84,5 belum mencapai skor PPH ideal 100.

Menurut Dinas Ketahanan Pangan dan Peternakan Provinsi Sumatera Utara konsumsi penduduk Sumatera Utara masih didominasi oleh padi-padian yang memberikan kontribusi energi sebesar 58,3 %, dari yang

diharapkan hanya 50 %. Demikian pula masih tingginya konsumsi minyak dan kacang, pangan hewani serta nabati dan buah-buahan masih kurang atau belum memenuhi anjuran PPH. Oleh karenanya berdasarkan Perpres No.22 Tahun 2009 tentang Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan Berbasis Sumberdaya Lokal, maka perlu dilakukan agar mempercepat beragam, bergizi dan berimbang konsumsi pangan di Sumatera Utara. seorang anak maka status gizinya akan semakin baik, Suhardjo (2003).

Kelompok pangan yang menyumbang energi secara berturut-turut dari yang terbesar sampai yang terkecil berdasarkan persentasi terhadap total kalori adalah padi-padian, minyak dan lemak, pangan hewani, sayur dan buah, gula, buah/biji berminyak, umbi-umbian dan kacang-kacangan. Jika dilihat dari peranan pangan dalam menyumbang energi, spadi-padian menyumbang energi sebesar 58,3 % dan yang yang paling sedikit adalah umbi-umbian dan kacang-kacangan dengan sumbangan energi masing-masing 1,9% dan 1,8% dari total kalori. Data kelompok pangan yang kesembilan yaitu pangan lain-lain meliputi, makanan dan bumbu-bumbuan dapat dikatakan bahwa konsumsi pangan penduduk Kota Medan belum memenuhi kecukupan gizi dan mutunya juga relatif rendah. Mutu dan keragaman konsumsi pangan penduduk kota Medan menurut hasil pemantauan pola konsumsi pangan masyarakat Provinsi Sumatera Utara tahun 2021 dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1.1 Mutu dan Keragaman Konsumsi Pangan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2021

No	Kelompok Pangan	gr/kap/hr	Energi (kkal/kap/hr)	%AKE	Protein (gr/kap/hr)	% AKP**)	Skor PPH	Skor Maks
1	Padi-Padian	312,5	1,254	58,3	28,5	45,1	25,0	25,00
2	Umbi-Umbian	40,3	41	1,9	0,5	0,8	0,9	2,50
3	Pangan Hewani	141,4	255	11,9	24,8	39,2	23,7	24,00
4	Minyak dan Lemak	32,2	289	13,5	0,0	0,0	5,0	5,00
5	Buah/Biji Berminyak	8,6	47	2,2	0,5	0,8	1,0	1,00
6	Kacang-Kacangan	16,6	39	1,8	3,8	6,1	3,7	10,00
7	Gula	24,1	89	4,1	0,1	0,1	2,1	2,50
8	Sayur dan Buah	223,3	99	4,6	3,8	6,0	23,1	30,00
9	Lain-Lain	62,2	36	1,7	1,2	1,9	-	0,00
	Total		2,149	100,0	63,2	100,0	84,5	100,00

Sumber: Sesenas BPS Provinsi Sumatera Utara, diolah

*) Angka Kecukupan Energi (AKE) : 2,150 kkal/kap/hari

**) Angka Kecukupan Protein (AKP) : 57 gr/kap/hari

Keragaman konsumsi pangan penduduk dapat dilihat dari komposisi pangan yang dikonsumsi. Saat ini konsumsi pangan sudah berimbang antar kelompok pangan sumber zat gizi, dimana konsumsi padi-padian (pangan sumber karbohidrat) relatif rendah dan telah diimbangi dengan konsumsi pangan hewani dan kebutuhan sayur buah.

Skor pola pangan (PPH) merupakan salah satu parameter yang digunakan untuk menilai tingkat keanekaragaman dan keseimbangan pangan berdasarkan komposisi kelompok pangan utama yang sesuai dengan daya terima yang bila dikonsumsi dapat memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya. Skor pola pangan harapan (PPH) untuk kota Medan pada tahun 2022 sebesar 92,9.

Skor pola pangan harapan (PPH) untuk Kota Medan pada tahun 2022 sebesar 92,9 dengan jumlah kalori sebesar 2.048,6 kkal/kapita. Dibandingkan dengan angka kecukupan senergi dalam Pemenkes 28 Tahun 2019 sebesar 2.100 kkal/kapita, maka konsumsi sudah mencapai 97,6%. Secara umum, skor pola pangan harapan (PPH) untuk Kota Medan masih berada dibawah skor maksimal PPH yaitu 100. Hal ini menunjukkan bahwa masih kurang beragamnya konsumsi pangan pada rumah tangga di Kota Medan.

Pola konsumsi adalah susunan makanan yang mencakup jenis dan jumlah bahan makanan rata-rata per orang per hari, yang umum dikonsumsi masyarakat dalam jangka waktu tertentu. Jenis bahan pangan dibedakan menurut berbagai cara. Salah satu cara membedakan bahan pangan adalah berdasarkan sumbernya. Berdasarkan sumbernya bahan pangan dibedakan menjadi bahan pangan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, dan buah-buahan. Jenis bahan makanan yang dikonsumsi idealnya memenuhi syarat kualitas maupun kuantitas. Secara kualitas pangan yang dikonsumsi harus mampu memenuhi seluruh kebutuhan zat gizi. Bahan pangan yang dikonsumsi harus mampu memenuhi seluruh kebutuhan zat gizi. Bahan pangan yang dikonsumsi apabila telah mampu menyediakan semua jenis zat gizi yang dibutuhkan maka ia disebut berkualitas.

Pola konsumsi pangan masyarakat dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya ketersediaan pangan, sosial budaya, pengetahuan gizi, ekonomi, dan lingkungan. Karena itu, perubahan-perubahan pada faktor-faktor tersebut akan menyebabkan pola konsumsi pangan masyarakat. faktor

pendapatan mempunyai peranan besar dalam masalah gizi dan kebiasaan makan masyarakat. ketersediaan pangan sebuah keluarga sangat dipengaruhi oleh tingkat pendapatan keluarga tersebut. Rendahnya pendapatan merupakan rintangan yang menyebabkan orang tidak mampu membeli pangan atau memilih pangan yang bermutu gizi baik dan beragam.

Tingkat pendapatan merupakan salah satu indikator untuk melihat tingkat kesejahteraan masyarakat. Peningkatan pendapatan per kapita akan mencerminkan adanya perbaikan dalam kesejahteraan masyarakat dengan asumsi bahwa peningkatan pendapatan tersebut digunakan untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti sandang, pangan, papan, pendidikan, dan pelayanan kesehatan. Tingkat pendapatan tersebut sangat berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan secara umum.

Pola konsumsi pangan penduduk di suatu wilayah dipengaruhi oleh beberapa aspek. Agar dapat dikonsumsi penduduk, suatu komoditas pangan harus tersedia cukup baik melalui produksi pangan atau melalui impor. Aksesibilitas penduduk terhadap pangan ditentukan oleh tingkat daya beli yang dalam hal ini menggambarkan tingkat kesejahteraan penduduk. Selain itu pola konsumsi pangan juga dipengaruhi oleh faktor sosial budaya masyarakat.

Berdasarkan kategori keanekaragaman yang diutarakan oleh Suhardjo maka Kota Medan berada pada kategori segitiga perak yaitu skor mutu pangan 78-87 dengan ciri-ciri :

- Energi dari padi-padian dan umbi-umbian semakin menurun, namun masih diatas norma PPH.
- Energi dari pangan hewani, sayur dan buah masih rendah dibawah norma masing-masing antara 8-12% dan 4-5%.
- Energi dari minyak, kacang-kacangan dan gula relatif sudah memenuhi norma PPH.
- Buah dan biji berminyak yang terdiri dari kelapa, kemiri, kenari, mete dan coklat.
- Kacang-kacangan.
- Gula yang terdiri dari gula pasir, gula merah dan gula lainnya.
- Sayur dan buah adalah seluruh jenis sayur dan buah yang biasa dikonsumsi.
- Lain-lain yang terdiri dari teh, kopi, bumbu makanan dan minuman beralkohol.

Ketersediaan pangan pokok yang bertumpu pada beras saja tidak pernah mencukupi kebutuhan jumlah penduduk yang besar, karena upaya peningkatan produksi beras selalu ketinggalan mengejar populasi penduduk. Pertumbuhan penduduk akan mengikuti pola deret ukur, sedangkan pertumbuhan produksi pangan mengikuti pola deret hitung.

Untuk menetapkan status gizi seseorang diperlukan pengukuran untuk menilai berbagai tingkatan apakah suatu masyarakat mengalami kekurangan gizi atau tidak. Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan yaitu suatu kecukupan rata-rata zat gizi yang dikonsumsi setiap hari oleh seseorang menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh dan aktivitas

untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Dalam menghitung kecukupan gizi yang dianjurkan umumnya sudah diperhitungkan faktor keberagaman terhadap kebutuhan individu sehingga AKG merupakan nilai rata-rata yang dicapai penduduk dengan indikator yang sudah ditetapkan sebelumnya. Seseorang yang mengonsumsi zat gizi yang umumnya terkandung dalam bahan pangan berguna untuk memberikan energi kepada tubuhnya, mengatur proses dan mekanisme tubuh, pertumbuhan tubuh dan memperbaiki jaringan tubuh. Beberapa zat gizi kemungkinan menggantikan zat gizi lainnya yang umumnya mempunyai fungsi yang jelas di dalam tubuh.

Kerawanan atau kecukupan pangan dan gizi dapat diukur dari persentase Angka Kecukupan Gizi yang terdiri dari persentase Angka Kecukupan Gizi terhadap Energi (AKE), persentase Angka Kecukupan Gizi terhadap Protein (AKP), dan persentase Angka Kecukupan Gizi terhadap lemak (AKL). Persentase AKE merupakan pembagian dari AKE aktual dibagi dengan AKE normatif dikali 100, sedangkan prosentase AKP merupakan pembagian dari AKP aktual dibagi AKP normatif dikali 100. Dikatakan rawan gizi apabila persentase AKE dan AKP kurang dari 75 %. AKG normatif diperoleh dari Widyakarya Pangan dan Gizi tahun 2012, angka tersebut direkomendasikan agar seseorang dapat hidup sehat dan dapat aktif menjalankan aktifitas sehari-hari secara produktif. Karena di dalam makanan terkandung zat gizi (karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral) untuk memenuhi trifungsi makanan yaitu sebagai penghasil energi, untuk pembangun/pertumbuhan dan untuk pengatur/pemelihara. Sedangkan untuk

AKL, angka lemak aktual dihitung 15 % dari energi yang diserap oleh responden, kemudian AKL aktual dibagi dengan AKL normatif.

Keberhasilan pembangunan ketahanan pangan dapat diketahui dari kualitas konsumsi pangan masyarakat yang dapat dipantau menggunakan ukuran Pola Pangan Harapan (PPH). Semakin tinggi skor mutu pangan menunjukkan situasi pangan yang semakin beragam dan semakin baik komposisi dan mutu gizinya. Semakin beragam dan seimbang komposisi pangan yang dikonsumsi akan semakin baik kualitas gizinya, karena pada hakekatnya tidak ada satupun jenis pangan yang mempunyai kandungan gizi yang lengkap dan cukup dalam jumlah dan jenisnya. Semakin tinggi skor mutu pangan yang dihitung menggunakan pendekatan PPH menunjukkan konsumsi pangan semakin beragam dan komposisinya semakin baik/berimbang, sehingga konsumsi pangan sudah dapat memenuhi kebutuhan yang layak untuk hidup sehat.

3Untuk mendapatkan skor pola pangan harapan, maka dilakukan survey konsumsi pangan tahun 2023.

1.2. Maksud dan Tujuan

Maksud dan tujuan pelaksanaan kegiatan Identifikasi Pola Pangan Harapan (PPH) Masyarakat Kota Medan 2023 adalah :

1. Untuk memperoleh data dan informasi tentang Pola Konsumsi Pangan Masyarakat di tingkat Rumah Tangga Kota Medan.
2. Untuk menganalisis dan menentukan bagaimana Pola Konsumsi Pangan masyarakat di Kota Medan.

3. Untuk merumuskan Kebijakan Dalam Rangka Meningkatkan Kualitas Pangan di Kota Medan.

1.3. Lokasi Kegiatan

Sasaran pelaksanaan kegiatan Identifikasi Pola Pangan Harapan (PPH) Masyarakat Kota Medan 2023 adalah rumah tangga di 21 Kecamatan dan 45 Kelurahan di Kota Medan

1.4. Kegunaan

1. Digunakan dalam penyusunan perencanaan dan evaluasi program pembangunan ketahanan pangan kota Medan lima tahun ke depan. Dengan demikian dokumen ini dapat digunakan sebagai acuan perancangan dan pelaksanaan program ketahanan pangan di kota Medan guna mengendalikan rawan pangan secara baik.
2. Sebagai informasi penting mengenai penilaian dan perencanaan konsumsi pangan dan program kegiatan yang mendukung penguatan ketahanan pangan dan gizi. Pemenuhan bahan pangan bukan hanya jumlahnya harus mencukupi tetapi keaneragaman pangan yang dikonsumsi sebagai sumber energi tidak kalah penting. Pola pangan yang baik ialah jika perbandingan konsumsi energi dari karbohidrat, protein dan lemak adalah 50 – 60%; 10 – 20% dan 20 – 30%. Keberhasilan pembangunan pangan dan gizi pada gilirannya dapat menjembatani pencapaian indeks pembangunan manusia yang baik di Kota Medan.



BAB DUA

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kota Medan Secara Demografis

Secara geografis, kota Medan memiliki kedudukan strategis sebab berbatasan langsung dengan Selat Malaka di bagian Utara, sehingga relatif dekat dengan kota-kota/Negara yang lebih maju seperti Pulau Penang Malaysia, Singapura, dan lain-lain. Demikian juga secara demografis Kota Medan diperkirakan memiliki pangsa pasar barang/jasa yang relative besar. Hal ini tidak terlepas dari jumlah penduduknya yang relative besar dimana tahun 2022 telah mencapai 2.494.512 jiwa. Demikian juga secara ekonomis dengan struktur ekonomi yang didominasi sektor tersier dan sekunder, Kota Medan sangat memiliki potensi untuk berkembang menjadi pusat perdagangan dan keuangan regional/nasional.

Sesuai dengan dinamika pembangunan kota, luas wilayah administrasi Kota Medan telah melalui beberapa kali perkembangan. Pada tahun 1951, luas Kota Medan 5.130 ha, meliputi 4 kecamatan dengan 59 kelurahan. Selanjutnya melalui Maklumat Walikota Medan yang dikeluarkan menyusul keputusan Gubernur Sumatera Utara nomor 66/III/PSU tanggal 21 September 1951, Kota Medan diperluas menjadi tiga kali lipat.

Melalui Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 1973 Kota Medan kemudian mengalami pemekaran wilayah menjadi 26.510 ha yang terdiri dari 11 kecamatan dengan 116 kelurahan. Berdasarkan luas administrasi yang sama maka melalui Surat Persetujuan Menteri Dalam Negeri

Nomor 140/2271/PUOD, tanggal 5 Mei 1986, Kota Medan melakukan pemekaran kelurahan menjadi 144 kelurahan

Perkembangan terakhir berdasarkan Surat Keputusan Gubernur KDH Tingkat I Sumatera Utara Nomor 140.22/2772.k/1996 tanggal 30 September 1996 tentang pendefinitipan 7 kelurahan di kotamadya Daerah Tingkat II Medan berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 1992 tentang Pembentukan Beberapa Kecamatan di Kotamadya Daerah Tingkat II Medan, secara administrasi kota Medan dimekarkan lebih lanjut menjadi 21 kecamatan yang mencakup 151 kelurahan. Berdasarkan perkembangan administrasi ini Kota Medan kemudian tumbuh secara geografis, demografis dan social ekonomis.

Wilayah administrasi Kota Medan memiliki luas 265,10 km² yang terdiri dari 21 (dua puluh satu) Kecamatan dengan 151 kelurahan yang terbagi dalam 2001 lingkungan. Secara administratif, wilayah Kota Medan hampir keseluruhan wilayahnya berbatasan dengan daerah Kabupaten Deli Serdang, yaitu sebelah Barat, Timur dan Selatan. Sepanjang wilayah utaranya berbatasan langsung dengan Selat Malaka, yang merupakan salah satu jalur lalu lintas terpadat di dunia. Adapun mengenai batas-batas wilayah administrasi Kota Medan, dapat diuraikan sebagai berikut :

- Sebelah Utara : Selat Malaka
- Sebelah Selatan : Kecamatan Deli Tua dan Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang
- Sebelah Barat : Kecamatan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang
- Sebelah Timur : Kecamatan Percut, Kabupaten Deli Serdang

Untuk lebih jelasnya mengenai luas wilayah Kota Medan dapat dilihat pada Gambar 2.1. dan Tabel 2.1.

Secara geografis Kota Medan terletak diantara koodinat $3^{\circ}27'$ – $3^{\circ}47'$ Lintang Utara dan $98^{\circ}35'$ – $98^{\circ}44'$ Bujur Timur. Kota Medan terletak di posisi pantai Timur Sumatera Utara yang bagian Utara merupakan daerah pesisir.

Kota Medan berada pada ketinggian 2,5-37,5 meter di atas permukaan laut. Kemiringan lahan kota ini sebahagian besar di dominasi datar yang berada di bagian Utara kota dan sebahagian landai atau agak miring yang berada pada bagian Selatan kota. Wilayah dengan ketinggian dan kemiringan rendah menyebabkan pada beberapa daerah sulit untuk membuang air limpasan hujan dengan cepat, sehingga sering merupakan langganan genangan air hujan.



Gambar 1 Peta Kota Medan

Tabel 2.1 : Luas Kecamatan dan Jumlah Kelurahan dan Lingkungan di Kota Medan

NO	Kecamatan	Luas (Ha)	Persentase	Kelurahan	Lingkungan
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
1	Medan Tuntungan	2.068	7.80	9	75
2	Medan Johor	1.458	5.50	6	81
3	Medan Amplas	1.119	4.22	7	77
4	Medan Denai	905	3.41	6	82
5	Medan Area	552	2.08	12	172
6	Medan Kota	527	2.20	12	146
7	Medan Maimun	298	1.12	6	66
8	Medan Polonia	901	3.40	5	46
9	Medan Baru	584	2.20	6	64
10	Medan Selayang	1.281	4.83	6	63
11	Medan Sunggal	1.544	5.82	6	88
12	Medan Helvetia	1.316	4.96	7	88
13	Medan Petisah	682	2.01	7	69
14	Medan Barat	533	2.57	6	98
15	Medan Timur	776	2.93	11	128
16	Medan Perjuangan	409	1.54	9	128
17	Medan Tembung	799	3.01	7	95
18	Medan Deli	2.084	7.86	6	105
19	Medan Labuhan	3.667	13.83	6	99
20	Medan Marelan	2.382	8.99	5	88
21	Medan Belawan	2.625	9.90	6	143
Jumlah		265.10	100.00	151	2.001

Sumber : BPS Kota Medan, 2023.

Dengan mengacu Tabel 2.1 tersebut di atas, dapat dikemukakan bahwa luas wilayah setiap kecamatan relatif bervariasi. Kecamatan Medan Labuhan merupakan Kecamatan terluas, kemudian disusul Kecamatan Medan Belawan, dan Medan Marelan. Berdasarkan luas wilayah dan

perkembangan dinamika sosial ekonomi yang ada sampai saat ini, maka untuk peningkatan kualitas pelayanan publik kepada masyarakat dan kualitas penyelenggaraan pemerintah daerah dalam rangka mewujudkan visi pembangunan Kota Medan “Terwujudnya masyarakat Kota Medan yang berkah, maju dan kondusif”, maka secara hipotesis ada baiknya beberapa Kecamatan dan Kelurahan yang memiliki potensi dan wilayah yang relatif luas dapat dimekarkan.

Penduduk Kota Medan memiliki ciri penting yaitu yang meliputi unsur agama, suku etnis, budaya dan keragaman (plural) adat istiadat. Hal ini memunculkan karakter sebagian besar penduduk Kota Medan bersifat terbuka. Secara demografi, Kota Medan pada saat ini sedang mengalami masa transisi demografi. Kondisi tersebut menunjukkan proses pergeseran dari suatu keadaan dimana tingkat kelahiran dan kematian semakin menurun. Berbagai faktor yang mempengaruhi proses penurunan tingkat kelahiran adalah perubahan sosial ekonominya. Disisi lain adanya faktor perbaikan gizi, kesehatan yang memadai juga mempengaruhi tingkat kematian.

Dalam kependudukan dikenal istilah transisi penduduk yang mengacu pada suatu proses pergeseran dari suatu keadaan dengan tingkat kelahiran dan kematian yang tinggi keadaan dengan tingkat kelahiran dan kematian yang rendah. Penurunan pada tingkat kelahiran ini disebabkan oleh banyak faktor, Antara lain perubahan pola pikir masyarakat akibat pendidikan yang diperolehnya dan perubahan aspek sosial ekonomi. Penurunan tingkat kematian disebabkan oleh membaiknya gizi masyarakat akibat pertumbuhan pendapatan masyarakat.

Pada akhir proses transisi ini, baik tingkat kelahiran maupun kematian sudah tidak banyak berubah lagi, akibatnya jumlah penduduk juga cenderung untuk tidak banyak berubah, kecuali disebabkan faktor migrasi atau urbanisasi. Komponen kependudukan lainnya umumnya menggambarkan berbagai dinamika sosial yang terjadi di masyarakat, baik secara sosial maupun kultural. Menurunnya tingkat kelahiran (fertilisasi) dan tingkat kematian (mortalitas), meningkatnya arus migrasi dan proses urbanisasi, termasuk arus ulang alik (komuters), memengaruhi kebijakan kependudukan yang diterapkan.

Masyarakat Kota Medan merupakan masyarakat yang memiliki kemajemukan meliputi unsur agama, suku, etnis budaya dan adat istiadat. Kehidupan yang penuh kemajemukan tersebut dapat berjalan cukup baik dan harmonis yang dilandasi rasa kebersamaan dan saling toleransi serta memiliki rasa kekeluargaan yang cukup tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa karakter masyarakat Kota Medan memiliki sifat keterbukaan dan siap menerima perubahan konstruktif dalam rangka peningkatan kesejahteraan masyarakat.

2.2. Jumlah dan Laju Pertumbuhan Penduduk

Penduduk Kota Medan sepanjang tahun 2016-2022 menunjukkan jumlah yang berfluktuasi. Fluktuasi jumlah penduduk kota disebabkan oleh faktor-faktor alami, seperti tingkat kelahiran, kematian, dan migrasi. Jumlah penduduk, laju pertumbuhan, dan kepadatan penduduk Kota Medan selama tahun 2016-2022 ditunjukkan pada Tabel 2.2.

Perubahan jumlah penduduk Kota Medan sepanjang tahun 2016-2022 menunjukkan *trend* yang meningkat, hal ini berdampak pada meningkatnya kepadatan penduduk disebabkan luas wilayah Kota Medan sampai tahun 2022 tetap. Dari Tabel 2.2. terlihat bahwa dari tahun 2016 kepadatan penduduk mengalami peningkatan sampai dengan tahun 2022. Jumlah penduduk, laju pertumbuhan dan kepadatan penduduk di Kota Medan selama tahun 2016-2022 ditunjukkan pada Tabel 2.2.

Tabel 2.2. Jumlah, Laju Pertumbuhan dan Kepadatan Penduduk Kota Medan Tahun 2016-2022

Tahun	Jumlah Penduduk (Jiwa)	Laju Pertumbuhan Penduduk (%)	Luas Wilayah (Km ²)	Kepadatan Penduduk (Jiwa/Km ²)
[1]	[2]	[3]	[4]	[5] = [(2)/(4)]
2016	2.229.408	0,85	265,10	8.409
2017	2.247.425	0,85	265,10	8.477
2018	2.264.145	2,42	265,10	8.540
2019	2.279.894	0,93	265,10	8.600
2020	2.435.252	1,45	265,10	9.186
2021	2.460.858	1,40	265,10	9.282
2022	2.494.512	1,38	265,10	9.409

Sumber : BPS Kota Medan, 2023

Gambar 2. Jumlah Penduduk Kota Medan Tahun 2016-2022



Struktur penduduk pada suatu daerah sangat di tentukan oleh perkembangan tingkat kelahiran kematian dan migrasi. Jika angka kelahiran pada suatu daerah cukup tinggi, maka dapat mengakibatkan daerah tersebut tergolong sebagai daerah penduduk usia muda. Berdasarkan data proporsi anak-anak yang berusia di bawah lima tahun di Kota Medan sekitar 9,38% dari jumlah penduduk. Besarnya proporsi balita ini berimplikasi pada kebutuhan penyediaan prasarana kesehatan maupun sarana pendidikan bagi anak usia dini baik secara kualitas maupun kuantitas.

Sedangkan untuk kelompok usia anak-anak dan remaja, kebijakan Pemerintah Kota Medan yang telah ditempuh selama ini diarahkan pada program-program dan kegiatan yang diarahkan pada peningkatan kualitas status gizi anak, pengendalian tingkat kenakalan anak dan remaja, peningkatan kualitas pendidikan dan lain-lain. Kebijakan ini diharapkan terus berkesinambungan dalam rangka untuk mempersiapkan masa depan anak-

anak dan remaja sehingga akan mendukung terbentuknya sumber daya manusia yang semakin berkualitas dan tangguh dalam menghadapi persaingan global dan regional.

Struktur penduduk Kota Medan yang berusia 15-64 tahun sebesar 59,09% dan merupakan kelompok usia aktif secara ekonomis. Selain kelompok usia produktif tersebut terdapat kelompok usia tidak produktif yakni kelompok usia 0-14 tahun sebesar 23,5% dan kelompok usia di atas 65+ tahun sebesar 6,63% dan umumnya cenderung akan ditanggung oleh kelompok usia produktif yang disebut Angka Beban Tanggungan. Usia produktif (15-64 tahun) sebanyak 1.742.904 jiwa, kelompok usia tidak produktif (0-14 tahun dan 65+ tahun ke atas) sebanyak 751.608 jiwa, hal ini berarti angka beban tanggungan di Kota Medan tahun 2022 berkisar 30,13%.

2.3. Aspek Ekonomi

Aspek kesejahteraan masyarakat terdiri dari dua fokus utama yakni fokus kesejahteraan dan pemerataan ekonomi serta fokus kesejahteraan sosial. Analisis fokus kesejahteraan dan pemerataan ekonomi dilakukan terhadap indikator PDRB, pertumbuhan PDRB, struktur perekonomian PDRB perkapita, dan laju inflasi.

A. Produk Domestik Regional Bruto (PDRB)

Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) sering digunakan sebagai indikator untuk menilai kinerja perekonomian suatu daerah terutama yang berhubungan dengan kemampuan daerah dalam mengelola sumber daya yang dimaksud. Konsep PDRB dapat dikategorikan menjadi dua jenis, yaitu PDRB Atas Dasar Harga Berlaku (PDRB-ADHB) dan PDRB Atas Dasar Harga Konstan (PDRB-ADHK). PDRB Atas Dasar Harga Berlaku

menunjukkan kemampuan sumber daya ekonomi yang dihasilkan oleh suatu wilayah.

Distribusi PDRB Atas Dasar Harga Berlaku menurut sektor menunjukkan struktur perekonomian atau peranan setiap sektor ekonomi dalam suatu daerah. Sektor-sektor ekonomi yang mempunyai peranan besar merupakan basis utama perekonomian suatu daerah. PDRB Atas Dasar Harga Konstan digunakan untuk menunjukkan Laju Pertumbuhan Ekonomi (LPE) secara keseluruhan maupun sektoral dari tahun ke tahun. Nilai PDRB yang besar menunjukkan kemampuan sumber daya ekonomi yang besar pula. Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) sering digunakan sebagai indikator untuk menilai kinerja perekonomian suatu daerah, terutama yang berhubungan dengan kemampuan daerah dalam mengelola sumber daya yang dimilikinya.

Untuk mengetahui perkembangan kinerja perekonomian Kota Medan, dapat dideskripsikan melalui Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan Atas Dasar Harga Konstan dan Atas Dasar Harga Berlaku. Produk Domestik Regional Bruto Kota Medan Atas Dasar Harga Konstan selama tahun 2018-2022 berada dalam kisaran 148 007 sampai dengan 165 120 triliun rupiah. Selama periode tahun 2018-2022 PDRB-ADHK menunjukkan peningkatan sebesar 18,94% atau rata-rata meningkat sebesar 3,78% per tahun.

Perkembangan nilai PDRB-ADHK sebagaimana disebutkan di atas terutama didorong oleh beberapa sektor/lapangan usaha seperti pertanian, pertambangan, industri pengolahan, perdagangan, serta jasa keuangan &

jasa perusahaan. Peningkatan nilai PDRB-ADHK tersebut menunjukkan terjadinya peningkatan aktivitas perekonomian yang cukup signifikan dalam mendukung dan menggerakkan kegiatan pembangunan di Kota Medan. Walaupun tingkat perkembangan PDRB-ADHK Kota Medan tersebut belum mampu sepenuhnya mencapai target yang ditetapkan dalam RPJMD Tahun 2018-2022, tetapi telah menunjukkan bahwa berbagai kebijakan, program dan kegiatan yang diselenggarakan Pemerintah Kota Medan dalam pembangunan kota mampu memberikan hasil yang cukup berarti selama periode dimaksud.

Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Atas Dasar Harga Konstan selama tahun 2018-2022 dapat dilihat pada Tabel 2.3. Sejalan dengan perkembangan Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) atas dasar harga konstan, perkembangan Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) atas dasar harga berlaku juga menunjukkan peningkatan selama periode tahun 2018-2022. Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan atas dasar harga berlaku selama periode tahun 2018-2022 dapat dilihat pada Tabel 2.4.

Sejalan dengan perkembangan Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Atas Dasar Harga Konstan, perkembangan Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Atas Dasar Harga Berlaku juga menunjukkan peningkatan selama periode tahun 2018-2022. Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan Atas Dasar Harga Berlaku selama tahun 2018-2022 mengalami perkembangan dari 222 483 triliun rupiah tahun 2018 meningkat menjadi 280 159 triliun rupiah pada tahun 2023. Dengan demikian dapat diketahui bahwa selama periode tahun 2018-2022 PDRB-ADHB

menunjukkan peningkatan sebesar 17,92% atau rata-rata meningkat sebesar 3,60% per tahun.

Tabel 2.3. Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan atas Dasar Harga Konstan Tahun 2018-2022 (Miliar Rupiah)

Sektor/Lapangan Usaha	Tahun				
	2018	2019	2020	2021	2022
[1]	[2]	[3]	[4]	[5]	[6]
Pertanian, Kehutanan dan Perikanan	1545,15	1485,88	1473,26	1368,46	1382,73
Pertambangan Dan Penggalian	1,88	1,87	1,84	1,90	1,93
Industri Pengolahan	20 853,30	21 728,15	20 967,25	21013,67	21473,77
Pengadaan Listrik dan Gas	162,69	169,57	179,59	185,51	191,70
Pengadaan Air; Pengelolaan Sampah, Limbah, dan Daur Ulang	262,62	275,73	293,76	304,58	314,43
Konstruksi	29 094,29	31 263,23	29 630,93	31 041,00	31 867,94
Perdagangan Besar dan Eceran	38 498,26	40 849,51	40 106,90	41 676,28	43 670, 04
Transportasi Dan Pergudangan	9131,75	9693,26	8 477,08	8251,01	9213,51
Penyediaan Akomodasi dan Makan Minum	3782,24	4081,71	3 662,07	3609,68	4000,89
Informasi dan Komunikasi	9762,88	10 633,73	11 593,96	12 385,50	13 530,97
Jasa Keuangan dan Asuransi	9147,86	9337,94	9429,17	9770,41	10 024,15
Real Estate	11 567,80	12 168,17	12710,09	12728,95	13 269,61
Jasa Perusahaan	3516,24	3722,60	3640,18	3630,61	4025,24
Administrasi Pemerintahan, Pertahanan dan Jaminan Sosial Wajib	2457,69	2622,85	2696,39	2748,30	2726,73
Jasa Pendidikan	4360,22	4619,65	4698,76	4830,92	5003,38
Jasa Kesehatan dan Kegiatan	2308,29	2416,32	2431,40	2415,72	2552,29
Jasa Lainnya	1598,98	1710,43	1704,32	1726,88	1870,69
PDRB	148 007,14	156 780,58	153 669,95	157 689,37	165 120,01

Sumber: BPS Kota Medan, 2023.

Tabel 2.4. Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan atas Dasar Harga Berlaku Tahun 2018-2022 (Miliar Rupiah)

Sektor/Lapangan Usaha	Tahun				
	2018	2019	2020	2021	2022
[1]	[2]	[3]	[4]	[5]	[6]
Pertanian, Kehutanan dan Perikanan	2714,27	2692,14	2695,32	2502,90	2675,75
Pertambangan Dan Penggalian	2,37	2,38	2,38	2,50	2,68
Industri Pengolahan	32 497,42	34 414,46	34186,37	36 233,53	39 700,11
Pengadaan Listrik dan Gas	211,14	221,61	233,49	249,46	265,10
Pengadaan Air; Pengelolaan Sampah, Limbah, dan Daur Ulang	435,60	457,86	489,55	507,70	528,47
Konstruksi	42 986,70	46 722,92	45 610,72	49 099,95	53 504,94
Perdagangan Besar dan Eceran	55 538,09	61 710,08	62 278,30	66 287,25	73 541,91
Transportasi Dan Pergudangan	14 012,11	15 395,34	14 136,93	14121,61	16 446,01
Penyediaan Akomodasi dan Makan Minum	6730,28	7351,23	6619,81	6544,29	7454,45
Informasi dan Komunikasi	11 403,89	12 442,79	13 604,94	14537,49	16 343,84
Jasa Keuangan dan Asuransi	14 266,85	14 668,09	14 547,51	15 529,46	16 856,17
Real Estate	19 850,14	21 459,98	23 032,95	23 713,70	25330,01
Jasa Perusahaan	5758,77	6463,39	6721,61	6986,76	8107,28
Administrasi Pemerintahan, Pertahanan dan Jaminan Sosial Wajib	4051,87	4380,48	4672,05	4761,18	4735,90
Jasa Pendidikan	5688,75	6150,11	6262,52	6468,63	6753,01
Jasa Kesehatan dan Kegiatan	3741,26	4119,50	4221,91	4253,98	4598,93
Jasa Lainnya	2593,72	2830,00	2882,48	2921,58	3314,46
PDRB	222 483,24	241 482,35	242 198,84	254 721,96	280 159,04

Sumber: BPS Kota Medan, 2023.

Secara umum nilai PDRB-ADHB selama 2018-2022 mengalami peningkatan dimana terdapat beberapa sektor/lapangan usaha yang menjadi penyumbang terbesar terhadap nilai PDRB-ADHB tersebut. Sektor/Lapangan usaha yang memberikan kontribusi utama adalah industri pengolahan,

konstruksi, perdagangan besar, transportasi dan pergudangan serta jasa keuangan. Peningkatan nilai PDRB-ADHB tersebut menunjukkan bahwa aktivitas perekonomian di Kota Medan cukup signifikan dalam mendukung dan menggerakkan kegiatan pembangunan di Kota Medan.

Dibandingkan dengan target yang ditetapkan dalam RPJMD Tahun 2018-2022, perkembangan nilai PDRB-ADHB tersebut telah mampu mencapai bahkan melebihi target yang ditetapkan dalam RPJMD Tahun 2018-2022. Kondisi ini juga merupakan indikasi bahwa berbagai kebijakan, program dan kegiatan yang diselenggarakan Pemerintah Kota Medan telah berada pada koridor yang tepat dalam rangka membangun Kota Medan dalam bidang perekonomian.

Pertumbuhan Ekonomi Kota Medan merupakan gambaran aktivitas perekonomian masyarakat Kota Medan. Laju pertumbuhan ekonomi Kota Medan berdasarkan sektor dan sub sektor selama periode tahun 2018-2022 dapat dilihat pada Tabel 2.5.

Dari Tabel 2.5 dapat dilihat bahwa laju pertumbuhan ekonomi Kota Medan selama tahun 2011-2014 relatif cukup tinggi yaitu rata-rata di atas 7%, suatu prestasi yang menggembarakan mengingat kondisi ekonomi dunia yang relatif melemah. Kondisi ini menggambarkan bahwa faktor fundamental ekonomi Pemerintah Kota Medan relatif cukup baik. Namun di Tahun 2015 Pertumbuhan Ekonomi Kota Medan mengalami perlambatan menjadi 6,67%. Capaian pertumbuhan ekonomi Kota Medan pada tahun 2015 ini masih melampaui pertumbuhan ekonomi Sumatera Utara dan pertumbuhan ekonomi

nasional yang pertumbuhannya masing-masing sebesar 5,10 untuk Sumatera Utara dan 5,00 untuk pertumbuhan ekonomi nasional.

Tingkat laju pertumbuhan ekonomi Kota Medan yang relatif tinggi sebagaimana disebutkan di atas akan memberikan dampak positif terhadap pergerakan sektor riil yaitu meningkatnya produksi barang dan jasa sehingga juag akan membuka lapangan kerja yang semakin luas. Pada gilirannya, jika kondisi dimaksud dapat dipertahankan tentu akan mampu menekan tingkat pengangguran menjadi lebih kecil. Menurunnya tingkat pengangguran menunjukkan indikasi baik secara langsung maupun tidak langsung bahwa ada peningkatan pendapatan masyarakat, yang sekaligus menggambarkan tingkat kesejahteraan masyarakat semakin membaik.

Tabel 2.5. Laju Pertumbuhan Ekonomi Kota Medan Tahun 2018-2022 (Persentase)

Sektor/Lapangan Usaha	Tahun				
	2018	2019	2020	2021	2022
[1]	[2]	[3]	[4]	[5]	[6]
Pertanian, Kehutanan dan Perikanan	1,22	1,11	1,11	0,98	0,96
Pertambangan Dan Penggalian	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Industri Pengolahan	14,61	14,25	14,12	14,22	14,17
Pengadaan Listrik dan Gas	0,09	0,09	0,10	0,10	0,09
Pengadaan Air; Pengelolaan Sampah, Limbah, dan Daur Ulang	0,20	0,19	0,20	0,20	0,19
Konstruksi	19,32	19,35	18,83	19,28	19,10
Perdagangan Besar dan Eceran	24,96	25,55	25,71	26,02	26,25
Transportasi Dan Pergudangan	6,30	6,38	5,84	5,54	5,87
Penyediaan Akomodasi dan Makan Minum	3,03	3,04	2,73	2,57	2,66
Informasi dan Komunikasi	5,13	5,15	5,62	5,71	5,83
Jasa Keuangan dan	6,41	6,07	6,01	6,10	6,02

Asuransi					
Real Estate	8,92	8,89	9,51	9,31	9,04
Jasa Perusahaan	2,59	2,68	2,78	2,74	2,89
Administrasi Pemerintahan, Pertahanan dan Jaminan Sosial Wajib	1,82	1,81	1,93	1,87	1,69
Jasa Pendidikan	2,56	2,55	2,59	2,54	2,41
Jasa Kesehatan dan Kegiatan	1,68	1,71	1,74	1,67	1,64
Jasa Lainnya	1,17	1,17	1,19	1,15	1,18
PDRB	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00

Sumber : BPS Kota Medan, 2023

Pertumbuhan ekonomi kota yang relatif tinggi juga tidak terlepas dari kontribusi masing-masing sektor pembentuk Produk Domestik Regional Bruto (PDRB). Selama periode 2018-2022 secara umum semua sektor ekonomi tumbuh positif. Sektor perdagangan, real estate, konstruksi dan jasa perusahaan mengalami peningkatan pertumbuhan. Sedangkan sektor yang mengalami perlambatan, yaitu sektor pertanian, sektor pertambangan, dan sektor pengadaan listrik dan gas.

Sektor perdagangan mengalami pertumbuhan dengan rata-rata pertumbuhan di atas 3% selama periode tahun 2018-2022, pertumbuhannya cenderung mengalami peningkatan setiap tahunnya. Peningkatan

pertumbuhan subsektor perdagangan didukung oleh terjaganya daya beli masyarakat, bertahannya kinerja sektor industri, maraknya perdagangan ritel di masyarakat, serta meningkatnya kunjungan wisatawan domestik dan asing.

Beberapa sektor lainnya yang masih tumbuh tetapi cenderung melemah antara lain sektor pertanian, konstruksi dan sektor listrik dan gas.

Sektor pertanian memiliki rata-rata pertumbuhan sebesar 4,5% selama periode 2018-2022. Sektor konstruksi mengalami pertumbuhan yang

berfluktuasi dengan rata-rata pertumbuhan sebesar 4 persen selama periode 2018-2022. Pertumbuhan sektor ini didukung oleh maraknya pembangunan properti berupa perumahan dan pusat perbelanjaan di berbagai wilayah Kota Medan. Sektor listrik dan gas juga masih mengalami pertumbuhan selama periode 2018-2022 dengan rata-rata tingkat pertumbuhan sebesar 4 persen. Peningkatan pertumbuhan sektor listrik dan gas didorong oleh meningkatnya permintaan akan listrik dan gas mengikuti pertumbuhan penduduk. Sektor industri pengolahan mengalami pertumbuhan yang berfluktuasi yaitu dari 4,09% tahun 2018 menjadi 3% tahun 2023. Kondisi ini erat kaitannya dengan melambatnya ekspor.

Uraian di atas menunjukkan beberapa sektor ekonomi mengalami peningkatan pertumbuhan, sementara sektor lainnya ada yang pertumbuhannya melambat, tetapi secara umum tingkat pertumbuhan ekonomi Kota Medan termasuk kategori cukup tinggi yaitu di atas 7%. Namun demikian tingkat pertumbuhan tersebut relatif masih berada di bawah target tingkat pertumbuhan ekonomi yang ditetapkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD) periode 2018-2022.

Hal ini menjadi suatu tantangan bagi Pemerintah Kota Medan agar selalu berusaha semaksimal mungkin membangun ekonomi ke arah yang lebih baik di masa yang akan datang. Tidak dapat dipungkiri bahwa capaian di bidang ekonomi sebagaimana diuraikan di atas tentu tidak terlepas dari peran serta Pemerintah Kota Medan beserta seluruh stakeholder dalam menyelenggarakan pemerintahan daerah melalui berbagai kebijakan,

program dan kegiatan berkaitan dengan pengelolaan ekonomi daerah yang cukup efektif selama periode tahun 2018-2022.

Struktur Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan menggambarkan kontribusi masing-masing sub sektor ekonomi terhadap Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan. Sektor informasi dan komunikasi yang memiliki kontribusi terbesar terhadap Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) dan kemudian diikuti oleh sektor pengadaan air. Struktur Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan menurut lapangan usaha dan Atas Dasar Harga Berlaku selama tahun 2018-2022 dapat dilihat pada Tabel 2.6 berikut ini.

Tabel 2.6. Struktur Produk Domestik Regional Bruto Kota Medan Menurut Lapangan Usaha (persentase) Atas Dasar Harga Konstan

Sektor/Lapangan Usaha	Tahun				
	2018	2019	2020	2021	2022
[1]	[2]	[3]	[4]	[5]	[6]
Pertanian, Kehutanan dan Perikanan	2,23	-3,84	-0,85	-7,11	1,04
Pertambangan Dan Penggalian	2,14	-0,66	-1,40	3,32	1,43
Industri Pengolahan	5,03	4,20	-3,50	0,22	2,19
Pengadaan Listrik dan Gas	4,78	4,23	5,91	3,30	3,33
Pengadaan Air; Pengelolaan Sampah, Limbah, dan Daur Ulang	7,98	4,99	6,54	3,68	3,23
Konstruksi	5,45	7,62	-5,22	4,76	2,66
Perdagangan Besar dan Eceran	5,97	6,11	-1,82	3,91	4,78
Transportasi Dan Pergudangan	6,62	6,15	-12,55	-2,67	11,67
Penyediaan Akomodasi dan Makan Minum	6,56	7,92	-10,28	-1,43	10,84
Informasi dan Komunikasi	8,71	8,92	9,03	6,83	9,25
Jasa Keuangan dan	1,99	2,08	0,98	3,62	2,60

Asuransi					
Real Estate	7,35	5,19	4,45	0,15	4,25
Jasa Perusahaan	7,53	5,87	-2,21	-0,26	10,87
Administrasi Pemerintahan, Pertahanan dan Jaminan Sosial Wajib	8,57	6,72	2,80	1,93	-0,78
Jasa Pendidikan	6,22	5,95	1,52	3,01	3,57
Jasa Kesehatan dan Kegiatan	8,52	4,68	-0,12	0,10	5,65
Jasa Lainnya	7,28	6,97	-0,36	1,32	8,33
PDRB	5,92	5,93	-1,98	2,62	4,71

Sumber: BPS Kota Medan, 2023

Dari Tabel 2.6 dapat dilihat kontribusi masing-masing sektor dan sub sektor terhadap Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan. Apabila dianalisis lebih jauh, kontribusi sektor pertanian, kehutanan, perikanan dan sektor pertambangan dalam struktur Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) cenderung turun selama periode 2018-2022. Sedangkan sektor informasi dan komunikasi cenderung meningkat selama periode 2018-2022 dan berperan dominan dalam struktur Produk Domestik Regional Bruto (PDRB). Perbedaan kontribusi masing-masing sektor sebagaimana diuraikan di atas sangat berkaitan dengan situasi, kondisi dan ciri Kota Medan sebagai Kota Metropolitan.

B. Produk Domestik Regional Bruto Per Kapita

Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) per kapita merupakan gambaran rata-rata pendapatan yang diterima oleh setiap penduduk sebagai keikutsertaannya dalam proses produksi barang dan jasa selama satu periode. Indikator ini sebagai salah satu parameter melihat tingkat kesejahteraan masyarakat, namun parameter ini belum sepenuhnya dapat digunakan sebagai ukuran tingkat kesejahteraan secara menyeluruh.

Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Kota Medan per Kapita Atas Dasar Harga Berlaku dan Atas Dasar Harga Konstan selama tahun 2017-2020 dapat dilihat pada Tabel 2.7.

PDRB per kapita atau pendapatan per kapita merupakan salah satu indikator yang digunakan untuk menggambarkan tingkat kemakmuran masyarakat secara makro. PDRB perkapita berdasarkan harga berlaku pada Tahun 2020 menunjukkan peningkatan lebih besar dibandingkan dengan PDRB per kapita berdasarkan harga konstan. PDRB per kapita berdasarkan harga berlaku mencapai 106.23 juta rupiah, dibandingkan PDRB per kapita berdasarkan harga konstan Tahun 2020 yang mencapai 67.40 juta rupiah.

Tabel 2.7. PDRB Perkapita Kota Medan Menurut Harga Berlaku dan Konstan Tahun 2017-2020

Tahun	PDRB Perkapita Jutaan Rupiah	
	Berlaku	Konstan
[1]	[2]	[3]
2017	90.90	62.17
2018	98.26	65.37
2019	105.92	68.77
2020	106.23	67.40

Sumber : BPS Kota Medan,2021.

C. Indeks Pembangunan Manusia

Indeks Pembangunan Manusia (IPM) merupakan gambaran komprehensif mengenai tingkat pencapaian pembangunan manusia di suatu daerah sebagai dampak dari kegiatan pembangunan yang dilakukan di daerah tersebut. Perkembangan angka IPM memberikan indikasi peningkatan atau penurunan kinerja pembangunan manusia di suatu daerah. Untuk mencapai tujuan tersebut, Pemerintah kota Medan melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan kualitas SDM di wilayahnya, baik dari aspek fisik

(kesehatan), aspek intelektualitas (pendidikan), aspek kesejahteraan ekonomi (daya beli), serta aspek moralitas (iman dan ketaqwaan).

Tabel 2.8. Perkembangan IPM Kota Medan dan Sumatera Utara 2016-2022

Tahun	Kota Medan	Provinsi Sumatera Utara	Indonesia
1	2	3	4
2016	79,34	70,00	70,18
2017	79,98	70,57	70,81
2018	80,65	71,18	71,39
2019	80,97	71,74	71,92
2020	80,98	71,77	71,94
2021	81,21	72,00	72,29
2022	81,76	72,71	72,91

Sumber : BPS Provinsi Sumatera Utara

Berdasarkan Tabel 2.18 di atas menunjukkan bahwa perkembangan IPM Kota Medan selama periode 2016-2022 cenderung mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Peningkatan IPM ini seiring dengan tingkat perkembangan ekonomi masyarakat yang juga semakin membaik selama periode tersebut. Pada tahun 2016, IPM Kota Medan mencapai angka 79,34 dan meningkat menjadi 79,98 pada tahun 2017 atau mengalami peningkatan sebesar 0,64 poin. Sedangkan pada tahun 2018, IPM Kota Medan mengalami peningkatan hingga mencapai angka 80,65. Pada tahun berikutnya yakni 2019 dan 2020, IPM Kota Medan mengalami peningkatan menjadi 80,97 dan 80,98. Tahun berikutnya di tahun 2021 dan tahun 2022 Indeks pembangunan Manusia (IPM) Kota Medan terus mengalami peningkatan yakni menjadi 81,21 dan 81,76.

Peningkatan IPM Kota Medan mengindikasikan bahwa tingkat kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat cenderung semakin membaik, seiring dengan kinerja penyelenggaraan pemerintah daerah yang terus

menunjukkan semakin meningkatnya tingkat daya beli dan pendapatan masyarakat sehingga mampu meningkatkan derajat kesehatan dan tingkat pendidikannya yang ditandai dengan bertambahnya usia harapan hidup, rata-rata lama sekolah dan meningkatnya konsumsi (daya beli) per kapita masyarakat Kota Medan.

2.4. Ketahanan Pangan Dan Gizi

Perkembangan produksi pangan nabati di kota Medan secara umum mengalami peningkatan, Kota Medan menghasilkan padi sawah sebesar 5.436,59 ton selama tahun 2021. Tanaman Bahan Makanan lainnya adalah jagung, kedelai, kacang tanah, kacang hijau, ubi kayu, dan ubi jalar. Pada tahun 2021, produksi jagung sebesar 2.381 ton dan ubi kayu sebesar 2.178 ton.

Kota Medan memang bukan daerah produksi pertanian khususnya tanaman padi, Hasil survey tahun 2022, kegiatan Badan Ketahanan Pangan kota Medan dengan BPS kota Medan untuk jumlah produksi beras ketersediaan mencapai 11 400,14 ton. Sumber ketersediaan beras di kota Medan berasal dari : 1) Produksi petani kota Medan (4,3 % dari kebutuhan); 2) Bulog; 3) Daerah *hinterland* (Deli Serdang, Simalungun, Serdang Bedagai dan Asahan); 4) Jawa dan aceh.

Jika peningkatan produksi pangan pokok utama, produksi pangan hewani khususnya komoditas daging, telur dan ikan diiringi dengan peningkatan aksesibilitas ekonomi masyarakat, maka pada kondisi ini memungkinkan terjadinya peningkatan konsumsi pangan hewani masyarakat yang saat ini tergolong masih rendah. Oleh karena itu, peningkatan

ketersediaan pangan hewani diharapkan dapat meningkatkan akses masyarakat terhadap komoditas pangan tersebut. Ketersediaan kelompok daging di kota medan tahun 2022 yaitu sebesar 48.087 ton yang terdiri dari daging sapi, daging kerbau, daging ayam, daging ayam ras dan daging itik. Ketersediaan kelompok telur di kota medan tahun 2022 yaitu sebesar 53.662 ton yang terdiri dari telur ayam buras, telur ayam ras dan telur itik. Ketersediaan kelompok ikan di kota medan tahun 2022 yaitu sebesar 321.306 ton yang terdiri dari ikan tuna, ikan tongkol, ikan cakalang, ikan kakap, ikan cucut, ikan bawal, ikan teri, ikan kembung, ikan tenggiri, ikan bandeng, ikan belanak, ikan mujair, ikan mas, udang, rajungan, kerrang, cumi-cumi dan lainnya.

Pemenuhan kebutuhan pangan yang mengandalkan produksi di kota Medan telah dilakukan dengan berbagai program terutama pada sektor Pertanian. Seperti program peningkatan produksi pada semua sub-sektor pertanian dan sektor perikanan dengan melakukan inovasi-inovasi dan terobosan-terobosan baru.

Ketersediaan pangan mencerminkan pangan yang tersedia untuk dikonsumsi masyarakat, merupakan produksi daerah yang dikoreksi dengan mempertimbangkan penggunaan untuk bibit/benih, industri, kehilangan/susut, ekspor dan stok ditambah impor. Ketersediaan pangan secara makro tidak sepenuhnya menjamin ketersediaan pada tingkat mikro. Masalah produksi yang hanya terjadi di wilayah tertentu dan pada waktu panen saja akan mengakibatkan konsentrasi ketersediaan pangan berada di sentra-sentra produksi.

Kemampuan ketersediaan pangan dalam energi, protein dan lemak perkapita di Medan tahun 2022 relatif mengalami perkembangan setiap tahunnya, Ketersediaan energi dan protein pada kelompok pangan sudah melampaui angka konsumsi yang diharapkan/dianjurkan. Ketersediaan energi dan protein kelompok pangan di Kota Medan tahun 2022 dimana total energi 3.852,03 kal/kapita/hari, dan total protein 132,33 gram/kapita/hari, maka nilai ketersediaan zat gizi kelompok pangan di Kota Medan sudah melebihi ketersediaan energi dan protein kelompok pangan yang dianjurkan. Ketersediaan energi yang dianjurkan adalah 2.400,00 kal/kapita/hari dan total protein yang dianjurkan adalah sebesar 57,00 gram/kapita/hari, sedangkan ketersediaan lemak pada kelompok pangan masih dibawah angka konsumsi yang diharapkan/dianjurkan yakni hanya sebesar 122,37 gram/kapita/hari dari 400 gram/kapita/hari yang dianjurkan. Konsumsi energi aktual di Kota Medan tahun 2022 adalah sebesar 3.852,03 kal/kapita/hari dan ketersediaan protein sebesar 132,33 gram/kapita/hari. Jadi Kota Medan sudah mengalami surplus energi dan protein bahan pangan dengan besaran surplus energi sebesar 1.452,03 kal/kapita/hari sedangkan surplus protein sebesar 75,33 gram/kapita/hari.

2.5. Pengertian Survei Konsumsi Pangan

Survei konsumsi pangan merupakan kegiatan pengukuran konsumsi makanan pada tingkat individu, keluarga, maupun kelompok masyarakat dengan menggunakan metode pengukuran yang terstruktur untuk menilai serta mengevaluasi asupan zat gizi. Survei konsumsi pangan digunakan sebagai cara penilaian status gizi secara tidak langsung yang bertujuan untuk

memberikan informasi awal terkait kondisi asupan zat gizi pada saat ini dan pada masa lalu sebagai cerminan untuk tolak ukur status gizi di masa yang akan datang.

Penggunaan metode pengukuran konsumsi makanan dimaksudkan untuk menilai dan memonitor asupan zat gizi seperti memperkirakan kecukupan makanan dan zat gizi baik pada individu maupun kelompok. Salah satu metode untuk pengukuran konsumsi makanan adalah metode recall 1 x 24 jam yang merupakan kegiatan menggali dan menanyakan makanan serta minuman apa saja, baik yang dimakan di dalam ataupun di luar rumah yang dikonsumsi responden selama 24 jam yang telah berlalu. Metode recall 1 x 24 jam merupakan salah satu metode pengukuran konsumsi makanan yang akurasiya bisa diandalkan namun memerlukan tenaga atau petugas yang terlatih dan terampil dalam menggunakan alat bantu seperti Ukuran Rumah Tangga dan *Food Model*.

A. Langkah-Langkah Pelaksanaan Metode Food Recall

Terdapat empat langkah dalam melaksanakan metode food recall 24 jam yaitu: (1) Pewawancara/enumerator menanyakan pangan yang dikonsumsi pada periode 24 jam yang lalu dan mencatat dalam ukuran rumah tangga (URT) mencakup nama masakan atau makanan, cara persiapan dan pemasakan, serta bahan makanannya (2) Pewawancara/enumerator memperkirakan atau melakukan estimasi dari URT ke dalam satuan berat (gram) untuk pangan yang dikonsumsi; (3) Petugas menganalisis energi dan zat gizi berdasarkan data hasil recall konsumsi pangan sehari (24 jam) secara

manual atau komputerisasi (4) Petugas menganalisis tingkat kecukupan energi dan zat gizi dengan membandingkan angka kecukupan gizi (AKG).

Adapun tahapan wawancara yang harus dilaksanakan dalam metode food recall 24 jam sebagai berikut :

- a) Membuat daftar ringkas hidangan atau makanan yang dikonsumsi sehari sebelumnya (quick list), daftar hidangan tidak harus berurutan, hidangan yang sama diulis satu kali.
- b) Mereview kembali kelengkapan quick list bersama responden agar tidak ada hidangan atau makanan yang terlewat atau lupa disebutkan oleh responden.
- c) Gali hidangan yang dikonsumsi dikaitkan dengan waktu makan atau aktivitas.
- d) Tanyakan rincian hidangan menurut jenis bahan makanan, jumlah, berat dan sumber perolehannya untuk semua hidangan atau makanan yang dikonsumsi responden sehari kemarin.
- e) Mereview kembali semua jawaban untuk menghindari kemungkinan masih ada makanan dikonsumsi tetapi terlupakan.

B. Kelebihan dan Kekurangan Metode Food Recall

Kelebihan menggunakan metode food recall 24 jam :

- a. Mudah dalam melaksanakannya serta tidak terlalu membebani responden
- b. Biaya relatif murah, karena tidak memerlukan peralatan khusus dan tempat yang luas untuk wawancara
- c. Cepat, sehingga dapat mencakup banyak responden

- d. Dapat memberikan gambaran nyata yang benar-benar dikonsumsi individu sehingga dapat dihitung intake zat gizi sehari

Kekurangan menggunakan metode food recall 24 jam :

- a. Tidak dapat menggambarkan asupan makanan sehari-hari, bila hanya dilakukan recall satu hari.
- b. Ketepatannya sangat tergantung pada daya ingat responden. Oleh karena itu responden harus mempunyai daya ingat yang baik, sehingga metode ini tidak cocok dilakukan pada anak usia 7 tahun, orang tua berusia di atas 70 tahun dan orang yang hilang ingatan atau orang yang pelupa.
- c. *The flat slope syndrome*, yaitu kecenderungan bagi responden yang kurus untuk melaporkan konsumsinya lebih banyak (*over estimate*) dan bagi responden yang gemuk cenderung melaporkan lebih sedikit (*under estimate*).
- d. Membutuhkan tenaga atau petugas yang terlatih dan terampil dalam menggunakan alat-alat bantu URT dan ketepatan alat bantu yang dipakai menurut kebiasaan masyarakat.
- e. Responden harus diberi motivasi dan penjelasan tentang tujuan dari penelitian.

C. Cara Meminimalisi Kesalahan Metode Food Recall 24 Jam

Berbagai kesalahan dalam survei konsumsi pangan metode food recall 24 jam mungkin dapat saja terjadi di lapangan dan tidak dapat di hindarkan. Agar data hasil survei konsumsi pangan akurat, maka latar belakang pendidikan dan pengalaman pewawancara harus disesuaikan dengan tujuan

dan sasaran survei. Sumber kesalahan tersebut harus dicegah atau diminimalisasi dengan cara : training enumerator, uji coba di lapangan dan survei pasar setempat.

Tujuan training enumerator agar didapatkan persepsi dan pemahaman yang sama, serta trampil dan cekatan dalam menggunakan metode food recall 24 jam di lapangan. Sebagai pewawancara atau enumerator harus mampu menjalin hubungan baik, ramah dan empati dengan responden. Pewawancara harus menjelaskan bahwa wawancara akan meliputi makanan dan minuman yang dikonsumsi kemarin selama 24 jam yang lalu seakurat mungkin (untuk memperoleh hasil yang standar antar responden dianjurkan mulai dari bangun tidur hingga sebelum tidur). Apabila di tengah waktu tidur subjek terbangun dan mengkonsumsi makanan maupun minuman, maka harus dicatat juga. Perlu dijelaskan bahwa seluruh informasi yang disampaikan akan dijaga kerahasiaannya. Pewawancara tidak boleh menunjukkan keheranan, kesetujuan atau sebaliknya terhadap jawaban subyek. Subyek atau Responden jangan diberitahu sebelumnya tentang konsumsi hari apa yang akan ditanyakan agar tidak terjadi perubahan konsumsi subyek.

2.6 Data Konsumsi Pangan

Data konsumsi pangan merupakan informasi tentang jenis pangan dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang pada waktu tertentu yang diperoleh melalui survei konsumsi pangan, baik berupa data primer atau sekunder, sebagai berikut:

a. Data Primer

Secara umum data primer diperoleh melalui survei konsumsi pangan yang merupakan penjumlahan dari berbagai jenis makanan yang dikonsumsi seseorang (food intake/asupan makanan), yaitu makan pagi, siang, malam, termasuk makanan selingan dalam kurun waktu tertentu (24 jam). Jika pengumpulan data konsumsi pangan lebih dari satu hari maka konsumsi pangan per hari merupakan jumlah konsumsi pangan menurut jenisnya masing-masing dibagi dengan jumlah hari survei. Pengumpulan data konsumsi pangan dapat dilakukan melalui metode kuantitatif, antara lain :

- (1) food recall method (metode mengingat-ingat);
- (2) food weighing method (metode penimbangan);
- (3) food inventory method (metode inventaris);
- (4) food record method (metode pencatatan). Metode mengingat-ingat (food recall) merupakan metode yang sering digunakan dalam survei konsumsi pangan.

b. Data Pendukung

Dalam analisis konsumsi pangan, khususnya menggunakan data survey konsumsi pangan, diperlukan data/instrumen pendukung, antara lain Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM), Daftar Ukuran Rumah Tangga (URT), Daftar Pangan Acuan, Daftar Konversi Perubahan Bentuk, Daftar Konversi Kode Kelompok pangan PPH, Daftar Konversi Mentah Masak, serta Daftar Konversi Penyerapan Minyak.

2.7 Pola Pangan Harapan (PPH)

a. Definisi

FAO-RAPA (1989) mendefinisikan PPH sebagai “komposisi kelompok pangan utama yang bila dikonsumsi dapat memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya”. PPH merupakan susunan beragam pangan yang didasarkan atas proporsi keseimbangan energi dari berbagai kelompok pangan untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya, baik dalam jumlah maupun mutu dengan mempertimbangkan segi daya terima, ketersediaan pangan, ekonomi, budaya dan agama.

PPH merupakan instrumen sederhana untuk menilai situasi konsumsi pangan penduduk, baik jumlah maupun komposisi pangan menurut jenis pangan yang dinyatakan dalam skor PPH. Semakin tinggi skor PPH, konsumsi pangan semakin beragam dan bergizi seimbang (maksimal 100). Skor PPH merupakan indikator mutu gizi dan keragaman konsumsi pangan sehingga dapat digunakan untuk merencanakan kebutuhan konsumsi pangan pada tahun-tahun mendatang. PPH dapat digunakan sebagai pedoman dalam evaluasi dan perencanaan penyediaan, produksi dan konsumsi pangan penduduk, baik secara kuantitas, kualitas, maupun keragamannya dengan mempertimbangkan aspek sosial, ekonomi, budaya, agama dan cita rasa.

b. Tujuan Pola Pangan Harapan (PPH)

Tujuan dari Pola Pangan Harapan (PPH) adalah untuk menghasilkan suatu komposisi norma (standar) pangan guna memenuhi kebutuhan gizi penduduk, yang mempertimbangkan keseimbangan gizi (*nutritional balance*) berdasarkan : cita rasa (*palatability*), daya cerna (*digestability*), daya terima masyarakat (*acceptability*), kuantitas dan kemampuan daya beli (*affordability*).

c. Kegunaan

Kegunaan dari Pola Pangan Harapan (PPH) adalah sebagai berikut :

1. Untuk menilai situasi konsumsi atau ketersediaan pangan, baik jumlah dan komposisi/keragaman pangan.
2. Untuk perencanaan konsumsi atau ketersediaan pangan.

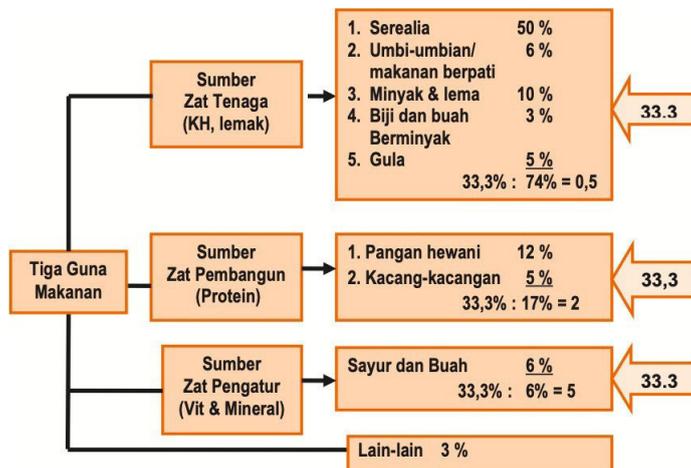
d. Metodologi Perhitungan PPH

Data yang digunakan dalam penghitungan skor PPH adalah data jumlah konsumsi energi per kelompok pangan. Proporsi konsumsi energi untuk masing-masing kelompok hasil kesepakatan Deptan tahun 2001 yaitu : (1) Padi-padian 50%, (2) Umbi-umbian 6%, (3) Pangan hewani 12%, (4) Minyak dan lemak 10%, (5) Buah dan biji berminyak 3%, (6) Kacang-kacangan 5%, (7) Gula 5%, (8) Sayur dan buah 6%, serta (9) Lain-lain (bumbu) 3%.

Selanjutnya, berdasarkan hasil perkalian antara proporsi energi dari masing- masing kelompok pangan dengan masing-masing pembobotnya diperoleh skor PPH. Dalam konsep PPH akan diperoleh skor ideal sebesar 100, yang artinya kualitas konsumsi pangan penduduk disebut ideal apabila mempunyai skor PPH sebesar 100.

Dalam penghitungan skor PPH, setiap kelompok pangan diberi bobot yang didasarkan pada fungsi pangan dalam triguna makanan (sumber karbohidrat/zat tenaga, sumber protein/zat pembangun, serta vitamin dan mineral/zat pengatur). Ketiga fungsi zat gizi tersebut memiliki proporsi yang seimbang, masing- masing sebesar 33.3% (berasal dari 100% dibagi 3). Pembobotan tersebut adalah sebagai berikut:

Gambar 3. Pembobotan dalam Kelompok Pangan PPH



- A. Untuk kelompok pangan sumber karbohidrat (padi-padian, umbi-umbian, minyak dan lemak, buah/biji berminyak, dan gula), total kontribusi energi (%AKG) adalah 74%. Bobot untuk kelompok pangan ini adalah 0.5 (berasal dari nilai 33.3% dibagi 74%).
- B. Untuk kelompok pangan sumber protein (kacang-kacangan dan pangan hewani) dengan total kontribusi energi 17%, diperoleh bobot 2.0 (berasal dari nilai 33.3% dibagi 17%).
- C. Untuk kelompok pangan sumber vitamin dan mineral (sayur dan buah) dengan total kontribusi energi 6%, diperoleh bobot 5.0 (berasal dari nilai 33.3% dibagi 6%).
- D. Kelompok pangan lainnya (aneka minuman dan bumbu) dengan kontribusi energi 3% akan diperoleh bobot 0.0 yang berasal dari nilai 0% dibagi 3. Bobot 0.0 untuk kelompok pangan lainnya didasarkan pada pertimbangan bahwa konsumsi bumbu dan minuman tidak dimaksudkan untuk memenuhi kebutuhan gizi.

Susunan pola pangan harapan nasional sebagai acuan dalam menilai kuantitas dan kualitas konsumsi rumah tangga (Tabel 2.9).

Tabel 2.9 Susunan Pola Pangan Harapan Nasional*)

No	Kelompok Pangan	% AKG (FAO RAPA)	Pola Pangan Harapan Nasional				
			Gram	Energi (kkal)	% AKG	Bobot	Skor PPH
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1	Padi-Padian	40.0 - 60.0	275	1075	50.0	0.5	25.0
2	Umbi-Umbian	0.0 - 8.0	100	129	6.0	0.5	2.5
3	Pangan Hewani	5.0 - 20.0	150	258	12.0	2.0	24.0
4	Minyak dan Lemak	5.0 - 15.0	20	215	10.0	0.5	5.0
5	Buah/Biji Berminyak	0.0 - 3.0	10	64.5	3.0	0.5	1.0
6	Kacang-Kacangan	2.0 - 10.0	35	107.5	5.0	2.0	10.0
7	Gula	2.0 - 15.0	30	107.5	5.0	0.5	2.5
8	Sayur dan Buah	3.0 - 8.0	250	129	6.0	5.0	30.0
9	Lain-Lain	0.0 - 5.0	-	64.5	3.0	0.0	0.0
	Jumlah			2150	100.0	-	100.0

Sumber : *) Harmonisasi PPH, Badan Ketahanan Pangan.

Skor PPH merupakan indikator mutu gizi dan keragaman konsumsi pangan sehingga dapat digunakan untuk merencanakan kebutuhan konsumsi pangan pada tahun-tahun mendatang. PPH dapat digunakan sebagai pedoman dalam evaluasi dan perencanaan penyediaan, produksi dan konsumsi pangan penduduk, baik secara kuantitas, kualitas, maupun

keragamannya dengan mempertimbangkan aspek sosial, ekonomi, budaya, agama dan cita rasa.

2.8 Analisis Data Hasil Survei Pangan

Analisis data hasil survei konsumsi pangan secara manual dilakukan dengan menggunakan daftar komposisi bahan makanan (DKBM) atau tabel konsumsi pangan Indonesia (TKPI). Daftar komposisi bahan makanan adalah buku yang berisi tabel kandungan energi dan zat gizi tiap 100 gram bahan makanan yang dapat dimakan. Pada umumnya buku ini menjelaskan tentang bagaimana cara/metoda yang digunakan untuk menganalisis kandungan zat gizi bahan makanan, nama bahan makanan/pengelompokannya, jenis zat gizi dan kandungan zat-zat gizi bahan makanan. DKBM disediakan untuk memudahkan dalam menghitung energi dan zat gizi hasil survei konsumsi pangan secara manual.

DKBM terdiri dari kelompok bahan makanan yaitu: 1) Sereal dan hasil olahannya, 2) Umbi berpati dan hasil olahannya, 3) Kacang-kacangan dan hasil olahannya, 4) Sayuran dan hasil olahannya, 5) Buah dan hasil olahannya, 6) Daging, unggas dan hasil olahannya, 7) Ikan, kerang, udang dan hasil olahannya, 8) Telur dan hasil olahannya, 9) Susu dan hasil olahannya, 10) Lemak dan minyak, 11) Gula dan sirup, 12) Bumbu-bumbu.

Analisis data hasil survey konsumsi pangan juga dapat dilakukan secara komputersasi yaitu menggunakan aplikasi program komputer yang bertujuan untuk mempermudah dan mempercepat proses analisis.



BAB TIGA

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Lokasi dan Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan di Kota Medan yang terdiri dari 21 Kecamatan yang ada. Ruang lingkup kegiatan Analisa Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan Tahun 2023 adalah survei analisis tentang kualitas konsumsi pangan di Kota Medan.

3.2. Teknik Pengambilan Sampel

Metode sampel yang digunakan adalah metode stratified random sampling, klasifikasi populasi terlebih dahulu ke dalam sub populasi berdasarkan jumlah kecamatan, jumlah penduduk, tingkat pendidikan serta jenis pekerjaan, kemudian menggunakan purposive sampling. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh rumah tangga di Kota Medan yang akan mewakili sifat kelokalan yaitu pusat kota, pinggiran kota, di wilayah utara dan daerah selatan. Jumlah sampel yang mewakili populasi adalah 500 rumah tangga (responden). Jumlah sampel ini berdasarkan perhitungan statistik dengan margin error 5% dan confidence 95%.

Sedangkan untuk perhitungan jumlah sampel yaitu semua kecamatan yang ada di Kota Medan, yakni 21 kecamatan. Kemudian sebanyak 30 persen dari 151 jumlah kelurahan yang ada di Kota Medan yakni sebanyak 45 kelurahan mewakili berdasarkan tingkat ekonomi dan pendapatan rumah tangga. Sampel diambil dari populasi rumah tangga dari 45 kelurahan sebanyak 500 rumah tangga.

Pemilihan sampel rumah tangga dilakukan secara stratifikasi sampling dengan memperhatikan :

- a. Tingkat sosial ekonomi masyarakat (tinggi, sedang dan rendah).
- b. Rumah tangga berada di wilayah kecamatan perkotaan dan pinggiran kota.

3.3. Jenis data dan Teknik Pengumpulan Data

Data yang digunakan adalah data primer yang didapatkan melalui survei ke rumah tangga masyarakat di Kota Medan. Data primer yang dibutuhkan adalah data pola konsumsi dari tiap rumah tangga. Data dikumpulkan dengan cara wawancara dengan menggunakan daftar pertanyaan yang telah disiapkan terlebih dahulu. Data yang dikumpulkan meliputi :

1. Identitas responden (nama responden dan kepala rumah tangga dan juga domisilinya).
2. Keterangan anggota rumah tangga (pendidikan dan pekerjaan).
3. Kebiasaan makan (perilaku dalam memilih dan mengkonsumsi makanan sehari-hari) terkecuali pada bulan hari besar keagamaan, hari Sabtu dan Minggu.
4. Konsumsi bahan makanan pokok per hari selama 2 hari.

3.4. Rekrutmen Petugas Survei

Petugas survei (surveyor/erumenator) yang digunakan dalam pengambilan data PPH Masyarakat Kota Medan 2023 memiliki kriteria umum seperti kemampuan intelektual, adaptasi dan komunikasi sehingga

diharapkan proses pengambilan data dapat berjalan secara baik. Jumlah surveyor akan ditentukan berdasarkan jumlah dan persebaran data.

3.5. Pelatihan Surveyor

Pelatihan surveyor dilakukan untuk memastikan data-data yang didapatkan adalah data-data yang tepat. Pelatihan yang diberikan adalah pelatihan teknis survey dan pelatihan penguasaan terhadap materi pertanyaan (kuesioner).

3.6. Pengambilan Data

Pengambilan data dilakukan pada waktu 2 (dua) bulan yang didasarkan pertimbangan kesiapan materi dan pertimbangan lainnya. Wilayah kegiatan petugas survei ditetapkan pada 21 (dua puluh satu) kecamatan yang ada di Kota Medan yakni : Kecamatan Medan Tuntungan, Medan Johor, Medan Amplas, Medan Denai, Medan Area, Medan Kota, Medan Maimun, Medan Polonia, Medan Baru, Medan Selayang, Medan Sunggal, Medan Helvetia, Medan Petisah, Medan Barat, Medan Timur, Medan Perjuangan, Medan Tembung, Medan Deli, Medan Labuhan, Medan Marelan, dan Medan Belawan.

Adapun penyebaran dan lokasi sampel responden pemantauan pola kualitas konsumsi pangan masyarakat Kota Medan 2023 dapat dilihat pada Tabel 3.1 dibawah ini:

Tabel 3.1. Penyebaran dan Lokasi Responden Analisa Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan Tahun 2023

No	Kecamatan	Kelurahan	Jumlah Ruta	Jumlah sampel	
1.	Medan Tuntungan	Simpang Selayang	155	10	20
		Kemenangan	136	10	
2.	Medan Johor	Pangkalan Mahsyur	125	10	20
		Titi Kuning	95	5	
		Kwala Bekala	125	5	
3.	Medan Amplas	Sitirejo II	164	10	25
		Harjo Sari I	71	15	
4.	Medan Denai	Binjai	89	5	30
		Denai	95	5	
		Medan Tenggara	70	5	
		Tegal Sari II	79	5	
		Tegal Sari Mandala III	97	10	
5.	Medan Area	Kota Matsum I	156	10	25
		Kota Matsum II	98	10	
		Pasar Merah Timur	101	5	
6.	Medan Kota	Teladan Timur	89	10	30
		Pusat Pasar	79	5	
		Medan Barat	95	5	
		Pasar Merah	134	5	
		Kota Matsum	106	5	
7.	Medan Maimun	Aur	79	13	23
		Hamdan	70	5	
		Kampung Baru	85	5	
8.	Medan Polonia	Sari Rejo	95	10	30
		Madras Hulu	70	5	
		Polonia	128	15	
9.	Medan Baru	Titi Rante	156	15	30
		Padang Bulan	87	15	
10.	Medan Selayang	Beringin	120	10	28
		Padang Bulan Selayang I	125	13	
		Padang Bulan Selayang II	98	5	
11.	Medan Sunggal	Sei Sikambing B	118	10	25
		Sei Sikambing	80	5	
		Tanjung Rejo	123	10	
12.	Medan Helvetia	Helvetia Tengah	102	13	28
		Sei Sikambing C	121	10	
		Helvetia Timur	87	5	
13.	Medan Petisah	Sei Putih Timur II	189	10	23
		Petisah Tengah	112	13	
14.	Medan Barat	Pulo Brayon Kota	107	5	20
		Karang Berombak	126	15	
15.	Medan Timur	Pulo Brayon Darat I	82	10	25
		Glugur Darat II	112	10	
		Glugur Darat I	95	5	
16.	Medan Perjuangan	Sei Kera Hilir I	112	5	23
		Tegal Rejo	78	5	
		Sei Kera Hilir II	88	13	
17.	Medan	Indra Kasih	98	5	25

	Tembung	Siderojo Hilir	70	5	
		Sidorejo	81	5	
		Bandar Selamat	98	10	
18.	Medan Deli	Tanjung Mulia Hilir	127	5	15
		Tanjung Mulia	75	5	
		Mabar	83	5	
19.	Medan Labuhan	Tangkahan	89	5	5
20.	Medan Marelan	Marelan Terjun	74	5	20
		Tanah Enam Ratus	89	5	
		Rengas Pulau	66	10	
21.	Medan Belawan	Belawan I	120	5	30
		Bagan Deli	80	5	
		Belawan Bahagia	87	10	
		Belawan II	114	10	
Jumlah					500

3.7. Tahap Pengolahan dan Analisis Data

Setelah data dikumpulkan, diedit dan ditabulasi kemudian data diolah dengan bantuan komputer. Pengolahan data dilakukan dengan melakukan rekapitulasi data dari rumah tangga menjadi data tingkat kelurahan, tingkat kecamatan hingga data Kota Medan.

Hasil identifikasi secara mandiri yang sudah dikumpulkan dan direkap oleh enumerator diolah secara statistik. Kegiatan pengolahan data kualitas konsumsi pangan merupakan rangkaian kegiatan setelah pengumpulan data. Pengolahan dan analisis data hasil pemantauan kualitas konsumsi pangan bertujuan untuk membangun suatu sistem data yang mempunyai sekumpulan informasi kualitas konsumsi pangan, dengan prinsip utama yaitu memilah dan mengelompokkan data berdasarkan atributnya masing-masing.

Secara prinsip terdapat tiga tahapan yang perlu dilakukan dalam pengolahan data pemantauan konsumsi pangan, yaitu pengkodean (*coding*), pemasukan (*entry*), dan edit (*editing*) data, dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Pengkodean Data (*Coding*)

Pengkodean data merupakan tahapan kegiatan awal yang perlu dilakukan sebelum proses entri data (proses pemasukan data ke dalam suatu *system database*) dilakukan. Pengkodean data konsumsi dilakukan terhadap data identifikasi kualitas konsumsi pangan yang mencakup kode kecamatan, kelurahan, rumah tangga responden, jumlah anggota rumah tangga, umur anggota rumah tangga, jenis kelamin, tingkat pendapatan dan tingkat pendidikan.

2. Pemasukan Data (*Entry Data*)

Entry data adalah kegiatan memasukan data dari kuesioner ke dalam *system database* yang akan digunakan. Untuk dapat memasukkan data ke dalam sistem *database* dengan komputer diperlukan *software* aplikasi komputer yang berbasis pengelolaan data.

3. Edit Data (*Editing Data*)

Agar terhindar dari kemungkinan terjadinya kesalahan data yang dapat menimbulkan kekeliruan interpretasi data, terlebih dahulu harus dilakukan langkah editing data. Editing data ini merupakan tahap perbaikan terhadap suatu atau sekelompok data yang dihasilkan dari suatu proses entri data. Editing data bertujuan untuk memperbaiki kesalahan data yang diakibatkan oleh kesalahan entri atau *recoding* terhadap data pada saat proses manajemen data.

- **Pengelompokan Sumber Pangan dan Gizi**

Konsumsi pangan merupakan informasi tentang jenis dan jumlah pangan yang di konsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu

tertentu (Hardinsyah & Briawan 1992). Zat gizi merupakan unsur-unsur yang terdapat dalam makanan dan diperlukan oleh tubuh untuk berbagai keperluan seperti menghasilkan energi, mengganti jaringan aus serta rusak, memproduksi substansi tertentu misalnya enzim, hormon dan antibodi. Zat gizi dapat dibagi menjadi kelompok makronutrien yang terdiri atas karbohidrat, lemak serta protein, dan kelompok mikronutrien yang terdiri atas vitamin dan mineral.

Perbandingan antara konsumsi zat gizi dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan disebut sebagai tingkat kecukupan gizi. Klasifikasi tingkat kecukupan energi dan protein menurut Kemenkes (2015) adalah : (1) defisit tingkat berat (<70% AKG); (2) defisit tingkat sedang (70-79% AKG); (3) defisit tingkat ringan (80-89% AKG); (4) normal (90-119%AKG); (5) kelebihan ($\geq 120\%$ AKG). Klasifikasi tingkat kecukupan vitamin dan mineral yaitu (1) kurang (<77% AKG); (2) cukup ($\geq 77\%$ AKG). Setiap kelompok pangan diberi bobot, kriteria dan besarnya bobot dapat dilihat seperti Tabel 3.2.

Tabel 3.2. Sumbangan Energi dari Sembilan Kelompok Makanan

No	Kelompok Pangan	Sumbangan Energi dan AKG				
		Gram	Energi (kkal)	% AKG	Bobot	Skor PPH
1	2	4	5	6	7	8
1	Padi-padian	275	1.000	50,0	0,5	25
2	Umbi-umbian	100	120	6,0	0,5	100
3	Pangan Hewani	150	240	12,0	2,0	150
4	Kacang-kacangan	20	200	10,0	0,5	35
5	Biji Berminyak	10	60	3,0	0,5	250
6	Lemak dan Minyak	35	100	5,0	2,0	10
7	Gula	30	100	5,0	0,5	25
8	Sayur dan Buah	250	120	6,0	5,0	30
9	Lain-lain	-	60	3,0	0,0	0,0
Jumlah			2.000	100.0	-	100

Keterangan :

- %AKG (Kolom 6) = $\frac{(\text{kolom 5})}{2000 \text{ kkal}} \times 100\%$
- Skor pangan (kolom 8) = (kolom 6) x (kolom 7). Hasil perkalian dari masing-masing kelompok pangan dijumlahkan sehingga diperoleh total skor 100.
- Penetapan rating atau bobot (kolom 7)

Dalam menghitung skor dan komposisi PPH aktual (susunan PPH) dilakukan dengan mengikuti 10 langkah sebagai berikut :

1) Konversi bentuk, jenis, dan satuan.

Pangan yang dikonsumsi rumah tangga terdapat dalam berbagai bentuk, jenis dengan satuan yang berbeda. Oleh karena itu, satuan beratnya perlu diseragamkan dengan cara mengkonversikan ke dalam satuan dan jenis komoditas yang sama (yang disepakati) dengan menggunakan faktor konversi sehingga dapat dijumlahkan beratnya, sebaiknya pangan yang dikonsumsi dikonversi kedalam berat mentah. Contoh : jika rumah tangga mengonsumsi pangan dengan satuan URT (ukuran rumah tangga), misalnya 5 butir telur ayam dan 3 potong tempe, maka berat telur dan tempe dalam satuan gram diperoleh setelah dilakukan konversi satuan. Satu (1) butir telur ayam = 60 gr dan satu (1) potong tempe = 25 gr.

2) Pengelompokan pangan menjadi 9 kelompok kelompok pangan yang mengacu pada standar Pola Pangan Harapan (PPH), yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.3 Pengelompokan Pangan

No.	Kelompok Pangan	Jenis Komoditas (Kelompok PPH)
1	Padi-padian	Beras dan olahannya, jagung dan olahannya, gandum dan olahannya
2	Umbi-umbian	Ubi kayu dan olahannya, ubi jalar, kentang, talas, dan sagu (termasuk makanan berpati)
3	Pangan Hewani	Daging dan olahannya, ikan dan olahannya, telur, serta susu dan olahannya
4	Minyak dan Lemak	Minya kelapa, minyak sawit, margarin, dan lemak hewani
5	Buah/biji berminyak	Kelapa, kemiri, kenari dan coklat
6	Kacang-kacangan	Kacang tanah, kacang kedelai, kacang hijau, kacang merah, kacang polong, kacang mete, kacang tunggak, kacang lain, tahu, tempe, tauco oncom, sari kedelai, kecap
7	Gula	Gula pasir, gula merah, sirup, minuman jadi dalam botol/kaleng
8	Sayur dan buah	Sayur segar seperti cabai merah, cabai rawit, bawang merah, bawang putih dan olahannya, buah segar dan olahannya, termasuk emping
9	Lain-lain	Aneka bumbu dan bahan minuman seperti terasi, cengkeh, ketumbar, merica, pala, asam, bumbu masak, teh dan kopi

3) Menghitung sub total kandungan energi menurut kelompok pangan.

Pada tahap ini dilakukan perhitungan kandungan energi setiap jenis pangan yang dikonsumsi dengan bantuan daftar komposisi bahan makanan (DKBM). Kolom energi dalam DKBM menunjukkan kandungan energi (kkal) per 100 gram bagian yang dapat dimakan (BDD)

4) Menghitung total energi actual seluruh kelompok pangan

Pada tahap ini yang dilakukan adalah menjumlahkan total energi dari masing-masing kelompok pangan, sehingga akan diketahui total energi dari seluruh kelompok pangan, dengan cara menjumlahkannya dari kelompok pangan 1 sampai dengan 9.

- 5) Menghitung kontribusi energi tiap kelompok pangan ke 1 s.d ke 9 terhadap energi aktual (%).

Kolom ini merupakan langkah untuk menilai pola/komposisi konsumsi pangan dengan cara menghitung kontribusi energi dari setiap kelompok pangan dibagi dengan total energi aktual seluruh kelompok pangan dan dikalikan dengan 100%.

Kontribusi Energi per Kelompok Pangan (%)

$$\frac{\text{Energi Kelompok Pangan}}{\text{Total Energi Aktual}} \times 100\%$$

- 6) Menghitung kontribusi energi setiap kelompok pangan terhadap angka kecukupan energi (%AKE)

Pada tahap ini merupakan Langkah untuk menilai tingkat konsumsi energi dalam bentuk persen (%) dengan cara menghitung kontribusi energi dari setiap kelompok pangan terhadap AKE

Kontribusi Energi Kelompok Pangan (%AKE)

$$\frac{\text{Energi Kelompok Pangan}}{\text{AKE Konsumsi}} \times 100\%$$

- 7) Menghitung skor aktual

Pada tahap ini yang dilakukan adalah dengan cara mengalikan kontribusi aktual setiap kelompok pangan dengan bobotnya masing-masing.

Skor Aktual = Kontribusi energi aktual setiap kelompok pangan X bobot setiap kelompok pangan

8) Menghitung skor AKE

Pada tahap ini yang dilakukan yaitu dengan mengalikan kontribusi AKE (%AKE) setiap kelompok pangan dengan bobotnya masing-masing.

SKORAKTUAL = Kontribusi angka kecukupan energi setiap kelompok pangan X bobot setiap kelompok pangan

9) Menghitung skor PPH

Skor PPH aktual dihitung dengan cara membandingkan skor AKE dengan skor maksimum. Skor maksimum yaitu batas maksimum skor setiap kelompok pangan yang memenuhi komposisi ideal. Perhitungan skor PPH masing-masing kelompok pangan dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Jika skor AKE lebih tinggi dari skor maksimum ($AKE > \text{skor maksimum}$), maka yang digunakan adalah skor maksimum
- b. Jika skor AKE lebih rendah dari skor maksimum ($AKE < \text{skor maksimum}$), maka yang digunakan adalah skor AKE.

Skor PPH setiap kelompok pangan menunjukkan komposisi konsumsi pangan penduduk pada waktu/tahun tertentu. Contoh: skor AKE kelompok padi-padian adalah 26,8 dibandingkan dengan skor maksimum kelompok padi-padian sebesar 25,0 maka skor PPH kelompok padi-padian adalah 25,0.

10) Total skor Pola Pangan Harapan (PPH) atau disebut juga kualitas konsumsi pangan adalah dengan menjumlahkan 9 kelompok pangan.

SKOR PPH = Skor PPH kelompok padi-padian + umbi-umbian ++ skor PPH kelompok lain-lain.

BAB EMPAT

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Umum Kota Medan

Secara geografis, Kota Medan memiliki kedudukan strategis sebab berbatasan langsung dengan Selat Maka di bagian Utara, sehingga relatif dekat dengan kota-kota/ negara yang lebih maju seperti Pulau Penang Malaysia, Singapura, dan lain-lain. Demikian juga secara demografis Kota Medan diperkirakan memiliki pangsa pasar barang/jasa yang relatif besar. Demikian juga secara ekonomis dengan struktur ekonomi yang didominasi sektor tertier dan sekunder, Kota Medan sangat potensial berkembang menjadi pusat perdagangan dan keuangan regional/nasional.

Berdasarkan data BPS Kota Medan diketahui ada peningkatan jumlah penduduk Kota Medan dari 2.229.408 jiwa pada tahun 2016 menjadi 2.247.425 jiwa pada tahun 2017. Pada tahun 2018, jumlah penduduk Kota Medan diperkirakan meningkat menjadi 2.264.145 jiwa atau tumbuh sebesar 2,42% dari tahun sebelumnya. Sedangkan pada tahun 2019 penduduk Kota Medan sebanyak 2.279.894 jiwa dengan laju pertumbuhan penduduk sebesar 0,93% dari tahun sebelumnya. Laju pertumbuhan penduduk Kota Medan tahun 2020 sebesar 1,45% dari tahun sebelumnya yakni menjadi 2.435.252 Jiwa. Jumlah penduduk terus meningkat hingga tahun 2021 terjadi pertambahan penduduk sebesar 0,79 % menjadi 2.460.858 jiwa. Pada tahun 2022 terjadi pertambahan penduduk sebesar 1,38% menjadi 2.494.512 jiwa.

Tabel 4.1. Data Kependudukan Per Kecamatan Kota Medan Tahun 2022

No	Kecamatan	Luas Area (Km ²)	Jumlah Kelurahan	Jumlah Penduduk	Laju Pertumbuhan Penduduk	Rata-rata ART
1	Medan Tuntungan	2.068	9	98 561	1.01	4,30
2	Medan Johor	1.458	6	154 096	1.15	4,38
3	Medan Amplas	1.119	7	130 882	0.67	4,37
4	Medan Denai	905	6	171 908	1.00	4,53
5	Medan Area	552	12	118 710	1.08	4,48
6	Medan Kota	527	12	85 563	0.79	4,26
7	Medan Maimun	298	6	50 063	1.26	4,34
8	Medan Polonia	901	5	60 389	0.59	4,43
9	Medan Baru	584	6	36 545	0.05	3,71
10	Medan Selayang	1.281	6	103 208	0.02	3,77
11	Medan Sunggal	1.544	6	130 193	0.66	4,32
12	Medan Helvetia	1.316	7	166 332	0.65	4,55
13	Medan Petisah	682	7	72 587	0.77	4,09
14	Medan Barat	533	6	90 156	.1.31	4,32
15	Medan Timur	776	11	117 314	0.21	4,32
16	Medan Perjuangan	409	9	104 432	0.45	4,47
17	Medan Tembung	799	7	147 209	0.35	4,47
18	Medan Deli	2.084	6	190 822	0.59	4,41
19	Medan Labuhan	3.667	6	135 589	1.02	4,53
20	Medan Marelان	2.382	5	186 391	1.59	4,46
21	Medan Belawan	2.625	6	109 908	0.63	4,53
Kota Medan		265.10	151	2 460 858	0.79	4,36

4.2. Gambaran Rumah Tangga

4.2.1. Umur Kepala Rumah Tangga

Berdasarkan hasil survei dari 500 responden yang diteliti kriteria responden berdasarkan umur dibagi menjadi lima kategori, yaitu 35-40 tahun, 41-45 tahun, 46,50 tahun, 51-55 tahun, 56-60 tahun. Adapun karakteristik umur pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.2. dibawah:

Tabel 4.2. Umur Responden diantara 35 – 60 Tahun

No.	Kelompok Usia KRT (Tahun)	Jumlah	Persentase (%)
1	35 – 40	47	9.40
2	41 – 45	131	26.20
3	46 – 50	168	33.60
4	51 – 55	106	21.20
5	56 – 60	48	9.60
Total		500	100

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Berdasarkan hasil wawancara diatas dijumpai bahwa dari 500 responden sebanyak 33.60 persen usia responden berada pada range 46 hingga 50 tahun, kemudian diikuti oleh responden yang berusia 41 hingga 45 tahun sebanyak 26.20 persen. Responden yang berusia 51 hingga 55 tahun sebanyak 21.20 persen. Responden yang berusia 56 hingga 60 tahun sebanyak 9.60 persen. Sedangkan usia responden yang terendah yaitu responden yang berumur 35 hingga 40 tahun sebanyak 9.40 persen.

4.2.2. Tingkat Pendidikan Kepala Rumah Tangga

Gambaran rumah tangga yang kedua yaitu tingkat pendidikan kepala rumah tangga. Kriteria responden berdasarkan tingkat pendidikan dalam penelitian ini dibagi menjadi tujuh kategori yaitu, tidak tamat SD, tamat SD, tamat SMP, tamat SMA, tamat Diploma, tamat S1, tamat S2/S3. Berdasarkan hasil wawancara dengan 500 responden, tingkat pendidikan kepala rumah tangga (KRT) responden didominasi oleh tamatan SLTA atau sederajat. Berdasarkan Tabel 4.3 dapat dilihat bahwa tingkat pendidikan kepala rumah tangga (KRT) yang mendominasi ialah pendidikan SMA atau sederajat yaitu sebesar 45.80 persen. Diikuti responden tamatan SMP sebesar 25 persen. Tamatan SD sebesar 15.20 persen, tamatan S1 sebesar 8 persen, tamatan

diploma sebesar 5.20 persen. Sedangkan kepala rumah tangga tamatan S2/S3 jumlahnya paling kecil yakni sebesar 0.80 persen dari keseluruhan sampel.

Tabel 4.3. Penyebaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah KRT	Persentase
1	Tidak Tamat SD	-	-
2	Tamat SD	76	15.20
3	Tamat SMP	125	25.00
4	Tamat SMA	229	45.80
5	Tamat Diploma	26	5.20
6	Tamat S1	40	8.00
7	Tamat S2/S3	4	0.80
Total		500	100

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

4.2.3. Jumlah Tanggungan Kepala Rumah Tangga

Kriteria gambaran rumah tangga berdasarkan jumlah tanggungan kepala rumah tangga dalam penelitian ini dibagi menjadi empat kategori, yaitu, 1-2 orang, 3-4 orang, 5-6 orang, dan >7 orang. Adapaun jumlah tanggungan kepala rumah tangga berdasarkan 500 responden adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4. Penyebaran Responden Berdasarkan Jumlah Tanggungan

No	Jumlah Tanggungan (Orang)	Jumlah KRT	Persentase
1	1 – 2	82	16.40
2	3 – 4	223	44.60
3	5 – 6	178	35.60
4	>7	17	3.40
Total		500	100

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Berdasarkan hasil tabel 4.4 diatas dapat diketahui bahwa jumlah tanggungan kepala rumah tangga yang paling banyak dimiliki dalam penelitian ini yaitu dengan jumlah tanggungan 3-4 orang dengan persentase

44.60 persen sebanyak 223 KRT. Kemudian jumlah 5-6 orang dengan persentase 35.60 persen sebanyak 178 KRT. Selanjutnya jumlah tanggungan 1-2 orang dengan persentase 16.40 persen sebanyak 82 KRT. Sedangkan jumlah tanggungan terkecil yaitu >7 orang dengan persentase 3.40 persen sebanyak 17 orang.

4.2.4. Mata Pencaharian Kepala Rumah Tangga

Kriteria gambaran rumah tangga dengan kategori mata pencaharian kepala rumah tangga dibagi menjadi enam kategori yaitu dengan jenis pekerjaan PNS, pegawai swasta, pedagang dan jasa, angkutan (supir angkot, becak, dan gojek), pertanian, dan jenis pekerjaan lainnya. Mata pencaharian kepala keluarga merupakan hal terpenting dalam menentukan jumlah konsumsi dalam rumah tangga. Jenis pekerjaan menentukan seseorang untuk memperoleh pendapatan yang pada gilirannya akan dibelanjakan untuk konsumsi keluarga. Rendahnya tingkat pendapatan mendorong percepatan kemiskinan di tengah masyarakat dan menjadi penyebab gizi kurang. Untuk jelasnya diuraikan sebagai berikut :

Tabel 4.5. Pengelompokan Responden berdasarkan Pekerjaan KRT

No	Jenis Pekerjaan	Jumlah KRT	Persense (persen)
1.	PNS	20	4.00
2.	Pegawai Sawasta	91	18.20
3.	Pedagang dan jasa	135	27.00
4.	Angkutan (Supir Angkot, Becak dan Gojek)	84	16.80
5	Pertanian	23	4.60
6	Lainnya	147	29.40
Total		500	100

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa dari 500 responden mata pencaharian yang tertinggi adalah untuk jenis pedagang dan jasa yaitu dengan persentase 27 persen sebanyak 135 orang. Diikuti dengan jenis pekerjaan pegawai swasta yaitu dengan persentase 18.20 persen sebanyak 91 orang. Kemudian jenis pekerjaan angkutan dengan persentase 16.80 persen sebanyak 84 orang. Jenis pekerjaan pertanian dengan persentase 4.60 persen sebanyak 23 orang. Jenis pekerjaan PNS dengan persentase 4 persen sebanyak 20 orang. Sedangkan untuk jenis pekerjaan lainnya dengan persentase 29.40 persen sebanyak 147 orang.

4.2.5. Pendapatan Responden

Kriteria gambaran rumah tangga yang kelima yaitu pendapatan responden. Kriteria pendapatan responden dibagi menjadi lima kategori. Dari hasil penelusuran melalui wawancara dengan 500 responden, diperoleh data bahwa tingkat pendapatan tertinggi yaitu antara Rp. 1.500.000 hingga Rp. 3.000.000 dengan persentase 47 persen sebanyak 235 orang. Selanjutnya tingkat pendapatan kurang dari Rp. 1.500.000 sebanyak 140 orang dengan persentase 28 persen. Kemudian tingkat pendapatan Rp 3.000.000 hingga Rp. 4.500.000 sebanyak 72 orang dengan persentase 14.40 persen. Tingkat pendapatan Rp 4.500.000 hingga Rp 6.000.000 sebanyak 44 orang dengan persentase 8.80 persen. Sedangkan responden dengan tingkat pendapatan terendah lebih dari Rp 6.000.000 sebanyak 9 orang dengan persentase 1.80 persen. Lebih jelasnya diuraikan pada tabel 4.6. dibawah ini:

Tabel 4.6. Pengelompokan Responden Berdasarkan Tingkat Pendapatan

No	Tingkat Pendapatan (Rp)	Jumlah (orang)	Persentase (persen)
1	< 1.500.000	140	28.00
2	1.500.000 – 3.000.000	235	47.00
3	3.000.000 – 4.500.000	72	14.40
4	4.500.000 – 6.000.000	44	8.80
5	> 6.000.000	9	1.80
Total		500	100

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Konsekwensi logisnya adalah golongan pendapatan rendah akan sulit untuk memenuhi kebutuhan akan gizi untuk keluarga. Pada golongan ini biasanya tidak hanya diwakili oleh pendapatan di bawah Rp. 1.500.000,- tetapi golongan pendapatan di bawah Rp. 3.000.000 juga rentan akan kekurangan gizi.

4.3. Konsumsi Menurut Kelompok Bahan Makanan

WNPG 2012. Untuk itu, makanan yang dikonsumsi baik bersumber dari pangan hewani maupun nabati dapat dikelompok dalam Sembilan kelompok pangan utama yakni: kelompok bahan makanan yang bersumber dari padi-padian, kelompok bahan makanan yang bersumber dari umbi-umbian, kelompok pangan yang bersumber dari pangan hewani, kelompok bahan makanan yang bersumber dari minyak dan lemak, kelompok bahan yang bersumber dari kacang-kacangan, kelompok bahan makanan yang bersumber dari gula, kelompok bahan makanan yang berasal dari sayur dan buah, dan kelompok bahan makanan yang bersumber dari lainnya.

1. Konsumsi Makanan kelompok Padi-padian

Padi-padian ialah salah satu kelompok makanan pokok yang dikonsumsi masyarakat Indonesia tiap harinya. Berdasarkan data BPS, padi-

padian yang disebutkan disini merupakan salah satu kelompok makanan yang terdiri dari beras, beras ketan, jagung basah dengan kulit, jagung pipilan/beras jagung, dan tepung terigu. Makanan-makanan tersebut merupakan sumber karbohidrat yang dapat memenuhi asupan gizi masyarakat untuk menjalankan aktivitas sehari-harinya. Oleh karena itu masyarakat Indonesia rutin mengkonsumsi makanan tersebut.

Dari hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa pada umumnya kelompok makanan yang bersumber dari padi-padian yang biasa dikonsumsi oleh masyarakat Kota Medan berasal dari beras, gandum dan jagung. Hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa konsumsi makanan yang bersumber dari padi-padian oleh masyarakat Kota Medan pada tahun 2022 sebanyak 420,59 gram/kapita/hari atau setara dengan 153,52 Kg/kapita/tahun.

Bila dilihat dari kontribusi kelompok padi-padian yang dikonsumsi oleh penduduk Kota Medan maka beras merupakan bahan makanan yang paling banyak dikonsumsi di antara kelompok padi-padian yakni sebanyak 371,41 gram/kapita/hari atau persentasenya sebesar 89,26%, urutan kedua adalah konsumsi tepung gandum yakni sebanyak 37,68 gram/kapita/hari yakni sebesar 8,31% dan konsumsi jagung sebanyak 11,50 gram/kapita/hari yang memiliki peran 2,43% seperti yang diperlihatkan Tabel 4.7

Tabel 4.7 Konsumsi Makanan Pokok Padi-padian

No	Jenis Makanan	Tingkat konsumsi			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gram/kapita/hari	kg/kapita/tahun	Kkal/kap/hari		
1	Tepung gandum (terigu)	37,68	13,75	125,47	8,31	Tepung gandum (terigu)
2	Padi (beras)	371,41	135,56	1.348,21	89,26	Padi (beras)
3	Jagung	11,50	4,19	36,75	2,43	
Total		420,59	153,50	1.510,45	100,0	

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Dari hasil analisis seperti yang ditunjukkan oleh Tabel 4.7 terlihat bahwa dari konsumsi kelompok padi-padian konsumsi padi merupakan urutan terbesar dalam konsumsi yaitu 135,56 Kg/kapita/tahun. Kondisi ini menunjukkan bahwa masyarakat Kota Medan masih lebih mengutamakan makanan nasi dibandingkan dengan karbohidrat lainnya.

2. Konsumsi Makanan Kelompok Umbi-umbian

Setelah beras pada kelompok padi-padian, kelompok umbi-umbian menempati urutan ketiga yang paling banyak dikonsumsi oleh rakyat di Kota Medan. Jenis umbi-umbian yang dikonsumsi oleh konsumen biasa dalam bentuk olahan, baik gorengan, rebusan atau olahan dalam bentuk lain yang berbahan baku umbi.

Dalam kajian ini bahan makanan kelompok umbi-umbian yang dikonsumsi masyarakat kota Medan 2022 terdiri dari ubi jalar, ubi kayu (tapioka), kentang dan sagu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi dari kelompok umbi-umbian sebanyak 34,52 gram/kapita/hari, seperti ditunjukkan Tabel 4.8.

Tabel 4.8. Konsumsi Makanan dari Kelompok Umbi-umbian

No	Jenis Makanan	Tingkat konsumsi			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gram/ kapita/ hari	kg/ kapita/ tahun	Kkal/ Kap/ hari		
1	Ubi Jalar	5,4	1,97	6,75	21,23	Ubi Jalar Ubi Kayu Kentang Sagu (Tepung sagu) Lainnya
2	Ubi Kayu	8,6	3,13	11,25	35,37	
3	Kentang	18,03	6,58	9,39	29,50	
4	Sagu (Tepung sagu)	1,56	0,57	3,26	10,24	
5	Lainnya	0,93	0,33	1,16	3,66	
Total		34,52	12,60	31,82	100,0	

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Dari Tabel 4.8 dapat dilihat bahwa kontribusi kentang untuk jenis umbi yang dikonsumsi menempatkan pada urutan pertama, yaitu 18,03 gram/kapita/hari atau 6,58 kg/kapita/tahun setelah dikonversikan menjadi energi, kentang memberikan kontribusi energi sebesar 29,50%, sedangkan urutan kedua adalah ubi kayu dengan kontribusi sebesar 8,6 gram/kapita/hari atau setara dengan 3,13 Kg/kapita/tahun yang memberikan kontribusi energi sebesar 35,37% pada konsumsi makanan umbi-umbian.

3. Konsumsi Makanan kelompok Pangan Hewani

Protein hewani adalah salah satu zat gizi berupa protein yang berasal dari bahan makanan lauk hewani. Dari hasil kajian ini menunjukkan bahwa masyarakat Kota Medan mengkonsumsi kelompok bahan makanan hewani yang berasal dari daging ruminansia, daging unggas, telur, susu, dan ikan. Dijelaskan pada Tabel 4.9.

Tabel 4.9. Konsumsi Makanan dari Kelompok Pangan Hewani

No	Jenis Pangan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gr/kap/hari	kg/kap/tahun	Kkal/kap/hari		
1	Daging Ruminansia	7,53	2,74	15,58	6,75	Daging Ruminansia Daging Unggas Telur Ikan
2	Daging Unggas	20,97	7,65	63,32	27,39	
3	Telur	20,65	7,53	28,30	12,24	
4	Susu	11,14	4,06	6,80	2,94	
5	Ikan	117,27	42,80	117,15	50,68	
Total		177,56	64,81	231,17	100,00	

Sumber : Data Primer (diolah), 2023.

Berdasarkan Tabel 4.9 dapat dijelaskan bahwa kontribusi energi bahan pangan ikan menjadi yang paling besar untuk konsumsi kelompok pangan hewani yakni sebanyak 50,68%. Konsumsi pangan hewani rakyat Kota Medan kedua adalah daging unggas yakni sebesar 27,39%, diikuti oleh telur dengan kontribusi energi sebesar 12,24% dan kontribusi energi daging ruminansia sebesar 6,75%. Sedangkan kelompok susu adalah konsumsi yang paling sedikit dikonsumsi oleh penduduk Kota Medan dengan kontribusi 2,94%. Ada beberapa hal yang mengakibatkan rendahnya tingkat konsumsi susu, salah satunya adalah rendahnya populasi sapi perah di Kota Medan sehingga membuat harga susu menjadi terasa mahal bagi beberapa kalangan.

4. Konsumsi Makanan Kelompok Minyak dan Lemak

Pada umumnya bahan makanan kelompok minyak dan lemak berasal dari minyak goreng sawit, minyak goreng kelapa, minyak kacang tanah, dan lemak hewani. Dijelaskan pada Tabel 4.10

Tabel 4.10. Konsumsi Makanan dari Kelompok Minyak dan Lemak

No	Jenis Makanan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gr/kap/hari	kg/kap/tahun	Kkal/kap/hr		
1	Minyak sawit	37,52	13,69	338,42	88,95	Minyak sawit Minyak kelapa
2	Minyak kelapa	4,23	1,54	36,80	9,67	
3	Minyak kacang tanah	0,58	0,21	5,23	1,38	
4	Lainnya	0,27	0,09	0	0	
Total		42,60	15,55	380,45	100,00	

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Dari Tabel 4.10 dapat dilihat bahwa penyumbang konsumsi dari kelompok minyak dan lemak yang memberikan kontribusi energi terbesar berasal dari minyak sawit yakni sebanyak 88,95%, secara umum minyak kelapa sawit paling banyak digunakan oleh masyarakat Kota Medan. Urutan kedua ditempati oleh konsumsi minyak goreng berasal dari kelapa dengan kontribusi energi sebesar 9,67% dan di posisi ketiga ditempati minyak yang berasal dari kacang tanah dengan kontribusi energi sebesar 1,38% dan lainnya memberikan kontribusi energi sebesar 0%.

5. Konsumsi Makanan Kelompok Kacang-Kacangan

Terdapat beberapa jenis makanan kelompok kacang-kacangan yang dikonsumsi oleh masyarakat di Kota Medan, yaitu kacang kedelai, kacang hijau, dan kacang tanah. Hasil analisis menunjukkan bahwa jenis kacang yang paling banyak dikonsumsi adalah kacang kedelai yang diikuti oleh kacang hijau dan kacang tanah. Untuk jelasnya diuraikan sebagai berikut.

Tabel 4.11. Konsumsi Makanan dari Kelompok Kacang-Kacangan

No	Jenis Makanan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gr/kap/hari	kg/kap/tahun	Kkal/kap/hr		
1	Kacang Kedelai	25,23	9,21	96,13	64,44	Kacang Kedelai Kacang Hijau Kacang Tanah
2	Kacang Hijau	12,04	4,39	40,57	27,20	
3	kacang tanah	2,76	1,00	12,47	8,36	
Total		40,03	14,6	149,17	100	

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Dari Tabel 4.11 terlihat bahwa total konsumsi jenis kacang-kacangan yang dikonsumsi masyarakat Kota Medan adalah sebanyak 40.03 gr/kapita/hari atau setara dengan 14.6 Kg/kapita/tahun. Pada kelompok kacang-kacangan ini, kontribusi kacang kedelai merupakan yang paling besar yakni sebanyak 25.23 gr/kapita/hari atau setara dengan 9.21 Kg/kapita/tahun, dengan energi sebesar 96.13 kkal/kapita/hari, dan menyumbang kontribusi energi sebesar 64.44%. Kacang kedelai dikonsumsi masyarakat biasanya dalam bentuk makanan tahu dan tempe atau diolah lebih lanjut menjadi susu kedelai. Jumlah permintaan kedelai juga terus meningkat setiap tahunnya sejalan dengan jumlah bertambahnya jumlah penduduk. Selain itu, harga kedelai juga relatif lebih murah, hal ini mengakibatkan kedelai diminati sebagai salah satu sumber protein nabati bagi masyarakat.

Urutan kedua kacang hijau yakni sebanyak 12.04 gr/kapita/hari atau setara dengan 4.39 Kg/kapita/tahun, dengan energi sebesar 40,57 kkal/kapita/hari, dan menyumbang kontribusi energi sebesar 27,20%. Kacang hijau ini biasanya sering dikonsumsi masyarakat dalam bentuk bubur kacang hijau dan diolah menjadi sayur tauge (kecambah). Selanjutnya urutan ketiga

yaitu kacang tanah sebanyak 2,76 gr/kapita/hari atau setara dengan 1 Kg/kapita,tahun, dengan energi sebesar 12,47 kkal/kapita/hari, dan kontribusi energi sebesar 8,36%.

6. Konsumsi Makanan Kelompok Gula

Gula merupakan komoditi penting bagi masyarakat. Manfaat gula sebagai sumber kalori selain dari beras, jagung dan umbi-umbian menjadikan gula sebagai salah satu bahan makanan pokok. Kebutuhan gula tidak hanya untuk memenuhi kebutuhan pokok, tetapi juga karena gula merupakan bahan pemanis utama yang digunakan sebagai bahan baku pada industri makanan dan minuman.

Namun, gula semakin banyak dipersalahkan kesehatan karena dianggap kurang baik untuk kesehatan. Selain itu, hasil penelitian yang menunjukkan bahwa selain menjadi penyebab utama kerusakan gigi, terlalu banyak gula dapat menimbulkan beberapa masalah kesehatan lainnya seperti obesitas, kencing manis, bahkan diabetes.

Kelompok bahan makanan yang bersumber dari gula biasanya terdiri dari gula pasir dan gula merah/gula aren/mangkok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi makanan yang bersumber dari kelompok gula sebanyak 22,66 gram/kapita/hari atau setara dengan 8,27 Kg/kapita/tahun, seperti ditunjukkan pada Tabel 4.12 dibawah ini:

Tabel 4.12. Konsumsi Makanan dari Kelompok Gula

No	Jenis Makanan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gr/kap/hari	kg/kap/tahun	Kkal/kap/hr		
1	Gula Pasir	20,29	7,41	73,86	89,39	Gula Pasir Gula Merah
2	Gula Merah	2,37	0,86	8,77	10,61	
Total		22,66	8,22	82,62	100	

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Konsumsi gula di masyarakat biasanya digunakan untuk bahan pelengkap minuman seperti teh manis, kopi manis, susu manis, minuman es sirup dan juice. Selain digunakan untuk bahan pelengkap minuman, gula juga digunakan sebagai bahan penyedap masakan dan bahan pendukung pembuatan beraneka ragam makanan jadi seperti roti, biskuit, kue dan lain sebagainya. Bila dilihat dari kontribusi kelompok gula yang dikonsumsi oleh penduduk kota Medan maka konsumsi gula pasir merupakan konsumsi yang terbanyak yakni sebanyak 20,29 gr/kapita/hari atau setara dengan 7,40 Kg/kapita/hari, dengan energi sebesar 73,86 kkal/kapita/hari, dan kontribusi energi sebesar 89,39%. Sedangkan konsumsi gula merah hanya sebanyak 2,37 gr/kapita/hari atau setara dengan 0,86 Kg/kapita/tahun, dengan energi sebesar 8,77 kkal/kapita/hari, dan kontribusi energi sebesar 10,61%. Tingkat konsumsi gula pasir di Indonesia masih relatif rendah dibandingkan dengan negara-negara lain sehingga diperkirakan bahwa konsumsi gula pasir akan terus meningkat seiring dengan peningkatan jumlah penduduk dan pendapatan masyarakat.

7. Konsumsi Makanan Kelompok Sayur dan Buah

Kelompok bahan makanan yang bersumber dari sayur dan buah biasanya terdiri dari sayuran hijau dan sayuran berwarna, sedangkan buah yang biasa dikonsumsi adalah buah yang mengandung rasa manis dan asam. Sayuran dan buah dikelompokkan menjadi satu kelompok karena memiliki manfaat dan mengandung unsur gizi dan vitamin yang hampir sama seperti vitamin A, vitamin C dan serat yang bermanfaat untuk kesehatan.

Kelompok bahan makanan yang bersumber dari kelompok sayur dan buah menunjukkan bahwa konsumsi makanan yang bersumber dari kelompok sayur dan buah sebanyak 402,56 gr/kapita/hari atau setara dengan 146,93 Kg/kapita/tahun seperti ditunjukkan pada Tabel 4.13 dibawah ini:

Tabel 4.13. Konsumsi Makanan dari Kelompok Sayur dan Buah

No	Jenis Makanan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gr/kap/hari	kg/kap/tahun	Kkal/kap/hr		
1	Sayur					Sayur
	Bawang Merah	10,16	3,70	4,31	2,51	
	Bawang Putih	8,47	3,09	3,59	2,09	
	Cabai Merah	16,93	6,18	7,18	4,18	
	Cabai Rawit	9,14	3,34	3,88	2,25	
	Lainnya	293,96	107,29	124,64	72,58	Lainnya
2	Buah	63,9	23,32	28,13	16,38	Buah
	Total	402,56	146,93	171,72	100	

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Berdasarkan tabel 4.13 dapat dilihat bahwa penyumbang konsumsi dari kelompok sayur dan buah yang memberikan kontribusi energi terbesar berasal dari kelompok sayur yaitu sebesar 83,62 persen. Sedangkan kelompok buah memberikan kontribusi energi sebesar 16,38 persen. Kelompok sayur terdiri dari bawang merah memberikan kontribusi sebesar 2,51 persen, bawang putih memberikan kontribusi sebesar 2,09 persen, cabai merah memberikan kontribusi sebesar 4,18 persen, cabai rawit memberikan kontribusi sebesar

2,25 persen serta kelompok sayur lainnya memberikan kontribusi sebesar 72,58 persen. Jika dibandingkan dengan konsumsi karbohidrat, konsumsi sayur dan buah di Kota Medan masih tergolong rendah. Pedoman gizi seimbang menyatakan bahwa dalam satu porsi sajian, sayur-sayuran, dan buah-buahan memiliki porsi paling banyak yakni separuh bagian piring setiap makan(satu kali sajian).

Menurut rekomendasi Pedoman Gizi Seimbang, masyarakat Indonesia dianjurkan untuk mengonsumsi sayur dan buah sebesar 3-5 porsi sayur atau setara dengan 250 gram perhari dan 2-3 porsi buah atau setara dengan 150 gram per hari (Kemenkes,2014). Ramussen, dkk (2011) dalam Devi (2017), menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya konsumsi sayur dan buah pada remaja dipengaruhi oleh faktor orangtua, yaitu keterlambatan dalam mengenalkan sayur dan buah, ketidak mampuan dalam memberikan contoh konsumsi sayur dan buah yang baik, rendahnya ststus sosial ekonomi serta terbatasnya ketersediaan sayur dan buah di rumah. Perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor umur, jenis kelamin, preferensi/ kesukaan terhadap sayur dan buah, latar bvelakang budaya, uang saku, ketersediaan sayur dan buah di rumah, serta pengaruh orangtua dan teman sebaya.

4.4. Analisis Pangan

Pola konsumsi pangan merupakan susunan makanan yang mencakup jenis dan jumlah bahan makanan rata-rata perorang per hari yang umum dikonsumsi atau dimakan penduduk dalam jangka waktu tertentu. Secara rinci pola konsumsi pangan dijabarkan berdasarkan pangan yang paling banyak dikonsumsi oleh penduduk. Berikut ini adalah gambaran pola

konsumsi pangan penduduk di Kota Medan Tahun 2023 berdasarkan aplikasi Analisa harmonisasi pola pangan harapan konsumsi.

4.4.1. Skor Pola Pangan Harapan (PPH)

Skor pola pangan harapan merupakan komposisi kelompok pangan utama yang bila dikonsumsi dapat memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya. PPH merupakan salah satu parameter yang digunakan untuk menilai bagaimana tingkat keragaman dan keseimbangan pangan berdasarkan komposisi kelompok pangan utama yang sesuai dengan daya terima. Skor pola pangan harapan (PPH) untuk Kota Medan tahun 2023 adalah sebesar 95,1 sebagaimana ditampilkan pada Tabel 4.14

Tabel 4.14. Skor Pola Pangan Harapan Kota Medan Tahun 2023

No	Kelompok Pangan	Perhitungan Skor Pola Pangan Harapan (PPH)								
		Kalori	% Aktual	%AKE*)	Bobot	Skor Aktual	Skor AKE	Skor Maks	Gap Skor AKE dan Skor Maks	Skor PPH
(1)	(2)	(3)	(4) : 3/2666,1*100	(5) : 3/2150*100	(6)	(7): 4*6	(8): 5*6	(9)	(10): 8-9	(11)
1	Padi-Padian	1.510,5	56,7	70,3	0,5	28,3	35,1	25	10,1	25
2	Umbi-Umbian	31,8	1,2	1,5	0,5	0,60	0,7	2,5	-1,8	0,7
3	Pangan Hewani	231,2	8,7	10,8	2,0	17,3	21,5	24	-2,5	21,5
4	Minyak dan Lemak	380,4	14,3	17,7	0,5	7,1	8,8	5	3,8	5
5	Buah/Biji Berminyak	104,7	3,9	4,9	0,5	2,0	2,4	1	1,4	1
6	Kacang-Kacangan	149,2	5,6	6,9	2,0	11,2	13,9	10	3,9	10
7	Gula	82,6	3,1	3,8	0,5	1,5	1,9	2,5	-0,6	1,9
8	Sayur dan Buah	171,7	6,4	8,0	5	32,2	39,9	30	9,9	30
9	Lain-Lain	4,2	0,2	0,2	0	0,0	0	0	0,0	0
Total		2666,5	100,0	124,0	11,5	100,3	124,4	100,0		95,1

Keterangan=

*) Angka Kecukupan Energi (AKE) : 2150.0 Kkal/Kap/Hari

**) % Aktual diperoleh dari Kalori kelompok pangandibagi total kalori dibagi 100%

***) %AKE*) diperoleh dari kalori dibagi AKE dibagi 100%

****) Bobot merupakan angka ketentuan

*****) Skor Aktual diperoleh dari %aktual dikali bobot

*****) Skor AKE diperoleh dari %AKE dikali bobot

*****) Skor Maks merupakan angka ketentuan

*****) Gap Skor AKE dan Skor Maks diperoleh dari Skor AKE dikurangi Skor Maks

*****) Skor PPH diperoleh dengan ketentuan : jika Skor AKE > Skor Maks maka yang digunakan Skor Maks dan jika Skor AKE < Skor Maks maka yang digunakan Skor AKE

Skor pola pangan harapan (PPH) untuk Kota Medan pada tahun 2023 sebesar 95,1 dapat dilihat pada tabel 4.14 dengan jumlah kalori sebesar 2.666,1 Kkal/kapita. Dibandingkan dengan angka kecukupan energi dalam Permenkes 28 Tahun 2019 sebesar 2.100 Kkal/Kapita, maka konsumsi sudah melebihi angka kecukupan energi. Secara umum, skor pola pangan harapan Kota Medan masih berada dibawah skor maksimal PPH yaitu 100. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi pangan pada rumah tangga Kota Medan masih kurang beragam. Meskipun demikian, skor ini sudah mengalami peningkatan dari skor PPH dari tahun sebelumnya yaitu sebesar 92,9 pada tahun 2020. Untuk dapat mencapai skor PPH yang maksimal, maka diperlukan adanya ketersediaan pangan yang cukup, stabilitas harga pangan, pengawasan keamanan pangan, dan tersosialisasinya pentingnya pangan yang beragam, berimbang dan sehat secara merata di masyarakat.

Konsumsi pangan yang melebihi skor maksimal dari tertinggi dan terendah adalah padian-padian sebesar 10,1 poin; sayur dan buah 9,9 poin; kacang-kacangan sebesar 3,9 poin; minyak dan lemak sebesar 3,8 poin; dan buah biji berminyak sebesar 1,4 poin. Hal ini perlu mendapat perhatian dalam sosialisasi B2SA, sehingga kelebihan konsumsi bahan pangan tersebut tidak menimbulkan masalah Kesehatan pada masyarakat yang pada akhir-akhir ini ditunjukkan semakin meningkatnya prevalensi kegemukan dan penyakit-penyakit degeneratif. Sedangkan bahan pangan pangan hewani masih menggambarkan jumlah konsumsi yang kecil karena selisih dari skor maksimal yaitu sebesar minus 2,5 poin, diikuti dengan umbi-umbian sebesar minus 1,8 poin, serta kelompok pangan gula sebesar minus 0,6 poin.

4.4.2. Pola Konsumsi Pangan

4.4.2.1. Sumber Karbohidrat

Pangan sumber karbohidrat yang dikonsumsi masyarakat Kota Medan sudah menggambarkan keberagaman yang terdiri dari: tepung gandum (terigu), beras, jagung, ubi jalar, ubi kayu, kentang, tepung sagu, dan lainnya seperti yang akan diuraikan pada tabel 4.15 dibawah ini;

Tabel 4.15. Pola Konsumsi Bahan Pangan Sumber Karbohidrat

Jenis Pangan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola konsumsi (Kontribusi energi > =5%)
	(g/kap/hari)	Kg/kap/thn	Kkal/kap/hari		
Tepung gandum(terigu)	37,68	13,75	125,47	8,14	Tepung gandum (terigu) Beras
Beras	371,41	135,56	1348,22	87,42	
Jagung	11,50	4,19	36,74	2,38	
Ubi jalar	5,4	1,97	6,76	0,44	
Ubi kayu	8,6	3,13	11,26	0,73	
Kentang	18,03	6,58	9,39	0,61	
Tepung sagu	1,56	0,57	3,26	0,21	
Lainnya	0,93	0,33	1,16	0,08	
Total	455,08	166,08	1542,26	100,00	

Sumber: Data Primer (Diolah), 2023

Berdasarkan tabel 4.15 diatas dari semua jenis pangan sumber karbohidrat yang dikonsumsi masyarakat, hanya bahan pangan tepung gandum (terigu) dan beras yang dikonsumsi dalam jumlah yang besar dan menyumbang energi sebesar 8.14% (terigu), dan 87.42% (beras), sedangkan jenis bahan pangan lainnya menyumbang kontribusi energi dibawah 5%. Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa beras berada diposisi pertama sebagai komoditas sumber karbohidrat yang paling diminati masyarakat, posisi kedua diikuti dengan terigu sebagai alternative pengganti beras yang cukup diminati masyarakat Kota Medan. Hal ini bisa saja terjadi karena dipengaruhi oleh budaya masyarakat yang beranggapan bahwa kalau tidak mengkonsumsi nasi bagaikan tidak mengkonsumsi apapun.

Beras masih menjadi penyumbang energi yang tertinggi sampai saat ini karena beras sejak mulanya orde baru merupakan makanan pokok masyarakat

Indonesia. Indonesia merupakan negara agraris yang setiap tahunnya produksi padi dan beras sangat melimpah. Ada juga beberapa alasan lain yaitu yang pertama, kecintaan masyarakat Indonesia terhadap nasi sudah tertanam pada pola pikir masyarakat sejak dulu. Kedua karena nasi memiliki kandungan indeks glikemik yang tinggi sekitar 80% sehingga bisa menimbulkan ketagihan dalam otak. Ketiga karena nasi bisa diolah menjadi berbagai macam hidangan, sehingga tidak terasa membosankan untuk dikonsumsi. Contoh olahan nasi yaitu nasi goreng, nasi uduk, nasi liwet dan sebagainya, dan inilah makanan pokok yang paling mudah dikombinasikan rasanya dengan lauk pauk dan sayur-sayuran. Contoh makanan yang dapat diolah menggunakan bahan tepung terigu yaitu seperti mie, kue, pasta, dan sebagainya. Oleh karena itu, perlu dilakukan sosialisasi lebih jelas mengenai alternative lain dari beras dan terigu yang bisa digunakan yang masih merupakan kategori pangan sehat contohnya seperti kentang.

4.4.2.2. Sumber Protein Hewani

Protein hewani adalah salah satu zat gizi berupa protein yang berasal dari bahan makanan lauk hewani. Dari hasil kajian ini menunjukkan bahwa masyarakat Kota Medan mengkonsumsi kelompok bahan makanan hewani yang berasal dari daging ruminansia, daging unggas, telur, susu, dan ikan. Dijelaskan pada Tabel 4.16

Tabel 4.16. Pola Konsumsi Bahan Pangan Sumber Protein Hewani

No	Jenis Pangan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gr/kap/hari	kg/kap/tahun	Kkal/kap/hari		
1	Daging Ruminansia	7,53	2,74	15,58	6,75	Daging Ruminansia Daging Unggas Telur Ikan
2	Daging Unggas	20,97	7,65	63,32	27,39	
3	Telur	20,65	7,53	28,30	12,24	
4	Susu	11,14	4,06	6,80	2,94	
5	Ikan	117,27	42,80	117,15	50,68	
Total				231,17	100,00	

Sumber : Data Primer (diolah), 2023.

Berdasarkan Tabel 4.16 dapat dijelaskan bahwa kontribusi energi bahan pangan ikan menjadi yang paling besar untuk konsumsi kelompok pangan hewani yakni sebanyak 50,68%. Konsumsi pangan hewani masyarakat Kota Medan kedua adalah daging unggas yakni sebesar 27,39%, diikuti oleh telur dengan kontribusi energi sebesar 12,24% dan kontribusi energi daging ruminansia sebesar 6,75%. Sedangkan kelompok susu adalah konsumsi yang paling sedikit dikonsumsi oleh penduduk Kota Medan dengan kontribusi 2,94%. Ada beberapa hal yang mengakibatkan rendahnya tingkat konsumsi susu, salah satunya adalah rendahnya populasi sapi perah di Kota Medan sehingga membuat harga susu menjadi terasa mahal bagi beberapa kalangan.

4.4.2.3. Sumber Protein Nabati

Pola konsumsi bahan pangan sumber protein nabati terdiri atas konsumsi kacang-kacangan yang dikonsumsi oleh masyarakat di Kota Medan, yaitu kacang kedelai, kacang hijau, kacang tanah dan kacang lainnya. Hasil analisis menunjukkan bahwa jenis kacang yang paling banyak dikonsumsi

adalah kacang kedelai yang diikuti oleh kacang hijau dan kacang tanah. Untuk jelasnya diuraikan sebagai berikut.

Tabel 4.17. Pola Konsumsi Bahan Pangan Sumber Protein Nabati

No	Jenis Makanan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gr/kap/hari	kg/kap/tahun	Kkal/kap/hr		
1	Kacang Kedelai	25,23	9,21	96,13	64,44	Kacang Kedelai Kacang Hijau Kacang Tanah
2	Kacang Hijau	12,04	4,39	40,57	27,20	
3	kacang tanah	2,76	1,00	12,47	8,36	
Total		40,03	14,6	149,17	100	

Sumber : Data Primer (diolah), 2023

Dari Tabel 4.17 terlihat bahwa total konsumsi jenis bahan pangan sumber protein nabati yang dikonsumsi masyarakat Kota Medan adalah sebanyak 40.03 gr/kapita/hari atau setara dengan 14.6 Kg/kapita/tahun. Pada kelompok kacang-kacangan ini, kontribusi kacang kedelai merupakan yang paling besar yakni sebanyak 25.23 gr/kapita/hari atau setara dengan 9.21 Kg/kapita/tahun, dengan energi sebesar 96.13 kkal/kapita/hari, dan menyumbang kontribusi energi sebesar 64.44%. Kacang kedelai dikonsumsi masyarakat biasanya dalam bentuk makanan tahu dan tempe atau diolah lebih lanjut menjadi susu kedelai. Jumlah permintaan kedelai juga terus meningkat setiap tahunnya sejalan dengan jumlah bertambahnya jumlah penduduk. Selain itu, harga kedelai juga relatif lebih murah, hal ini mengakibatkan kedelai diminati sebagai salah satu sumber protein nabati bagi masyarakat.

Urutan kedua kacang hijau yakni sebanyak 12.04 gr/kapita/hari atau setara dengan 4.39 Kg/kapita/tahun, dengan energi sebesar 40,57 kkal/kapita/hari, dan menyumbang kontribusi energi sebesar 27,20%. Kacang

hijau ini biasanya sering dikonsumsi masyarakat dalam bentuk bubur kacang hijau dan diolah menjadi sayur taugé (kecambah). Selanjutnya urutan ketiga yaitu kacang tanah sebanyak 2,76 gr/kapita/hari atau setara dengan 1 Kg/kapita,tahun, dengan energi sebesar 12,47 kkal/kapita/hari, dan kontribusi energi sebesar 8,36%.

4.4.2.4. Sumber Lemak

Lemak merupakan sumber energi padat yang memiliki nilai lebih dari energi yang diperoleh dari karbohidrat. Sumber lemak bagi rumah tangga sudah beragam yaitu dari minyak sawit; minyak kelapa; minyak kacang tanah; dan lemak hewani. Dijelaskan pada Tabel 4.18 dibawah ini :

Tabel 4.18. Pola Konsumsi Bahan Pangan Sumber Lemak

No	Jenis Makanan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gr/kap/hari	kg/kap/tahun	Kkal/kap/hr		
1	Minyak sawit	37,52	13,69	338,42	88,95	Minyak sawit Minyak kelapa
2	Minyak kelapa	4,23	1,54	36,80	9,67	
3	Minyak kacang tanah	0,58	0,21	5,23	1,38	
4	Lemak hewani	0,27	0,09	0	0	
Total		42,60	15,55	380.45	100,00	

Sumber : Data Primer (Diolah), 2023.

Dari Tabel 4.18. dapat dilihat bahwa penyumbang pola konsumsi bahan pangan sumber lemak secara umum minyak kelapa sawit paling banyak digunakan oleh masyarakat Kota Medan dan memberikan kontribusi energi terbesar yaitu sebesar 88,95%. Urutan kedua ditempati oleh minyak yang berasal dari kelapa dengan kontribusi energi sebesar 9,67% dan di posisi ketiga ditempati minyak yang berasal dari kacang tanah dengan kontribusi energi

sebesar 1,38% dan lainnya memberikan kontribusi energi sebesar 0%.

Minyak yang berasal dari pohon kelapa sawit sebagai penyumbang energi yang terbesar sampai saat ini karena makanan yang digoreng menggunakan minyak sawit menjadi tidak langsung “gosong” karena minyak tidak cepat teroksidasi pada saat penggorengan, sehingga dapat memberikan citarasa dan tekstur yang disukai banyak masyarakat. Selain itu minyak sawit juga digunakan untuk membuat berbagai barang kebutuhan sehari-hari, dari kue hingga kosmetik. Keunggulan dari minyak kelapa sawit yaitu tidak hanya produktivitas yang lebih tinggi, tetapi kandungan nutrisi yang dihasilkan juga jauh lebih besar. Minyak ini kaya antioksidan, yaitu vitamin E, yang mendukung sistem kekebalan tubuh, mencegah penyakit jantung, dan mengurangi risiko kanker. Sementara minyak kelapa merupakan jenis minyak yang terbuat dari buah kelapa segar yang sudah tua, dengan mengekstraksi daging kelapa menjadi minyak siap pakai, karenanya minyak ini memiliki rasa manis alami yang baik untuk memanggang makanan manis dan juga untuk hidangan tumis tertentu. Keunggulan dari minyak kelapa yaitu mulai dari kualitas makanan hingga kebaikan dan kesehatan hasil makanan yang dimasak. Selain tidak mengandung banyak minyak di gorengan, minyak yang masuk ke dalam tubuh juga akan mudah diserap menjadi energi dalam tubuh.

Konsumsi minyak goreng masyarakat berdasarkan kemasan dari minyak goreng terbagi dalam dua kategori yaitu minyak goreng dalam kemasan dan minyak goreng curah. Minyak goreng dalam kemasan adalah minyak goreng yang dikemas dalam kemasan plastik, botol, refill ataupun jerigen dan diberi merek. Sedangkan minyak goreng curah yaitu minyak goreng yang diukur

satuan masa dan tidak memiliki merek. Minyak goreng curah mempunyai kecenderungan besar untuk dikonsumsi oleh masyarakat terutama masyarakat menengah ke bawah. Hal ini disebabkan karena faktor perbedaan harga yang didapatkan. Masyarakat Kota Medan sangat majemuk dengan tingkat ekonomi yang berbeda-beda.

4.4.2.5. Sumber Sayur dan Buah

Sumber sayur dan buah biasanya terdiri dari sayuran hijau dan sayuran berwarna, sedangkan buah yang biasa dikonsumsi adalah buah yang mengandung rasa manis dan asam. Sayuran dan buah dikelompokkan menjadi satu kelompok karena memiliki manfaat dan mengandung unsur gizi dan vitamin yang hampir sama seperti vitamin A, vitamin C dan serat yang bermanfaat untuk kesehatan. Ditunjukkan pada Tabel 4.19. dibawah ini:

Tabel 4.19. Pola Konsumsi Bahan Pangan Sayur dan Buah

No	Jenis Makanan	Kuantitas Pangan			Kontribusi Energi (%)	Pola Konsumsi (Kontribusi energi > = 5%)
		gr/kap/hari	kg/kap/tahun	Kkal/kap/hr		
1	Sayur					Sayur
	Bawang Merah	10,16	3,70	4,31	2,51	
	Bawang Putih	8,47	3,09	3,59	2,09	
	Cabai Merah	16,93	6,18	7,18	4,18	
	Cabai Rawit	9,14	3,34	3,88	2,25	
	Lainnya	293,96	107,29	124,64	72,58	Lainnya
2	Buah	63,9	23,32	28,13	16,38	Buah
	Total	402,56	146,93	171,72	100	

Sumber : Data Primer (Diolah), 2023.

Dari Tabel 4.19. dapat dilihat bahwa penyumbang pola konsumsi bahan pangan sumber sayur dan buah yang memberikan kontribusi energi terbesar berasal dari sayur yaitu sebesar 83,62%. Sedangkan buah memberikan kontribusi energi sebesar 16,38%. Pola konsumsi bahan pangan sayur terdiri dari bawang merah memberikan kontribusi sebesar 2,51 persen, bawang putih

memberikan kontribusi sebesar 2,09 persen, cabai merah memberikan kontribusi sebesar 4,18 persen, cabai rawit memberikan kontribusi sebesar 2,25 persen serta kelompok sayur lainnya memberikan kontribusi sebesar 72,58 persen. Jika dibandingkan dengan konsumsi karbohidrat, konsumsi sayur dan buah di Kota Medan masih tergolong rendah. Pedoman gizi seimbang menyatakan bahwa dalam satu porsi sajian, sayur-sayuran, dan buah-buahan memiliki porsi paling banyak yakni separuh bagian piring setiap makan (satu kali sajian).

Menurut rekomendasi Pedoman Gizi Seimbang, masyarakat Indonesia dianjurkan untuk mengonsumsi sayur dan buah sebesar 3-5 porsi sayur atau setara dengan 250 gram perhari dan 2-3 porsi buah atau setara dengan 150 gram per hari (Kemenkes,2014). Ramussen, dkk (2011) dalam Devi (2017), menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya konsumsi sayur dan buah pada remaja dipengaruhi oleh faktor orangtua, yaitu keterlambatan dalam mengenalkan sayur dan buah, ketidak mampuan dalam memberikan sayur dan buah yang baik, rendahnya status sosial ekonomi serta terbatasnya ketersediaan sayur dan buah di rumah. Perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor umur, jenis kelamin, preferensi/kesukaan terhadap sayur dan buah, latar belakang budaya, uang saku, ketersediaan sayur dan buah di rumah, serta pengaruh orangtua dan teman sebaya.

4.5. Proporsi Penduduk Kota Medan Menurut Skor PPH

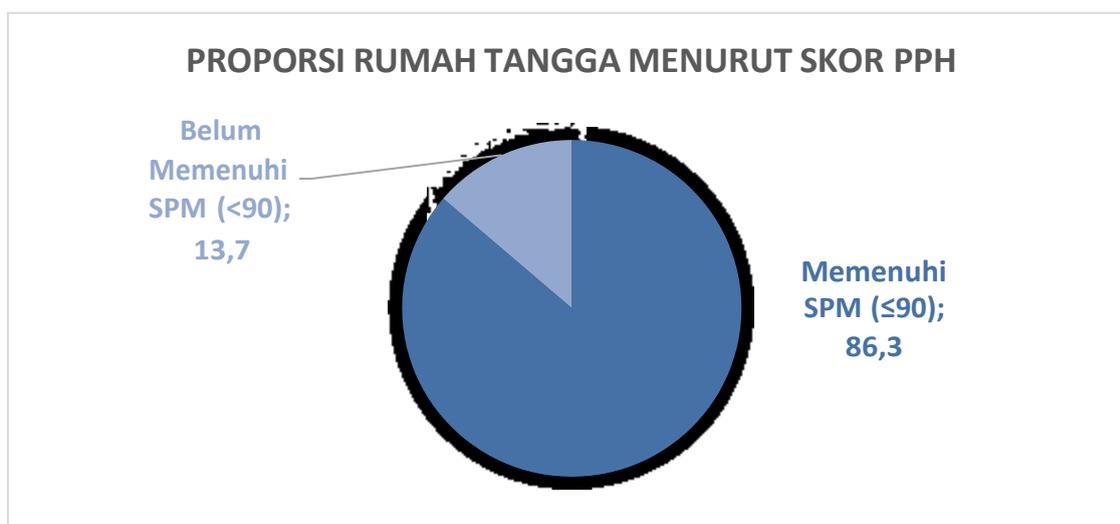
Sejalan dengan skor PPH konsumsi masyarakat Kota Medan Pada tahun 2023 sebesar 95,1. Didapatkan 86,3% rumah tangga yang sudah memenuhi standar pelayanan minimal (≤ 90) dan 13,7% tidak memenuhi SPM (Tabel 4.20).

Tabel 4.20. Proporsi Rumah Tangga menurut skor PPH

Skor PPH	Proporsi RT	Persentase Proporsi
Memenuhi SPM (≤ 90)	431	86,3
Belum Memenuhi SPM (< 90)	69	13,7
Total	500	100,0

Sumber : Data Primer (Diolah), 2023.

Standar pelayanan minimal (SPM) menunjukkan mengenai optimalnya keberagaman dan keseimbangan konsumsi masyarakat dan sesuai target yang ditetapkan pemerintah. Masih tingginya persentase rumah tangga yang belum memenuhi SPM di Kota Medan menunjukkan bahwa masih kurang memadainya ketersediaan dan cadangan pangan serta masih berkurangnya keragaman konsumsi dan keamanan pangan terhadap pangan lokal.



Gambar 4. Proporsi Rumah Tangga Menurut Skor PPH

Indikator ketersediaan pangan dioperasionalkan melalui indikator ketersediaan energi dan protein perkapita, dan indikator penguatan cadangan pangan. Sedangkan indikator keragaman konsumsi pangan masyarakat Kota

Medan juga masih rendah. Hal ini salah satunya dapat dilihat dari mayoritas masyarakat yang masih mengonsumsi beras sebagai sumber utama pangan karbohidrat dan tepung gandum (tabel 4.15).

4.6. Kontribusi Energi Per Kecamatan

4.6.1. Rata-rata Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan Menurut Kecamatan

Kajian menurut kontribusi energi per kelompok pangan (Tabel 21), untuk kelompok pangan padi-padian yang paling tinggi yaitu pada kecamatan Medan Deli yaitu sebesar 1753,46 kkal per kapita per hari, sedangkan yang terendah yaitu kecamatan Medan Johor sebesar 1186,98 kkal per kapita per hari. Selanjutnya untuk kelompok pangan umbi-umbian rata-rata konsumsi energi terbesar yaitu pada kecamatan Medan Petisah sebesar 67,29 kkal per kapita per hari, sedangkan yang terendah yaitu kecamatan Medan Marelan sebesar 9,70 kkal per kapita per hari.

Kelompok pangan yang ketiga yaitu kelompok pangan hewani nilai rata-rata konsumsi energi terbesar yaitu pada kecamatan Medan Marelan sebesar 323,74 kkal per kapita per hari, sedangkan yang terendah yaitu kecamatan Medan Belawan sebesar 151,78 kkal per kapita per hari. Kelompok pangan minyak dan lemak nilai rata-rata konsumsi energi terbesar yaitu pada kecamatan Medan Timur sebesar 506,25 kkal per kapita per hari, sedangkan yang terendah yaitu kecamatan Medan Selayang sebesar 106,55 kkal per kapita per hari.

Kelompok pangan buah/biji berminyak nilai rata-rata konsumsi energi terbesar yaitu pada kecamatan Medan Amplas sebesar 241,43 kkal per kapita per hari, sedangkan yang terendah yaitu kecamatan Medan Labuhan sebesar 30,57 kkal per kapita per hari. Kelompok pangan kacang-kacangan nilai rata-rata

konsumsi energi terbesar yaitu pada kecamatan Medan Baru sebesar 319,48 kkal per kapita per hari, sedangkan yang terendah yaitu kecamatan Medan Denai sebesar 49,45 kkal per kapita per hari.

Rata-rata konsumsi energi kelompok pangan gula terbesar yaitu pada kecamatan Medan Johor sebesar 173,85 kkal per kapita per hari, sedangkan yang terendah yaitu kecamatan Medan Helvetia sebesar 11,02 kkal per kapita per hari. Selanjutnya kelompok pangan sayur/buah nilai rata-rata konsumsi energi terbesar yaitu pada kecamatan Medan Selayang sebesar 213,88 kkal per kapita per hari, sedangkan yang terendah yaitu kecamatan Medan Helvetia sebesar 120,73 kkal per kapita per hari.

Sedangkan untuk kelompok pangan lain-lain nilai rata-rata konsumsi energi terbesar yaitu pada kecamatan Medan Maimun sebesar 13,89 kkal per kapita per hari, sedangkan yang terendah yaitu kecamatan Medan Amplas dan Medan Kota dengan nilai masing-masing sebesar 0,00 kkal per kapita per hari. Total rata-rata konsumsi energi per kelompok pangan yang tertinggi yaitu pada kecamatan Medan Perjuangan sebesar 3186,31 kkal per kapita per hari, dan yang terendah yaitu kecamatan Medan Helvetia sebesar 2274,26 kkal per kapita per hari.

Tabel 4.21. Rata-Rata Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (Kkal per Kapita Per Hari).

Kode Wilayah	Kode Sampel	Rata-rata Konsumsi Energi Per Kelompok Pangan (kkal/Kapita/hari)									Total
		Padi-padian	Umbi-umbian	Pangan Hewani	Minyak/Lemak	Buah/Biji Berminyak	Kacang-Kacangan	Gula	Sayur/Buah	Lain-lain	
1	Kec. Medan Tuntungan	1535,39	35,87	216,06	242,23	75,54	69,61	89,41	211,94	6,42	2482,46
2	Kec. Medan Johor	1186,98	34,47	214,00	318,30	116,71	272,94	173,85	201,92	9,20	2528,37
3	Kec. Medan Amplas	1409,54	48,02	240,61	419,05	241,43	180,52	123,97	151,62	0,00	2814,76
4	Kec. Medan Denai	1563,04	22,76	200,09	395,38	196,08	49,45	23,93	138,98	2,32	2592,03
5	Kec. Medan Area	1561,14	31,09	190,88	439,64	72,79	179,10	115,40	185,92	9,13	2785,10
6	Kec. Medan Kota	1548,96	38,12	233,60	414,86	90,35	143,06	53,27	182,46	0,00	2704,68
7	Kec. Medan Maimun	1258,87	49,62	205,79	400,83	129,19	192,07	125,43	166,82	13,89	2542,50
8	Kec. Medan Polonia	1295,27	42,26	226,30	317,78	58,73	197,54	91,25	185,07	1,89	2416,06
9	Kec. Medan Baru	1348,00	31,10	244,95	235,50	97,50	319,48	80,73	139,83	9,58	2506,67
10	Kec. Medan Selayang	1527,39	16,15	230,84	106,55	155,59	62,65	77,97	213,88	5,95	2396,98
11	Kec. Medan Sunggal	1443,53	25,83	244,15	344,44	110,28	51,25	33,24	127,79	1,40	2381,90
12	Kec. Medan Helvetia	1468,64	12,31	206,21	282,06	93,51	79,77	11,02	120,73	0,00	2274,26
13	Kec. Medan Petisah	1518,63	67,29	284,02	384,58	73,92	106,17	152,29	179,35	3,67	2769,91
14	Kec. Medan Barat	1423,73	35,17	275,05	461,46	141,23	273,13	86,36	205,56	2,27	2903,95
15	Kec. Medan Timur	1659,89	19,05	255,44	506,25	97,20	169,33	92,90	194,53	2,11	2996,70
16	Kec. Medan Perjuangan	1714,57	37,45	277,28	462,65	151,92	203,57	129,12	202,29	7,47	3186,31
17	Kec. Medan Tembung	1707,99	22,02	241,37	534,45	52,00	131,94	45,55	155,96	0,34	2891,63
18	Kec. Medan Deli	1753,46	29,54	208,17	471,25	48,02	75,76	29,74	156,42	0,29	2772,66
19	Kec. Medan Labuhan	1617,42	31,00	185,00	481,66	30,57	175,97	83,87	147,95	4,18	2757,64
20	Kec. Medan Marelan	1629,01	9,70	323,74	472,21	90,09	58,55	39,67	209,29	0,78	2833,04
21	Kec. Medan Belawan	1549,84	29,13	151,78	298,39	76,82	142,17	76,29	127,66	7,62	2459,70
KOTA MEDAN		1510,54	31,81	231,21	380,45	104,74	149,24	82,63	171,71	4,22	2666,54

Sumber : Data Primer (Diolah), 2023.

4.6.2. Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (%)

Berdasarkan tabel dibawah ini dapat dilihat hasil kontribusi energi per kelompok pangan berdasarkan hasil survey konsumsi pangan.

Tabel 4.22. Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (%)

Kode Wilayah	Kode Sampel	Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (%)									Total
		Padi-padian	Umbi-umbian	Pangan Hewani	Minyak/Lemak	Buah/ Biji Berminyak	Kacang-Kacangan	Gula	Sayur/Buah	Lain-lain	
1	Kec. Medan Tuntungan	60,91	1,50	8,94	9,95	3,05	2,86	3,70	8,60	0,33	100,00
2	Kec. Medan Johor	46,82	1,43	8,80	12,99	4,70	11,17	7,14	8,15	0,46	100,00
3	Kec. Medan Amplas	53,92	1,70	8,41	14,52	8,27	6,27	4,33	5,20	0,00	100,00
4	Kec. Medan Denai	61,11	0,94	8,16	15,99	7,84	2,01	0,97	5,56	0,11	100,00
5	Kec. Medan Area	55,50	1,17	7,08	16,18	2,65	6,60	4,27	6,77	0,41	100,00
6	Kec. Medan Kota	56,06	1,46	8,82	15,54	3,33	5,37	2,01	6,76	0,00	100,00
7	Kec. Medan Maimun	48,88	2,04	8,34	16,11	5,13	7,74	5,08	6,62	0,69	100,00
8	Kec. Medan Polonia	52,03	1,79	9,48	13,21	2,42	8,23	3,81	7,61	0,10	100,00
9	Kec. Medan Baru	52,99	1,29	10,04	9,58	3,90	13,03	3,30	5,63	0,48	100,00
10	Kec. Medan Selayang	64,74	0,72	10,21	4,68	6,73	2,75	3,44	9,28	0,33	100,00
11	Kec. Medan Sunggal	59,33	1,12	10,47	14,65	4,62	2,19	1,43	5,38	0,08	100,00
12	Kec. Medan Helvetia	64,05	0,57	9,38	12,73	4,16	3,61	0,50	5,39	0,00	100,00
13	Kec. Medan Petisah	57,42	2,35	9,18	12,33	2,34	3,41	4,91	5,69	0,15	100,00
14	Kec. Medan Barat	47,50	1,24	9,57	17,66	4,82	9,46	3,00	7,02	0,10	100,00
15	Kec. Medan Timur	55,78	0,38	8,69	17,09	3,25	5,73	3,16	6,49	0,09	100,00
16	Kec. Medan Perjuangan	54,84	1,19	8,74	14,47	4,73	6,38	4,06	6,25	0,29	100,00
17	Kec. Medan Tembung	57,58	0,78	8,49	18,59	1,80	4,62	1,60	5,38	0,01	100,00
18	Kec. Medan Deli	60,24	1,01	7,05	20,26	1,60	2,55	1,01	5,20	0,01	100,00
19	Kec. Medan Labuhan	60,95	1,10	5,82	16,71	1,05	6,12	2,93	5,08	0,18	100,00
20	Kec. Medan Marelan	54,61	0,33	11,30	19,06	2,96	1,95	1,33	6,89	0,04	100,00
21	Kec. Medan Belawan	65,53	1,30	6,69	9,03	3,31	6,24	3,36	5,52	0,41	100,00
KOTA MEDAN		56,71	1,21	8,75	14,35	3,94	5,63	3,11	6,40	0,20	100,00

Sumber : Data Primer (Diolah), 2023.

Kelompok padi-padian merupakan kelompok yang mempunyai kandungan akan karbohidrat yang tinggi serta mempunyai kandungan protein sebesar 6-12% (Suhardjo, 1986). Karbohidrat dan protein yang dicerna oleh metabolisme pada tubuh akan menjadi energi yang dibutuhkan pada manusia. Disamping dari kelompok padi-padian yang mempunyai sumbangan energi

terbesar diantara kelompok lain, terdapat juga kelompok umbi-umbian yang menjadi alternative beras yang cukup diminati oleh masyarakat penduduk Kota Medan. Jenis pangan kelompok pangan sumber karbohidrat yang dikonsumsi oleh rumah tangga di Kota Medan masih kurang beragam, hal ini dikarenakan mayoritas rumah tangga Kota Medan selalu mengkonsumsi nasi sebagai makanan sehari – hari sesuai tabel (4.15) dan hanya beberapa rumah tangga saja yang juga mengkonsumsi tepung gandum.

Menurut penelitian Umanailo ketergantungan terhadap beras yang masih tinggi pada masyarakat desa dan menurunnya tingkat partisipasi konsumsi mengakibatkan Upaya diversifikasi konsumsi pangan mengalami stagnan (Umanailo, 2018). Strategi diversifikasi perlu diterapkan dengan Upaya penggantian perubahan pola pangan masyarakat dari pangan nasional (beras), kemudian berubah kearah pola pangan internasional berbasis gandum. Pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga di Kota Medan selain nasi antara lain mengkonsumsi makanan berbahan dasar dari tepung terigu, konsumsi mie kuning dan roti. Selain ini terdapat bahan olahan jadi yaitu mie jagung, kerupuk gendar, biscuit, beras ketan, dan makanan sereal yang sesekali di konsumsi.

Keragaman pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga Kota Medan dari kelompok sumber pangan nabati masih kurang bervariasi karena masyarakatnya berfokus pada konsumsi olahan kacang kedelai sehingga menyebabkan skor pola pangan harapan pada kelompok ini masih berada dibawah skor PPH yang telah ditetapkan sebesar 10. Sesuai dengan (Tabel 4.22) skor pola pangan harapan pada kelompok pangan hewani diketahui sebesar 8,75 dimana skor tersebut masih cukup jauh dibawah skor standar

yang ditentukan yaitu sebesar 24. Dalam survey yang telah dilakukan, jenis pangan protein hewani yang dominan dikonsumsi rumah tangga adalah ikan. Jenis pangan yang dikonsumsi responden namun dengan intensitas yang rendah yaitu meliputi daging ruminansia dan minuman olahan jadi seperti yogurt, es krim, dan susu. Walaupun konsumsi rumah tangga tersebut beragam namun intensitas konsumsi pada pangan hewani harus ditingkatkan. Salah satu yang mempengaruhi diservikasi pangan rumah tangga adalah pendapatan rumah tangga (Taruvinga *et al.* 2013). Untuk mengkonsumsi sumber pangan hewani membutuhkan dana beli yang besar, hasil pangan dari hewan seperti daging merah baik daging sapi atau daging kambing merupakan bahan pangan mewah yang mempunyai harga jual yang tinggi, dengan kondisi pendapatan rumah tangga yang kurang akan sulit untuk mengkonsumsinya dibuktikan dengan sedikitnya responden yang mengkonsumsi daging merah. Penyediaan bahan makanan yang perlu ditekankan untuk rumah tangga di Kota Medan harus meliputi makanan-makanan yang bergizi terutama makanan dari kelompok pangan hewani seperti daging merah baik itu sapi atau domba.

Konsumsi sayur dan buah di rumah tangga kota Medan yaitu sebesar 6,40 masih sangat jauh dari standar angka PPH pada kelompok ini sebesar 30. Hal ini bisa disebabkan dari budaya dan kesadaran masyarakat yang masih rendah untuk mengkonsumsi sayur dan buah. Meningkatkan konsumsi sayur dan buah akan menyehatkan tubuh dan membantu tumbuh kembang otak anak karena menurut Suhardjo (1986) sayur dan buah-buahan mengandung pro vitamin A, vitamin C, vitamin B-kompleks, Vitamin E, dan mineral yang membantu tumbuh kembang anak baik bagi tubuh, tulang, dan otak serta

menjaga kekebalan tubuh anak dan orang dewasa.

Konsumsi kelompok minyak dan lemak, kelompok buah/biji berminyak, dan kelompok gula, pada rumah tangga di Kota Medan mendapatkan skor PPH yang cukup rendah, hal ini didasarkan dengan jumlah konsumsi yang kurang, dibuktikan dengan skor angka kecukupan energi yang rendah (Tabel 4.22) dan varietas akan kelompok tersebut yang jarang dikonsumsi. Kelompok minyak dan lemak serta kelompok gula merupakan bahan pangan utama namun, porsi konsumsi tersebut lebih sedikit diantara kelompok lainnya karena lebih sering digunakan sebagai bahan pangan pelengkap contohnya gula pasir dan merah untuk pengikat rasa manis pada minuman dan makanan. Kelapa dan kemiri dari kelompok buah/biji berminyak merupakan bahan pendamping masakan.

4.6.3. Skor Pola Pangan Harapan Per Kecamatan

Skor pola rumah tangga masing-masing kecamatan bervariasi dari yang terendah yaitu pada kecamatan Medan Sunggal sebesar 82,69, sedangkan skor tertinggi yaitu sebesar 104,84 di Kecamatan Medan Perjuangan . Perbedaan skor PPH antar rumah tangga dimasing-masing Kecamatan menggambarkan adanya perbedaan komposisi bahan pangan yang dikonsumsi dengan asumsi semakin tinggi skor PPH mendekati angka ideal 100 menunjukkan bahwa kualitas dan keragaman konsumsi semakin membaik. Lebih jelasnya pencapaian masing-masing kecamatan dapat dilihat pada tabel 4.23 dibawah ini:

Tabel 4.23. Skor Pola Pangan Harapan Per Kelompok Pangan

Kode Wilayah	Kode Sampel	Skor Pola Pangan Harapan									
		Padi-padian	Umbi-umbian	Pangan Hewani	Minyak/Lemak	Buah/ Biji Berminyak	Kacang-Kacangan	Gula	Sayur/ Buah	Lain-lain	Total
1	Kec. Medan Tuntungan	25,45	0,81	22,05	5,04	0,77	6,07	2,09	34,19	0,00	96,46
2	Kec. Medan Johor	21,58	0,78	22,05	5,21	1,20	12,56	3,53	34,19	0,00	101,09
3	Kec. Medan Amplas	25,45	1,08	22,05	5,21	1,54	12,56	2,89	27,34	0,00	98,11
4	Kec. Medan Denai	25,45	0,51	21,63	5,21	1,54	4,31	0,56	25,06	0,00	84,27
5	Kec. Medan Area	25,45	0,70	20,64	5,21	0,74	12,56	2,69	33,53	0,00	101,51
6	Kec. Medan Kota	25,45	0,86	22,05	5,21	0,92	12,46	1,24	32,90	0,00	101,09
7	Kec. Medan Maimun	22,88	1,12	22,05	5,21	1,32	12,56	2,92	30,09	0,00	98,15
8	Kec. Medan Polonia	23,54	0,95	22,05	5,21	0,60	12,56	2,13	33,37	0,00	100,41
9	Kec. Medan Baru	24,50	0,70	22,05	4,91	1,00	12,56	1,88	25,21	0,00	92,80
10	Kec. Medan Selayang	25,45	0,36	22,05	2,22	1,54	5,45	1,82	34,19	0,00	93,07
11	Kec. Medan Sunggal	25,45	0,58	22,05	5,21	1,12	4,46	0,78	23,04	0,00	82,69
12	Kec. Medan Helvetia	25,45	0,28	22,05	5,21	0,95	6,94	0,25	21,77	0,00	82,90
13	Kec. Medan Petisah	25,45	1,35	22,05	5,21	0,75	9,24	3,53	32,34	0,00	99,92
14	Kec. Medan Barat	25,45	0,80	22,05	5,21	1,44	12,56	2,02	34,19	0,00	103,71
15	Kec. Medan Timur	25,45	0,25	22,05	5,21	1,00	12,56	2,16	34,19	0,00	102,86
16	Kec. Medan Perjuangan	25,45	0,84	22,05	5,21	1,54	12,56	3,00	34,19	0,00	104,84
17	Kec. Medan Tembung	25,45	0,50	22,05	5,21	0,54	11,49	1,06	28,13	0,00	94,42
18	Kec. Medan Deli	25,45	0,67	22,05	5,21	0,49	6,59	0,69	28,21	0,00	89,35
19	Kec. Medan Labuhan	25,45	0,70	17,98	5,21	0,31	12,56	1,96	26,68	0,00	90,84
20	Kec. Medan Marelan	25,45	0,22	22,05	5,21	0,92	5,10	0,93	34,19	0,00	94,06
21	Kec. Medan Belawan	25,45	0,65	16,41	4,30	0,78	12,38	1,78	23,02	0,00	84,78
KOTA MEDAN		25,00	0,70	21,50	5,00	1,00	10,00	1,90	30,00	0,00	95,11

Sumber : Data Primer (Diolah), 2023.

Berdasarkan tabel diatas , dapat terlihat bahwa konsumsi pangan di Kecamatan Medan Perjuangan sudah cukup bervariasi dari karbohidrat, alternative karbohidrat, protein hewani dan protein nabati, minyak, serta sayur dan buah-buahan. Meskipun demikian, dari tabel diatas terlihat beberapa sumber pangan memiliki skor pangan yang sama hamper di seluruh kecamatan khususnya pada sumber pangan karbohidrat, protein, dan lemak. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman dan kesadaran masyarakat untuk mengkonsumsi sumber pangan yang bervariasi masih rendah sehingga diperlukan sosialisasi yang merata di seluruh Kecamatan mengenai pentingnya konsumsi makanan yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman.

4.7. Kebijakan Dalam Meningkatkan Kualitas Pangan di Kota Medan

Hasil analisa kualitas konsumsi pangan masyarakat Kota Medan sesungguhnya sudah melampaui rekomendasi dari pemerintah. Namun hal tersebut haruslah berkesinambungan dan dapat terus ditingkatkan. Beberapa kebijakan yang dapat dilakukan adalah :

1. Membangun kesadaran masyarakat untuk menyeimbangkan pola konsumsi pangan yang beragam, bergizi, seimbang dan aman (B2SA) serta sesuai dengan standar kecukupan yang telah ditetapkan pemerintah Kota Medan.
2. Melaksanakan program-program yang mendukung peningkatan konsumsi pangan masyarakat Kota Medan seperti program sosialisasi tentang konsumsi pangan yang beragam bergizi seimbang dan aman pada berbagai tingkatan kepada masyarakat, program pengembangan usaha olahan pangan lokal dan program pembinaan mutu dan keamanan pangan bagi masyarakat.
3. Meningkatkan ekonomi keluarga dengan cara memberikan bantuan bergulir seperti Bantuan Pangan Non Tunai (BPNT) untuk dapat menstimulan masyarakat miskin dan rentan ekonomi untuk berusaha dan dapat mandiri di bidang pangan.
4. Meningkatkan dan mengembangkan cadangan pangan daerah yang bersumber dari produksi lokal; Meningkatkan sarana dan prasarana distribusi pangan agar lebih efisien ketersediaannya di setiap daerah; Mengembangkan panganekaragaman/ diversifikasi pangan dan produk olahannya yang bersumber dari produk lokal.

5.1. Kesimpulan

1. Skor pola pangan harapan masyarakat Kota Medan sebesar 95,1 menggambarkan kuantitas dan kualitas yang semakin membaik. Bahan pangan yang dikonsumsi dalam jumlah yang berlebihan dari tertinggi sampai terendah yaitu sayur dan buah, padi-padian, pangan hewani, kacang-kacangan, minyak dan lemak, gula, buah/biji berminyak, umbi-umbian dan lainnya. Didapatkan 86,3% rumah tangga yang sudah memenuhi standar pelayanan minimal (≤ 90) dan 13,7% tidak memenuhi SPM.
2. Gambaran pola konsumsi masyarakat yang memberikan sumbangan energi lebih dari 5% dari kebutuhan energi per hari terdiri atas beras dan tepung gandum sumber karbohidrat; ikan, daging unggas, telur dan daging ruminasa sumber protein hewani; kacang kedelai, kacang hijau dan kacang tanah sumber protein nabati; minyak sawit dan minyak kelapa sumber lemak, serta sumber sayur dan buah.

5.2. Saran

1. Identifikasi Angka Kecukupan Gizi (AKG) perlu dilakukan secara berkala untuk memastikan tingkat kecukupan energi dan protein berada pada AKG tingkat yang direkomendasikan WNPG.
2. Sosialisasi cara hidup sehat dan peran penting gizi dalam keluarga agar terus dilakukan secara kontinu dan berkesinambungan .
3. Hasil survey konsumsi pangan Kota Medan pada tahun 2022 yang terefleksi dari capaian skor PPH, besarnya pemenuhan AKE dan AKP, mengarahkan OPD terkait dengan konsumsi masyarakat focus pada praktik konsumsi rumah tangga berbasis B2SA atau menggunakan perilaku gizi seimbang mengingat keragaman konsumsi yang belum baik dan adanya konsumsi rumah tangga yang berlebihan pada kelompok bahan pangan tertentu dan kekurangan pada kelompok pangan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, F, 1989. Antropologi Kesehatan. Universitas Indonesia, Jakarta
- Anonim, 2016. Rancangan Rencana Pembangunan Jangka menengah Daerah (RPJMD) Kota Medan Tahun 2016 – 2020. Pemerintah Kota Medan.
- Arisman, MB, 2002. Gizi Dalam Daur Kehidupan, Penerbit Buku Kedokteran, EGC. Jakarta.
- Badan Ketahanan Pangan, 2013. Pedoman Analisis Konsumsi Pangan Mandiri di Wilayah P2KP. Jakarta.
- Badan Ketahanan Pangan, 2016. Laporan Tahunan Badan Ketahanan Pangan, Kementerian Pertanian, 2015. Jakarta.
- Badan Ketahanan Pangan Kota Medan, 2014. Data Base Ketahanan Pangan Kota Medan. Medan.
- Badan Ketahanan Pangan Kota Medan, 2014. Profil Ketahanan Pangan Kota Medan. Medan.
- Badan Pusat Statistika (BPS). 2016. *Medan Dalam Angka 2016*. Badan Pusat Statistika Kota Medan. Medan.
- Badan Pusat Statistika (BPS). 2016. *Provinsi Sumatera Utara Dalam Angka 2014*. Badan Pusat Statistika Provinsi Sumatera Utara. Medan
- Chen J and Raymond K. 2008. Beta-glucans in the treatment of diabetes and associated cardiovascular risks. *Vasc Health Risk Manag*. December; 4(6): 1265–1272.
- FAO/WHO/UNU. 2012. Human Energy Requirements. FAO/WHO/UNU, Rome
- Fatimah, S, 2006. Hubungan Antara Kebiasaan Makan Masyarakat Betawi Dan Kondisi Sosial Ekonomi Dengan Energi Di kelurahan Kelapa Dua Kecamatan Kebun Jeruk , Skripsi Universitas Negeri Semarang, Jakarta Barat.
- Gibson RS. 2005. Principles of Nutritional Assessment. Ed ke-2. New York: Oxford University Press.
- Hardinsyah, Irawati, A, Kartono, D, Prihartini S, Linorita I, Amilia L, Fermanda

- M, Adyas EE, Yudianti D, Kusрто CM dan Heryanto Y. (2012). Pola Konsumsi Pangan dan Gizi Penduduk Indonesia. Departemen Gizi Masyarakat FEMA IPB dan Badan Litbangkes Kemenkes RI. Bogor.
- Hardinsyah dan Tambunan V. 2004. Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak dan Serat Makanan. Prosiding Widya Karya Pangan dan Gizi LIPI Jakarta, 17-19 Mei 2004. Jakarta : Organisasi di Bidang Pangan dan Gizi. hlm 317-330.
- [IOM] Institute of Medicine. (2005). Dietary Reference Intake for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids. A Report of the Panel on Macronutrients, Subcommittees on Upper Reference Levels of Nutrients and Interpretation and Uses of Dietary Reference Intakes, and the Standing Committee on the Scientific Evaluation of Dietary Reference Intakes. National Academies Press, Washington, DC.
- Karyadi D, Muhilal. 1996. Kecukupan Gizi yang Dianjurkan. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kementerian Kesehatan R.I. 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta.
- Khomsan, A, 2004. Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan. PT. raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Mahan K. dan Escott-Stump. (2008). Food, Nutrition, and Diet Therapy. USA: W.B Saunders Company
- Miswar, 2005. Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Murid Min Lamlhom Kecamatan Aceh Besar, KTI Poltekkes NAD, Banda Aceh.
- Moehji, S, 1992. Penyelenggaraan Makanan Institusi Dun Jasa Boga. Bharata, Jakarta.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 tahun 2013. Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia. Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2013 Nomor 1438. Jakarta.
- Poedyasmoro, 2002. Buku Praktis Ahli Gizi. Jurusan Politeknik Kesehatan Malang, Malang.
- Salpima., 2007. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Mengonsumsi Fast Food di Banda Aceh, Banda Aceh.
- Sirajuddin, H. Mutamin, Nadimin dan Rauf S. 2015. Survei Konsumsi Pangan. Penerbit Buku Kedokteran, EGC. Jakarta.
- Suhardjo. 2003. Perencanaan Pangan dan Gizi. Jakarta : Bumi Aksara.

- Sukma, A. 2008, Hubungan kebiasaan Makan dan Aktivitas Dengan Obesitas Pada Orang Dewasa di Kecamatan Jaya Baru, KTI Poltekkes NAD, Banda Aceh.
- Supariasa, IDN, 2001. Penilaian Status Gizi. Penerbit Buku Kedokteran, EGC. Jakarta.
- Supariasa, IDN, 2002. Penilaian Status Gizi, Pusat Tenaga Kesehatan Departemen Kesehatan RI dan WHO Dalam Rangka Pengembangan Materi Pendidikan Kesehatan, Jakarta.
- Suparmoko, 1991. Metode Penelitian Praktis. Fakultas ekonomi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Wardani, D, 2008. Persepsi Dengan Konsumsi Junk Food Pada Siswa/i SMP Negeri 19 Percontohan, KTI Poltekkes NAD, Banda Aceh.
- Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi. 2012. Penyempurnaan Kecukupan Gizi untuk Indonesia. WPNG-X, Jakarta.
- Viana, C.R,A, 2006. Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Anak SD Kelas IV dan V di SD N Kuta Alam, KTI Poltekkes NAD. Banda Aceh.

**KEBUTUHAN KONSUMSI RUMAH TANGGA BAHAN PANGAN POKOK DI KOTA MEDAN
TAHUN 2023**

NO	KOMODITI	Tingkat Konsumsi	
		Gr/kap/Hr	Kg/Kap/Thn
1	Beras	371,41	13,75
2	Jagung	11,50	4,19
3	Kedelai	25,23	9,21
4	Bawang Merah	10,16	3,70
5	Bawang Putih	8,47	3,09
6	Cabai Merah	16,93	6,18
7	Cabai Rawit	9,14	3,34
8	Daging Sapi	7,53	2,74
9	Daging Ayam Ras	20,97	7,65
10	Telur Ayam Ras	20,65	7,53
11	Gula Pasir	20,29	7,41
12	Minyak Goreng	37,52	13,69

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian



PEMERINTAH KOTA MEDAN
Kuesioner Identifikasi Angka Kecukupan Gizi (AKG) Masyarakat
Kota Medan 2017
DINAS KETAHANAN KETAHANAN PANGAN KOTA MEDAN

I .IDENTITAS RESPONDEN					
1. Kota	M E D A N	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">7</td><td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">5</td></tr></table>	7	5	
7	5				
2. Kecamatan		<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr></table>			
3. Kelurahan		<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr></table>			
4. Klasifikasi Kelurahan	1.Perkotaan 2. Pedesaan	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr></table>			
5. RT/RW/Lingkungan		<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr></table>			
6. Nomor Kode Responden/Sampel RT		<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td style="width: 20px; height: 20px;"></td><td style="width: 20px; height: 20px;"></td></tr></table>			



II.KEBIASAAN MAKAN

1. Apakah ada anggota keluarga yang makanannya diistimewakan ?
 - Ada 1 - Tidak Ada 2

2. Jika ada, isi kolom berikut

Anggota Keluarga Yang Makanannya Diistimewakan	Umur (Tahun)	Alasan
- Kepala Keluarga		
- Istri		
- Anak Laki-Laki		
- Anak Perempuan		
- Balita Laki-Laki		
- Balita Perempuan		
- Ibu Hamil		
- Ibu Menyusui		
- Orang Lanjut Usia		

3. Bagaimana cara pemberian makan kepada balita dalam keluarga ibu ?
 - Bersama dengan orang dewasa 1
 - Makan sendiri 2
 - Disuapi 3

4. Apakah jenis makanan yang secara tradisional dipantang oleh anggota keluarga?
 - Ada 1 - Tidak Ada 2

5. Jika ada, isi kolom berikut

Jenis Makanan Pantangan	Anggota Keluarga Yang Memantang Makanan	Alasan
(1)	(2)	(3)

6. Berapa kali anggota keluarga makan makanan utama dalam satu hari?
 - 1 kali 1 - 2 kali 2
 - 3 kali 3 - 4 kali atau lebih 4

7. Berapa kali biasanya rumah tangga ibu memasak makanan yang dikonsumsi setiap hari ?
 - 1 kali 1 - 2 kali 2
 - 3 kali 3 - tidak tentu 4

8. Apakah keluarga ibu biasa mengonsumsi makanan selingan ?
 - Ya 1 - Tidak 2

9. Jika ya, isi kolom berikut



Jenis Makanan Selingan	Asal Makanan			Waktu makan *)
	Dibuat Sendiri		Dibeli	
	Bahan Dari Produksi Sendiri	Bahan Dibeli		
*) 1. Antara Pagi Dan Siang 2. Antara Siang Dan Sore		3. Makan 4. Tidak tentu		
10. Apakah rumah tangga ibu biasa mengkonsumsi sayuran hijau ? - Ya 1 - Tidak 2				<input type="checkbox"/>
11. Bila ya, sebutkan jenis sayurannya				
12. Bagaimana biasanya Bapak/Ibu mengolah sayuran ? (jawaban bisa lebih dari satu) - Ditumis 1 - Diurap 4 - Disayur Bening 2 - lainnya (lalap,dsb) 5 - Dimasak dengan santan 3				<input type="checkbox"/>
13. Apakah keluarga ibu biasa mengkonsumsi bahan pangan suber protein ? - Ada 1 - Tidak Ada 2				<input type="checkbox"/>

II.KEBIASAAN MAKAN (lanjutan)	
14. Bila ya, sebutkan jenis pangannya	
15. Apakah rumah tangga ibu biasanya mengkonsumsi buah-buahan ? - Ada 1 - Tidak ada 2	
16. Bila ya, sebutkan jenis buahnya	
17. Apakah ada perbedaan pola konsumsi pangan pokok antara musim panen dan paceklik? - Ada 1 - Tidak ada 2	

18. Bila ya, sebutkan urutan bahan pangan pokok yang dikonsumsi dari yang paling banyak ke paling sedikit pada masing-masing musim
a. Musim Panen
b. Musim Paceklik.....

III.KONSUMSI BAHAN MAKANAN SELAMA SEMINGGU (7 HARI)					
No	Jenis Makanan	Satuan	Banyak ya	Harga Per Satuan	Nilai (Rp)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
I	PADI PADIAN				
	1. TEPUNG GANDUM				
	2. PADI GAGANG/GABAH				
	3. GABAH/BERAS				
II	MAKANAN BERPATI				
	1. UBI JALAR				
	2. UBI KAYU				
	3. TAPIOKA				
	4. SAGU/TEPUNG SAGU				
III	GULA				
	1. GULA PASIR				
	2. GULA MANGKOK/LAINN YA				
IV	BUAH/BIJI BERMINYAK				
	1. KACANG TANAH BERKULIT				
	2. KACANG TANAH LEPAS KULIT				
	3. KEDELAI				
	4. KACANG HIJAU				
	5. KELAPA BERKULIT/DAGING				
	6. KELAPA DAGING/KOPRA				
V	BUAH BUAHAN				

	1. ALPKAT				
	2. JERUK				
	3. DUKU/LANGSAT				
	4. DURIAN				
	5. JAMBU				
	6. MANGGA				
	7. NANAS				
	8. PEPAYA				
	9. LAINNYA.....				
VI	SAYUR SAYURAN				
	1. BAWANG MERAH				
	2. KETIMUN				
	3. KACANG- KACANGAN				
	4. KACANG PANJANG				
	5. KENTANG				
	6. KUBIS				
	7. TOMAT				
	8. WORTEL				
	9. CABE MERAH				
	10. TERONG				
	11. PETAISI/SAWI				
	12. BAWANG DAUN				
	13. KANGKUNG				
	14. LOBAK				
	15. LABU SIAM				
	16. BUNCIS				
	17. LAINNYA.....				
VII	DAGING				
	1. DAGING SAPI				
	2. DAGING KERBAU				
	3. DAGING KAMBING				
	4. DAGING DOMBA				
	5. DAGING BABI				
	6. DAGING AYAM KAMPUNG				
	7. DAGING AYAM RAS				
	8. DAGING ITIK				
	9. JEROAN SEMUA JENIS				
VIII	TELUR				
	1. TELUR AYAM KAMPUNG				
	2. TELUR AYAM RAS				
	3. TELUR ITIK				
				
IX	SUSU				
	1. SUSU SAPI				



	2. SUSU OLAHAN				
X	IKAN				
	1. TUNA/CAKALANG				
	2. KAKAP				
	3. CUCUY				
	4. BAWAL				
	5. TERI				
	6. LEMURU				
	7. KEMBUNG				
	8. BANDENG				
	9. BELANAK				
	10.MUJAIR				
	11.IKAN MAS				
	12.UDANG				
	13.RAJUNGAN				
	14.KERANG DARAH				
	15.CUMI CUMI DAN SOTONG				
	16.LAINNYA.....				
XI	MINYAK DAN LEMAK				
	1. MINYAK KACANG TANAH				
	2. MINYAK GORENG KELAPA				
	3. MINYAK GORENG SAWIT				
	4. LEMAK SAPI				
	5. LEMAK KERBAU				
	6. LEMAK KAMBING				
	7. LEMAK DOMBA				
	8. LEMAK BABI				
	9. LAINNYA.....				
				

IV.KONSUMSI BAHAN MAKANAN PENTING SELAMA 4 BULAN						
No	Jenis Makanan	Frekuensi				
		Setiap hari	4-6 kali seminggu	1-3 kali seminggu	1-3 kali sebulan	Tidak pernah
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
	A. PADI PADIAN DAN HASILNYA					
1	Beras					
2	Jagung					
3	Gandum :					
	a. Mie					
	b. Roti					

	c. Biskuit					
4	Lainnya.....					
	B. UMBI UMBIAN DAN HASILNYA					
1	Ubi Jalar					
2	Ubi Kayu					
3	Sagu					
4	Kentang					
5	Talas					
6	Lainnya.....					
	C. PANGAN HEWANI					
1	Daging :					
	a. Ayam					
	b. Sapi/Kerbau					
	c. Kambing					
	d. Babi					
	e. Lainnya.....					
2	Telur					
					
3	Susu					
					
4	Ikan Segar					
	a.					
	b.					
	c.					
5	Lainnya.....					
	D. MINYAK DAN LEMAK					
1	Minyak Kelapa					
2	Minyak Sawit					
3	Lainnya					
					
	E. BUAH/BIJI BERMINYAK					
1	Kelapa					
2	Kemiri					
3	Lainnya					
					
	F. KACANG KACANGAN					
1	Kedelai					
2	Kacang Tanah					
3	Kacang Hijau					
4	Tahu					
5	Tempe					



6	Lainnya					
					
	G. GULA					
1	Gula Pasir					
2	Gula Merah					
3	Lainnya.....					
					
	H. SAYUR DAN BUAH					
1	Sayur :					
					
					
2	Buah :					
					
					
	I. LAIN LAIN					
					
					
					
					

V.KONSUMSI PANGAN UTAMA SELAMA 2 (DUA) HARI				
A. HARI KE-1				
Waktu Makan	Nama Masakan	Jenis Bahan	Banyaknya	
			URT	Gram
Makan Pagi			
			
			
			
Selingan			
			
			
			
Makan Siang			
			
			
			
Selingan			
			
			
			
Makan Malam			

			
			
			
Selingan			
			
			
			

VI.KONSUMSI PANGAN UTAMA SELAMA 2 (DUA) HARI				
B. HARI KE-2				
Waktu Makan	Nama Masakan	Jenis Bahan	Banyaknya	
			URT	Gram
Makan Pagi			
			
			
			
Selingan			
			
			
			
Makan Siang			
			
			
			
Selingan			
			
			
			
Makan Malam			
			
			
			
Selingan			
			
			
			



VIII.KETERANGAN PENCACAHAN		
Uraian	Pencacah/Enumerator	Pemeriksa/Pengawas
(1)	(2)	(3)
1. Nama		
2. Tanggal Wawancara		
3. Tanda Tangan		

Lampiran 2. Daftar Bahan Makanan Penukar

Kandungan gizi per porsi nasi kurang lebih seberat 100 gram, yang setara dengan $\frac{3}{4}$ gelas adalah: 175 kalori, 4 gram protein, dan 40 gram Karbohidrat.

Daftar pangan sumber karbohidrat sebagai penukar 1 (satu) porsi nasi:

Nama Pangan	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat dalam Gram
Bihun	$\frac{1}{2}$ Gelas	50
Biscuit	4 Buah Besar	40
Havermut	5 $\frac{1}{2}$ Sendok Besar	45
Jagung Segar	3 Buah Sedang	125
Kentang	2 Buah Sedang	210
Kentang Hitam	12 Biji	125
Maizena	10 Sendok Makan	50
Macaroni	$\frac{1}{2}$ Gelas	50
Mie Basah	2 Gelas	200
Mie Kering	1 Gelas	50
Nasi Beras Giling Putih	$\frac{3}{4}$ Gelas	100
Nasi Beras Giling Merah	$\frac{3}{4}$ Gelas	100
Nasi Beras Giling Hitam	$\frac{3}{4}$ Gelas	100
Nasi Beras $\frac{1}{2}$ Giling	$\frac{3}{4}$ Gelas	100
Nasi Ketan Putih	$\frac{3}{4}$ Gelas	100
Roti Putih	3 Iris	70
Roti Warna Coklat	3 Iris	70
Singkong	1 $\frac{1}{2}$ Potong	120
Sukun	3 Potong Sedang	150
Talas	$\frac{1}{2}$ Biji Sedang	125
Tape Beras Ketan	5 Sendok Makan	100
Tape Singkong	1 Potong Sedang	100
Tepung Tapioca	8 Sendok Makan	50
Tepung Beras	8 Sendok Makan	50
Tepung Hunkwe	10 Sendok Makan	50
Tepung Sagu	8 Sendok Makan	50
Tepung Singkong	5 Sendok Makan	50
Tepung Terigu	5 Sendok Makan	50
Ubu Jalar Kuning	1 Biji Sedang	135
Kerupuk Udang/ Ikan	3 Biji Sedang	30

Kandungan zat gizi satu (1) porsi Tempe sebanyak 2 potong sedang atau 50 gram adalah 80 kalori, 6 gram Protein, 3 gram lemak dan 8 gram karbohidrat.

Daftar pangan sumber protein nabati sebagai penukar 1 porsi tempe adalah :

Bahan Makanan	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat dalam Gram
Kacang Hijau	2 ½ Sendok Makan	25
Kacang Kedelai	2 ½ Sendok Makan	25
Kacang Merah	2 ½ Sendok Makan	25
Kacang Mete	1 ½ Sendok Makan	15
Kacang Tanah Kupas	2 Sendok Makan	20
Kacang Toto	2 Sendok Makan	20
Keju Kacang Tanah	1 Sendok Makan	15
Kembang Tahu	1 Lembar	20
Oncom	2 Potong Besar	50
Petai Segar	1 Papan/Biji Besar	20
Tahu	2 Potong Sengah	100
Sari Kedelai	2 ½ Gelas	185

Kandungan zat gizi satu (1) porsi terdiri dari satu (1) potong sedang ikan segar seberat 40 gram adalah 50 kalori, 7 gram Protein dan 2 gram lemak.

Daftar lauk pauk sumber Protein hewani sebagai penukar 1 porsi ikan segar adalah

Bahan Makanan	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat dalam Gram
Daging Sapi	1 potong sedang	35
Daging Ayam	1 potong sedang	40
Hati Sapi	1 potong sedang	50
Ikan Asin	1 potong kecil	15
Ikan Teri Kering	1 sendok makan	20
Telur Ayam	1 butir	55
Udang Basah	5 ekor sedang	35

Daftar pangan lain sumber Protein hewani sebagai penukar 1 porsi Ikan segar :

Bahan Makanan	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat dalam Gram
Susu Sapi	1 gelas	200
Susu Kerbau	½ gelas	100
Susu Kambing	¾ gelas	185
Tepung Sari Kedele	3 sendok makan	20
Tepung Susu (<i>whole</i>)	4 sendok makan	20
Tepung Susu (krim)	4 sendok makan	20

Golongan A : Rendah Lemak

Daftar pangan sumber protein hewani dengan 1 (satu) satuan penukar yang mengandung : 7 gram Protein, 2 gram Lemak dan 50 Kalori :

Bahan Makanan	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat dalam Gram
Babat	1 potong sedang	40
Cumi-Cumi	1 ekor kecil	45
Daging Asap	1 lembar	20
Daging Ayam	1 potong sedang	40
Daging Kerbau	1 potong sedang	35
Dendeng Sapi	1 potong sedang	15
Gabus Kering	1 ekor kecil	10
Hati Sapi	1 potong sedang	50
Ikan Asin Kering	1 potong sedang	15
Ikan Kakap	1/3 ekor besar	35
Ikan Kembung	1/3 ekor sedang	30
Ikan Lele	1/3 ekor sedang	40
Ikan Mas	1/3 ekor sedang	45
Ikan Mujair	1/3 ekor sedang	30
Ikan Peda	1 ekor kecil	35
Ikan Pindang	½ ekor sedang	25
Ikan Segar	1 potong sedang	40
Ikan Teri Kering	1 sendok makan	20
Ikan Cakalang Asin	1 potong sedang	20

Kerang	½ gelas	90
Ikan Lemuru	1 potong sedang	35
Putih Telur Ayam	2 ½ butir	65
Rebon Kering	2 sendok makan	10
Rebon Basah	2 sendok makan	45
Selar Kering	1 ekor	20
Sepat Kering	1 potong sedang	20
Teri Nasi	1/3 gelas	20
Udang Segar	5 ekor sedang	35

Golongan B: Lemak Sedang

Daftar pangan sumber Protein Hewani dengan 1 (satu) satuan penukar yang mengandung: 7 gram protein, 5 gram lemak dan 75 kalori:

Bahan Makanan	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat Dalam Gram
Bakso	10 Biji Sedang	170
Daging Kambing	1 Potong Sedang	40
Daging Sapi	1 Potong Sedang	35
Ginjal Sapi	1 Potong Besar	45
Hati Ayam	1 Buah Sedang	30
Hati Sapi	1 Potong Sedang	50
Otak	1 Potong Besar	65
Telur Ayam	1 Butir	55
Telur Bebek Asin	1 Butir	50
Telur Puyuh	5 Butir	55
Usus Sapi	1 Potong Besar	50

Golongan C: Tinggi Lemak

Daftar pangan sumber Protein Hewani dengan 1 (satu) satuan penukar yang mengandung: 7 gram protein, 13 gram lemak dan 150 kalori:

Bahan Makanan	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat Dalam Gram
Bebek	1 Potong Sedang	45
Belut	3 Ekor	45
Kornet Daging Sapi	3 Sendok Makan	45
Ayam Dengan Kulit	1 Potong Sedang	40
Daging Babi	1 Potong Sedang	50
Ham	1 ½ Potong Kecil	40
Sardencis	½ Potong	35
Sosis	½ Potong	50
Kuning Telur Ayam	4 Butir	45
Telur Bebek	1 Butir	55

Berdasarkan kandungan zat gizi nya kelompok sayuran dibagi menjadi 3 golongan, yaitu:

1. Golongan A, Kandungan Kalorinya Sangat Rendah:

Gambas	Jamur Kuping	Tomat Sayur	Oyong
Ketimun	Labu Air	Selada Air	
Selada	Lobak	Daun Bawang	

2. Golongan B, kandungan zat gizi perporisi (100 gram) adalah: 25 Kal, 5 gram karbohidrat, dan 1 gram protein.

Satu (1) porsi sayuran adalah kurang lebih 1 (satu) gelas sayuran setelah dimasak dan ditiriskan.

Jenis sayuran termasuk golongan ini:

Bayam	Bit	Labu Waluh	Genjer
Kapri Muda	Kol	Daun Talas	Jagung Muda
Brokoli	Daun Kecipir	Papaya Muda	Sawi
Kembang Kol	Buncis	Labu Siam	Rebung
Kemangi	Daun Kacang Panjang	Pare	Taoge
Kangkung	Terong	Kacang Panjang	Wortel

3. Golongan C, kandungan zat gizi per porsi (100 gram) adalah: 50 Kal, 10 gram karbohidrat, dan 3 gram protein, satu (1) porsi sayuran adalah kurang lebih 1 (satu) gelas sayuran setelah dimasak dan ditiriskan.

Jenis sayuran termasuk golongan ini:

Bayam merah	Mangkokan	Nangka muda	Daun papaya
Daun katuk	Kacang kapri	Mlinjo	Taoge kedelai
Daun melinjo	Daun talas	kluwih	Daun singkong

Kandungan zat gizi perporasi buah (setara dengan 1 buah Pisang Ambon ukuran sedang) atau 50 gram, mengandung 50 K dan 10 gram Karbohidrat.

Daftar buah-buahan sebagai sumber penukar 1 (satu) porsi buah:

Nama Buah	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat dalam Gram*)
Alpokot	½ Buah Besar	50
Anggur	20 Buah Sedang	165
Apel Merah	1 Buah Kecil	85
Apel Malang	1 Buah Sedang	75
Belimbing	1 Buah Besar	125-140
Blewah	1 Potong Sedang	70
Duku	10-16 Buah Sedang	80
Durian	2 Biji Besar	35
Jambu Air	2 Buah Sedang	100
Jambu Biji	1 Buah Besar	100
Jambu Bol	1 Buah Kecil	90
Jeruk Bali	1 Potong	105
Jeruk Garut	1 Buah Sedang	115
Jeruk Manis	2 Buah Sedang	100
Jeruk Nipis	1 ¼ Gelas	135
Kedondong	2 Buah Sedang/Besar	100/120
Kesemek	½ Buah	65
Kurma	3 Buah	15
Leci	10 Buah	75
Manga	¾ Buah Besar	90
Manggis	2 Buah Sedang	80
Markisa	¾ Buah Sedang	35
Melon	1 Potong	90
Nangka Masak	3 Biji Sedang	50
Nenas	¼ Buah Sedang	85
Pear	½ Buah Sedang	85

Nama Buah	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat dalam Gram*)
Papaya	1 Potong Besar	100-190
Pisang Ambon	1 Buah Sedang	50
Pisang Kepok	1 Buah	45
Pisang Mas	2 Buah	40
Pisang Raja	2 Buah Kecil	40
Rambutan	8 Buah	75
Sawo	1 Buah Sedang	50
Salak	2 Buah Sedang	65
Semangka	2 Potong Sedang	180
Sirsak	½ Gelas	60
Srikaya	2 Buah Besar	50
Strawberry	4 Buah Besar	215

*) berat tanpa kulit dan biji (berat bersih)

**KEBUTUHAN KONSUMSI RUMAH TANGGA BAHAN PANGAN POKOK DI KOTA MEDAN
TAHUN 2023**

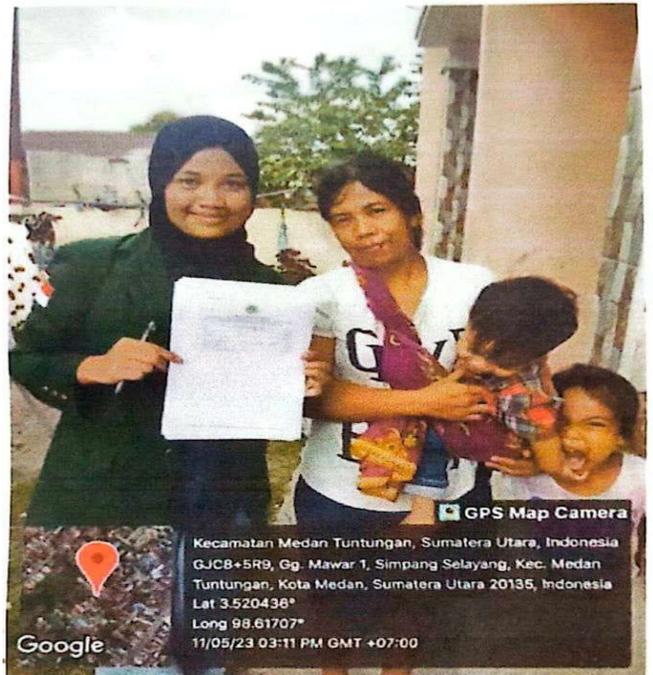
NO	KOMODITI	Tingkat Konsumsi	
		Gr/kap/Hr	Kg/Kap/Thn
1	Beras	371,41	13,75
2	Jagung	11,50	4,19
3	Kedelai	25,23	9,21
4	Bawang Merah	10,16	3,70
5	Bawang Putih	8,47	3,09
6	Cabai Merah	16,93	6,18
7	Cabai Rawit	9,14	3,34
8	Daging Sapi	7,53	2,74
9	Daging Ayam Ras	20,97	7,65
10	Telur Ayam Ras	20,65	7,53
11	Gula Pasir	20,29	7,41
12	Minyak Goreng	37,52	13,69

Lampiran 3. Dokumentasi Kegiatan

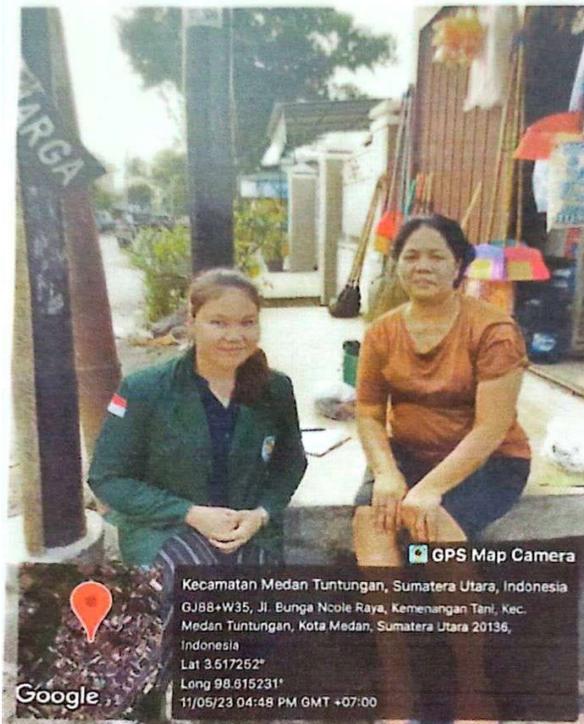
MEDAN TUNTUNGAN



Ibu Tiofanta (34 Tahun), Ibu Rumah Tangga

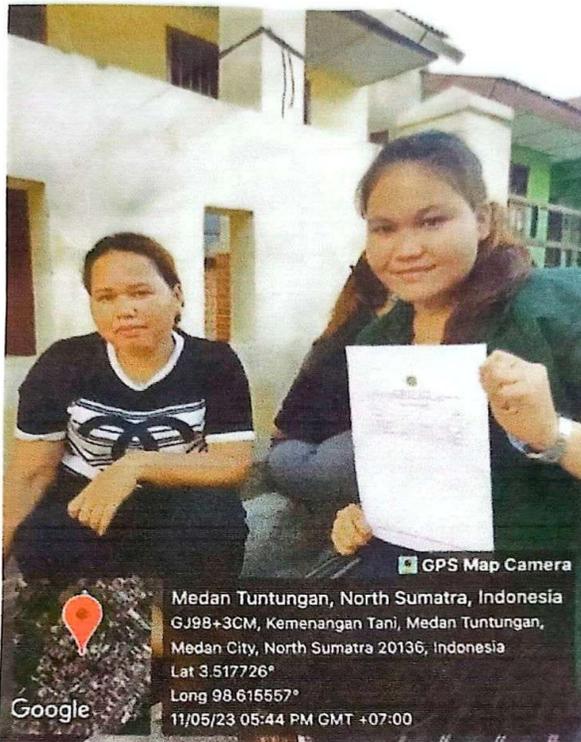


Ibu Inganita (51 Tahun), Ibu Rumah Tangga



MEDAN TUNTUNGAN

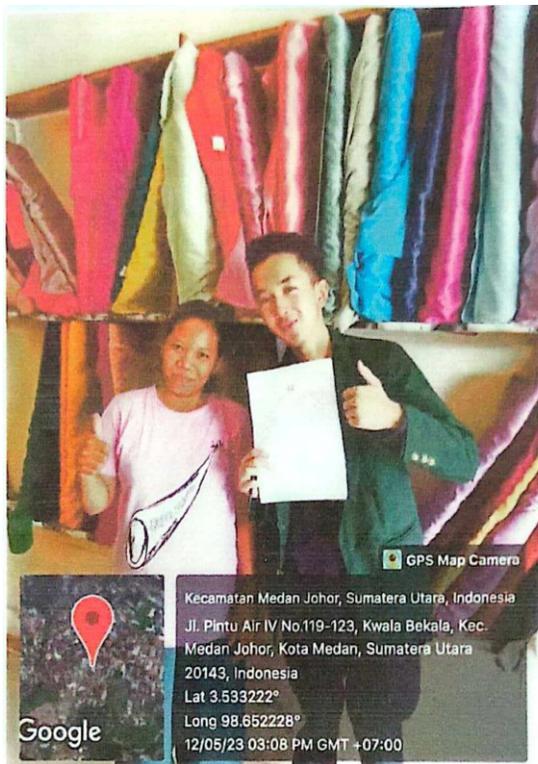
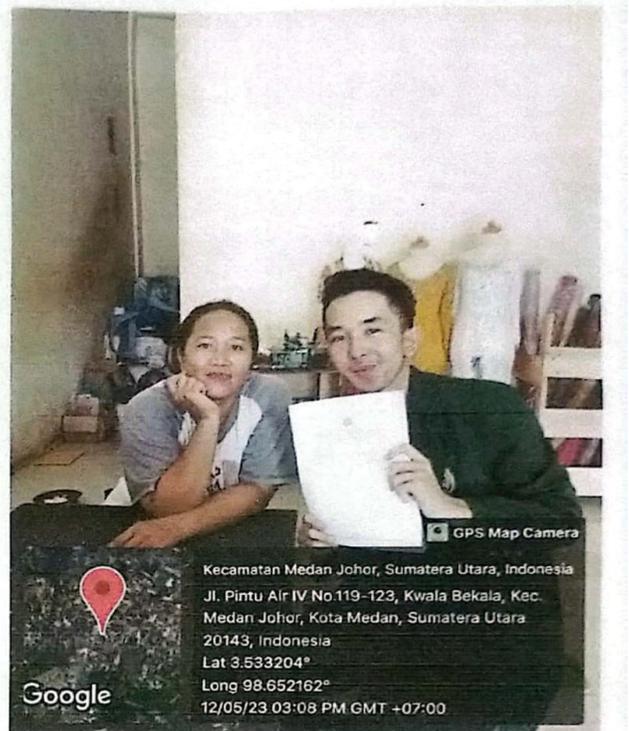
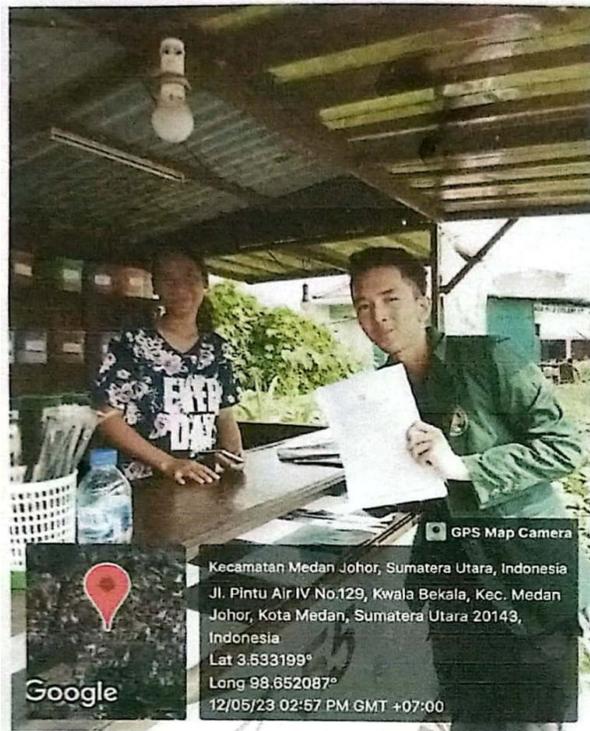
Nurlila Pinang (28 Tahun), Ibu Rumah Tangga



Ibu Anita Purba (57 Tahun), Ibu Rumah Tangga



MEDAN JOHOR



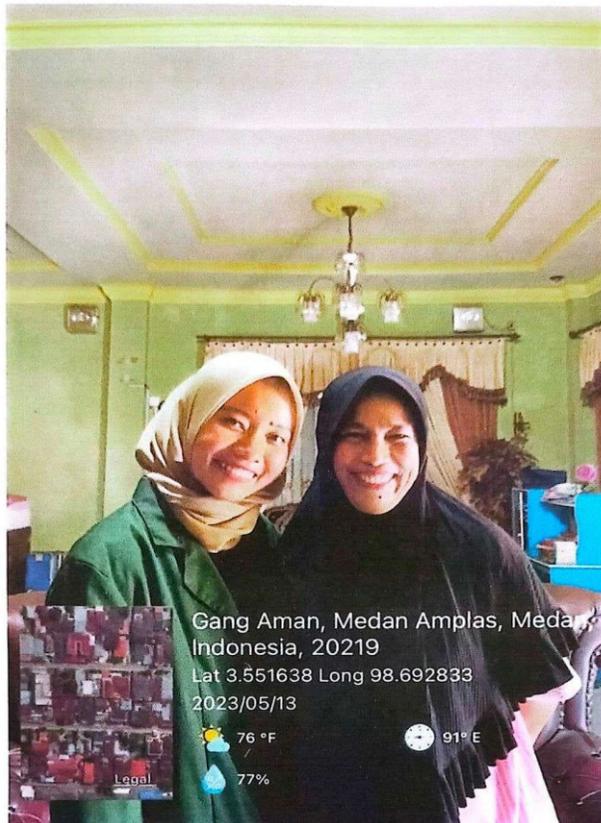
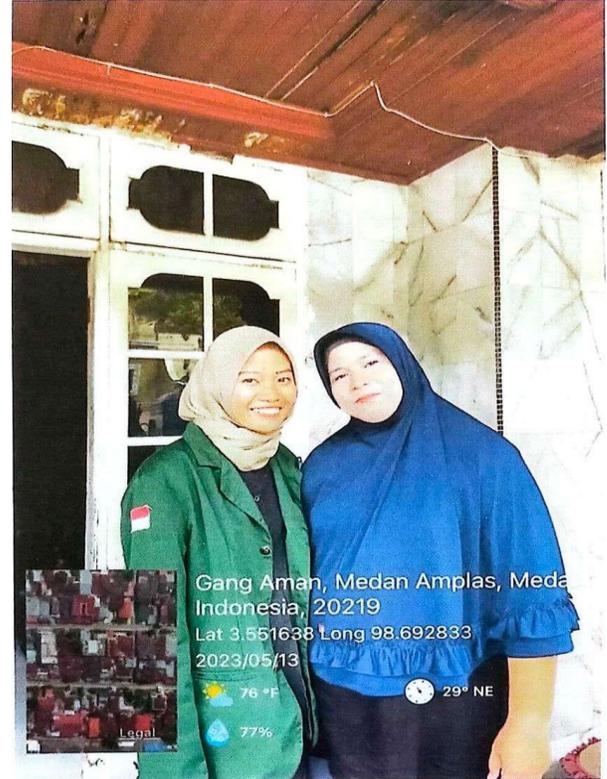
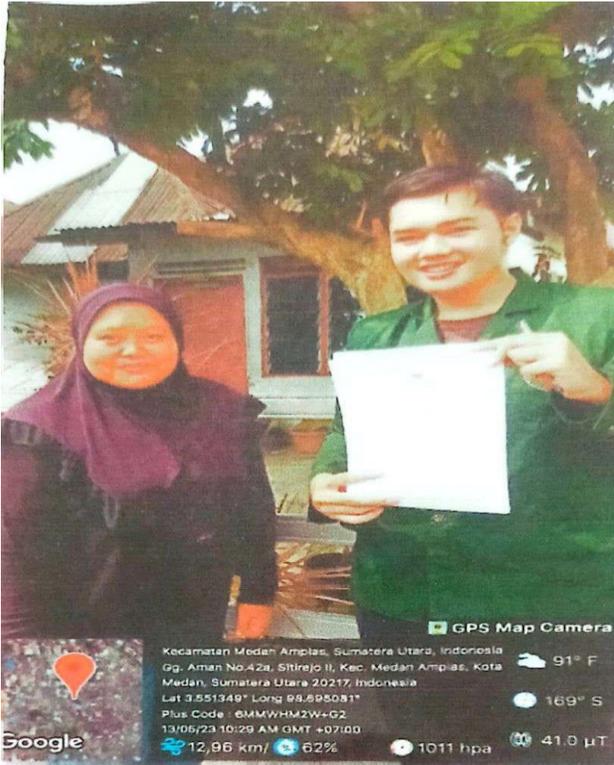
MEDAN JOHOR



MEDAN AMPLAS



MEDAN AMPLAS



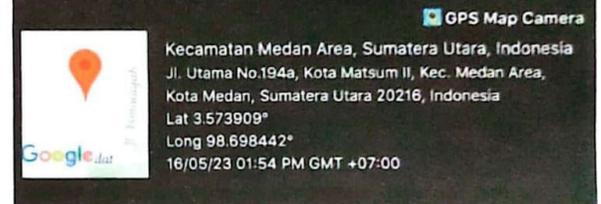
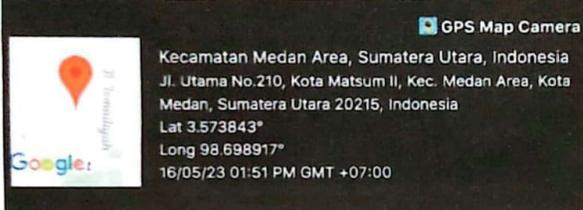
MEDAN DENAI



MEDAN DENAI



MEDAN AREA

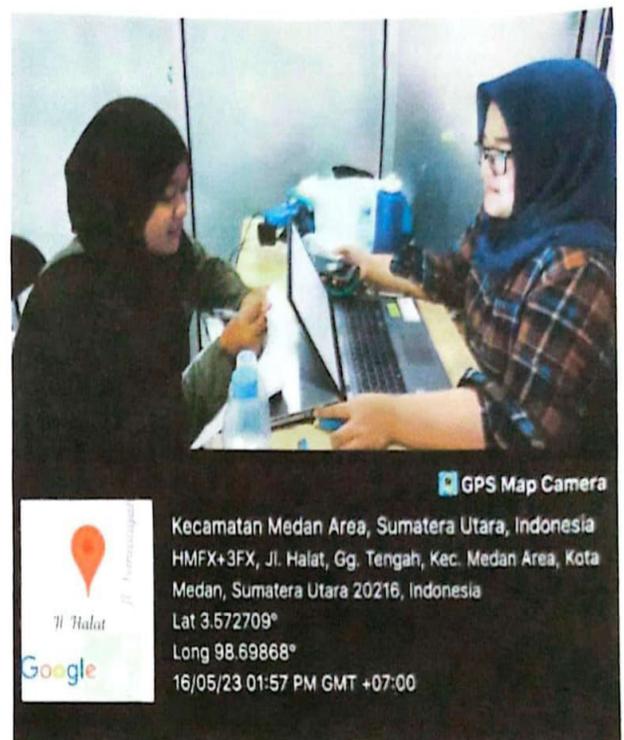


17 May 2023 6:09:00 PM
N 3° 34' 26.169" E 98° 41' 47.836"
208° SW
North Sumatra, Medan, Medan Area, Jalan Utama:
Jalan Utama No. 168
Altitude: 29.6 meters
Speed: 0.0 km/h



17 May 2023 6:03:46 PM
N 3° 34' 26.005" E 98° 41' 47.952"
51° NE
North Sumatra, Medan, Medan Area, Jalan Utama:
Jalan Utama No. 168
Altitude: 29.5 meters
Speed: 0.0 km/h

MEDAN AREA



MEDAN KOTA



MEDAN KOTA



MEDAN MAIMUN

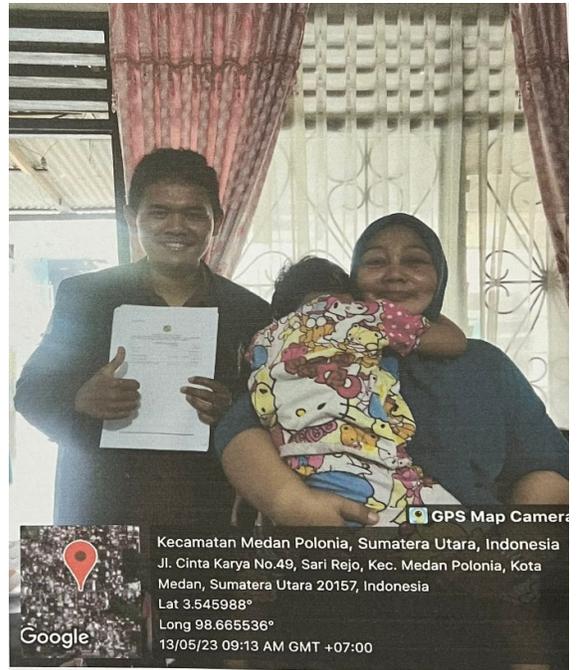


MEDAN MAIMUN

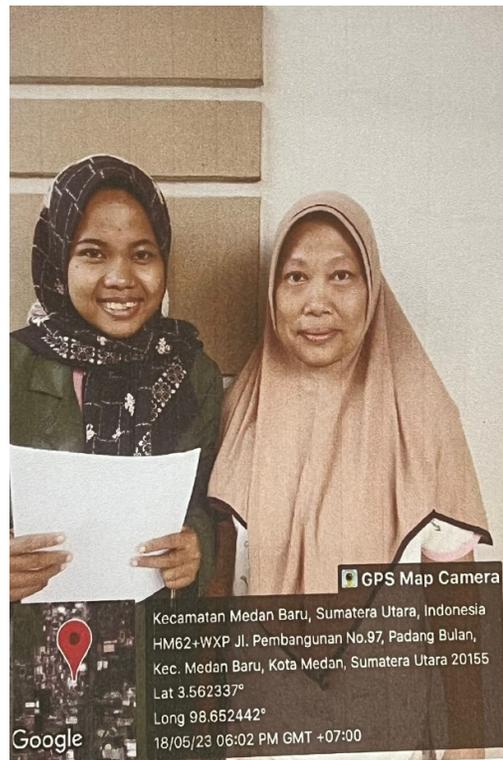


MEDAN POLONIA





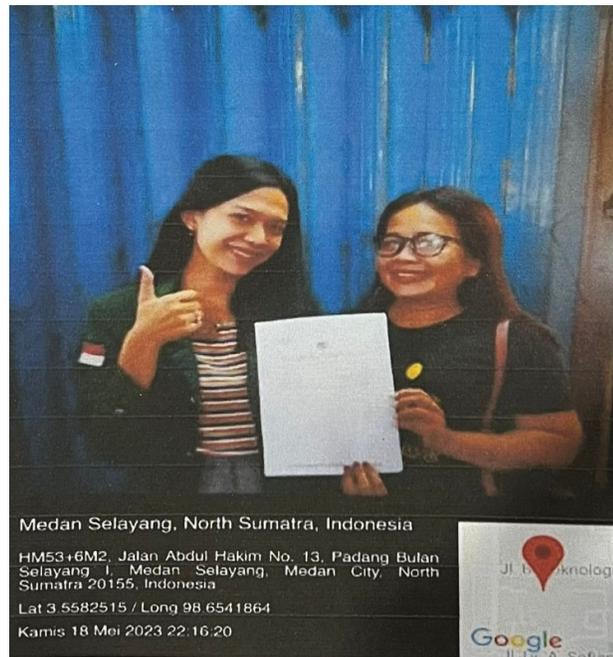
MEDAN BARU





MEDAN SELAYANG





MEDAN SUNGGAL



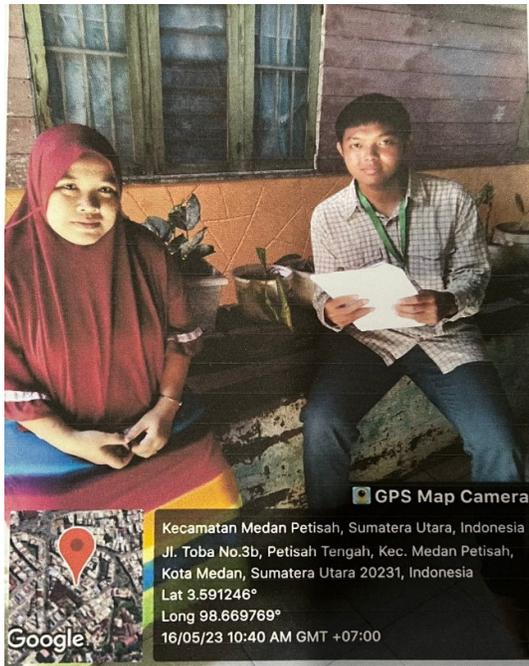


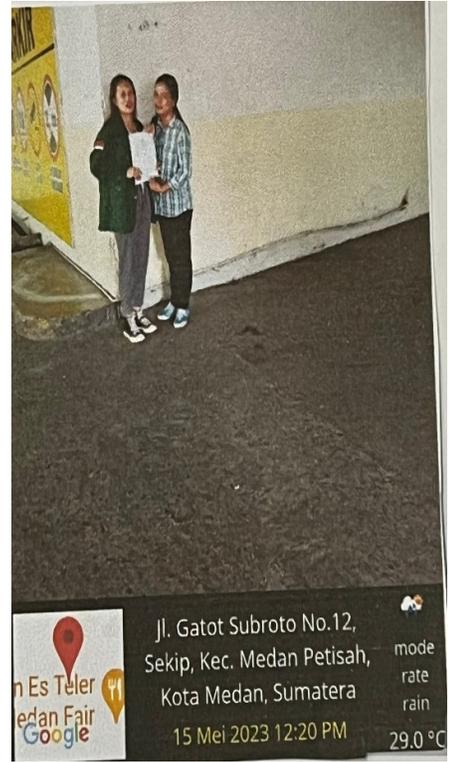
MEDAN HELVET



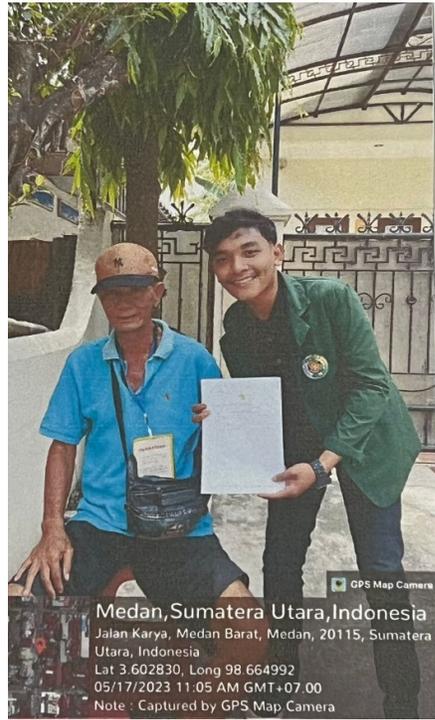


MEDAN PETISAH





MEDAN BARAT





MEDAN TIMUR



MEDAN TIMUR



MEDAN PERJUANGAN



MEDAN PERJUANGAN



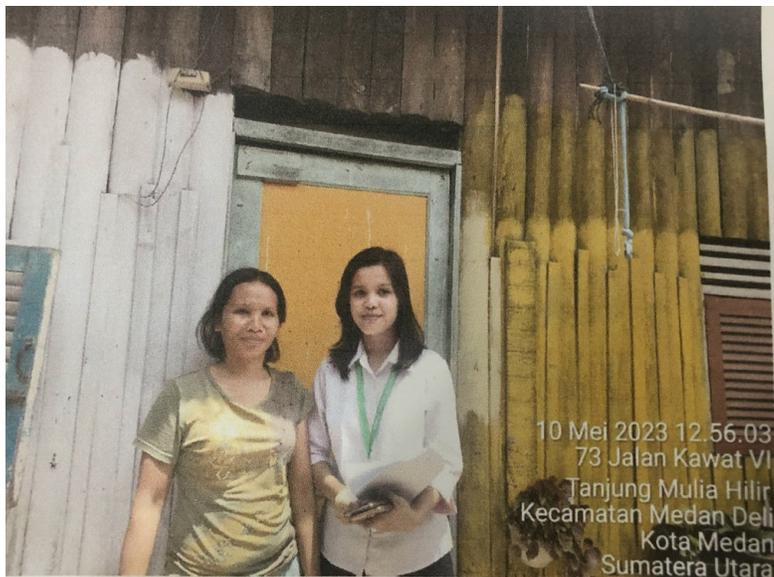
MEDAN TEMBUNG



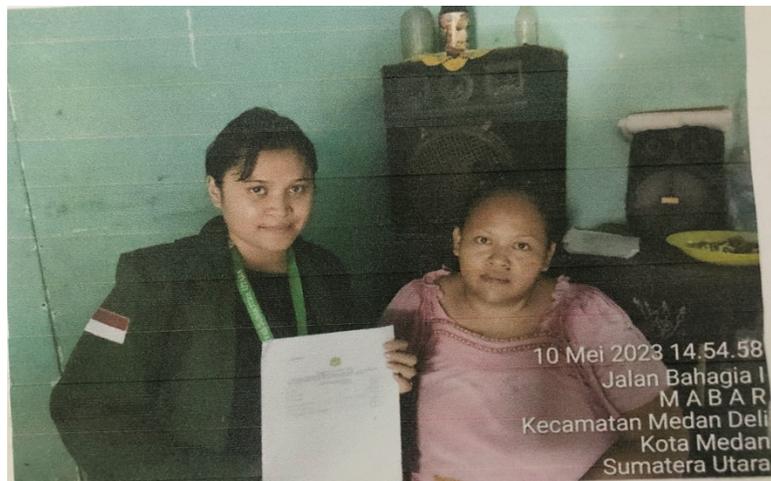
MEDAN TEMBUNG



MEDAN DELI



MEDAN DELI



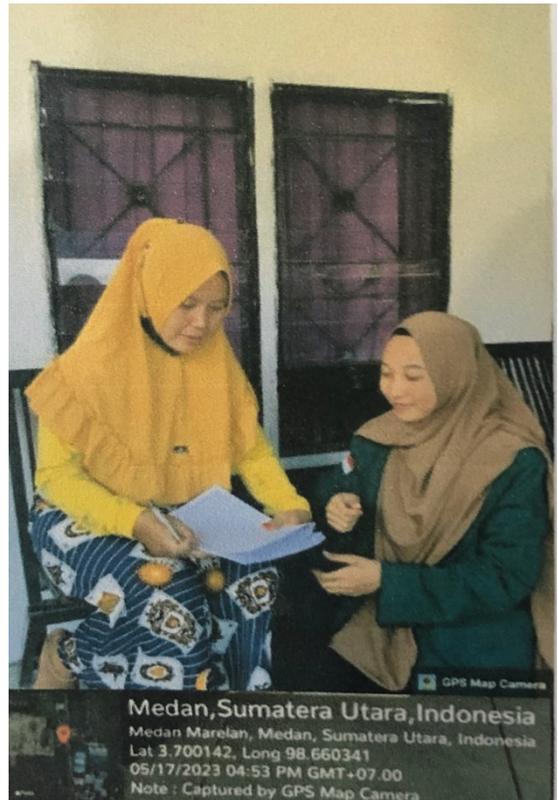
MEDAN LABUHAN



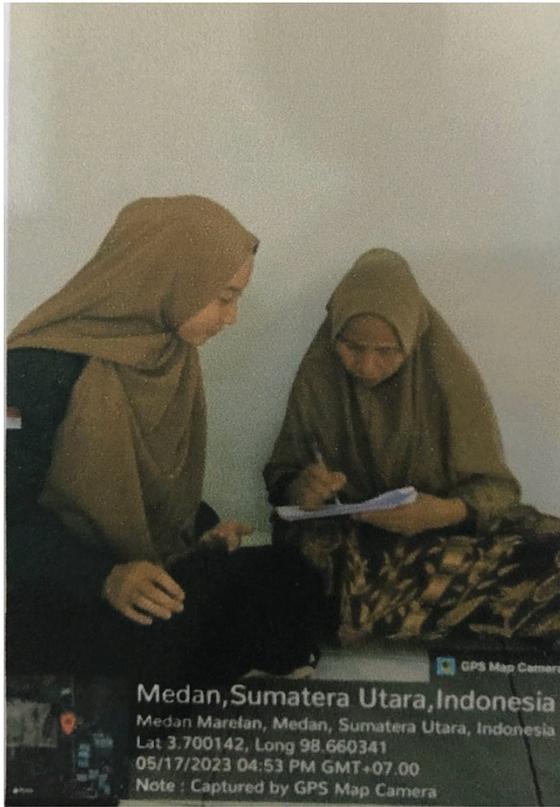
MEDAN LABUHAN



MEDAN MARELAN



MEDAN MARELAN



MEDAN BELAWAN



MEDAN BELAWAN

