

## **EDUKASI POLA PANGAN HARAPAN DALAM Mendukung Ketahanan PANGAN DI Kelurahan Kampung Satu**

### ***EDUCATION OF HOPE FOOD PATTERNS IN SUPPORTING FOOD SECURITY IN KAMPUNG SATU VILLAGE***

**Sekar Inten Mulyani<sup>1</sup>, Nia Kurnasih Suryana<sup>2</sup>, Ety Wahyuni<sup>3</sup>**

*<sup>1,2,3</sup> Jurusan Agribisnis Fakultas Pertanian Universitas Borneo Tarakan Jl Amal Lama No. 1 Tarakan*

\*e-mail korespondensi: [sekar@borneo.ac.id](mailto:sekar@borneo.ac.id)

### **ABSTRAK**

Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan indikator kinerja di bidang Ketahanan Pangan. Keberhasilan ketahanan pangan dapat dilihat dari ketersediaan pangan yang cukup dan kemudahan masyarakat dalam mengakses panga. Pola Konsumsi Pangan Penduduk Indonesia masih terdapat ketimpangan yaitu masih tingginya konsumsi kelompok padi-padian terutama beras dan masih rendahnya konsumsi pangan hewani dan umbi-umbian serta buah dan sayur. Kualitas konsumsi pangan masyarakat yang ditunjukkan dengan skor Pola Pangan Harapan (PPH) masih belum mencapai kondisi ideal. Pemanfaatan sumber-sumber pangan lokal seperti umbi, jagung dan sagu masih rendah. Diperlukan upaya untuk penganekaragaman konsumsi pangan masyarakat menuju skor PPH yang ideal agar hidup sehat, aktif dan produktif. Mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu anggota PKK di Kelurahan Kampung Satu. Adapun permasalahan yang dihadapi mitra adalah : 1) Masih tingginya ketergantungan konsumsi pangan rumah tangga pada komoditas beras; 2) Keanekaragaman konsumsi pangan lokal yang berasal dari bahan pangan lokal misalnya umbi-umbian dan jagung masih rendah; 3) Pengetahuan mitra mengenai Pola Pangan Harapan masih rendah sehingga keberagaman pangan baik kualitas dan kuantitas masih kurang. Kegiatan ini akan dilaksanakan di Kelurahan Kampung Satu pada bulan Juni Sampai Dengan November 2020. Kegiatan yang dilakukan berupa edukasi dan pendampingan pada anggota PKK Kelurahan Kampung Satu dengan partisipasi aktif dari mitra. Hasil kegiatan menunjukkan terjadi peningkatan pemahaman masyarakat (96%) terhadap Pola Pangan Harapan dan pentingnya penganekaragaman pangan dalam keluarga guna mencapai ketahanan pangan keluarga, masyarakat sangat antusias dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan edukasi, masyarakat mampu secara mandiri memanfaatkan pekarangan untuk memenuhi kebutuhan pangan dan gizi keluarga.

*Kata Kunci : Pola Pangan Harapan, Ketahanan Pangan, Edukasi, Pendampingan*

### **ABSTRACT**

*The Expected Food Pattern (PPH) is a performance indicator in the field of Food Security. The success of food security can be seen from the availability of sufficient food and the ease with which people can access panga. Food Consumption Patterns The Indonesian population still has imbalances, namely the high consumption of grains, especially rice, and the low consumption of animal and tuber foods as well as fruits and vegetables. The quality of public food consumption aimed at the score of the Expected Food Pattern (PPH) has not yet reached the ideal condition. Utilization of local food sources such as tubers, maize and sago is still low. Efforts are needed to diversify people's food consumption towards an ideal PPH score in order to live healthy, active and productive. Partners in this community service activity are PKK members in the Village of Kampung Satu. The problems faced by partners are: 1) The high dependence of household food consumption on rice commodities, 2) The diversity of local food consumption originating from local foodstuffs, such as tubers and corn, is still low; 3) Partners' knowledge of the Expected Food Pattern is still low so that food diversity, both quality and quantity, is still lacking. This activity will be carried out in the Village of Kampung One from June to November 2020. Activities carried out are in the form of education and assistance to PKK members of the Village of Kampung Satu with active participation from partners. The results of the activities show an increase in community understanding (96%) of the Hope Food Pattern and the importance of food diversification in the family in order to achieve family food security, the community is very enthusiastic and actively participates in educational activities, the community is able to independently utilize the yard to meet family food and nutritional needs.*

*Keywords: Expected Food Patterns, Food Security, Education, Assistance*

**1.1. Analisis Situasi**

Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan susunan beragam pangan yang didasarkan pada sumbangan energi dari kelompok pangan utama yang bisa diketahui dari pola konsumsi pangan harian dari suatu rumah tangga. Pola Pangan Harapan merupakan indikator kinerja di bidang Ketahanan Pangan. Keberhasilan ketahanan pangan dapat dilihat dari ketersediaan pangan yang cukup dan kemudahan masyarakat dalam mengakses pangan (Adha, 2019).

Pola Konsumsi Pangan Penduduk Indonesia masih terdapat ketimpangan yaitu masih tingginya konsumsi kelompok padi-padian terutama beras dan masih rendahnya konsumsi pangan hewani dan umbi-umbian serta buah dan sayur. Kualitas konsumsi pangan masyarakat yang ditunjukkan dengan skor Pola Pangan Harapan (PPH) masih belum mencapai kondisi ideal. Pemanfaatan sumber-sumber pangan lokal seperti umbi, jagung dan sagu masih rendah. Diperlukan upaya untuk penganekaragaman konsumsi pangan masyarakat menuju skor PPH yang ideal agar hidup sehat, aktif dan produktif. Pola Pangan Harapan merupakan alat atau instrumen perencanaan konsumsi pangan dan produksi baik penyediaan maupun konsumsi pangan juga merupakan basis

pengukuran diversifikasi dan ketahanan pangan.

Pada prinsipnya analisis situasi dan kebutuhan konsumsi pangan berbasis PPH adalah (1) terpenuhinya Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan PPH ideal yang merupakan kondisi harapan (2) terdeteksinya potensi ekonomi dan preferensi pangan masyarakat di suatu wilayah (3) teridentifikasinya potensi ekonomi agroekonomi, perdagangan dan demogram yang didukung dengan kebijakan dan regulasi global nasional dan lokal.

Ketersediaan pangan dalam jumlah yang cukup dan harga terjangkau sepanjang waktu sangat menentukan pola konsumsi pangan di tingkat rumah tangga. Selanjutnya pola konsumsi pangan rumah tangga akan mempengaruhi kualitas konsumsi pangan wilayah baik kabupaten/kota, provinsi dan nasional, sehingga perlu menjaga komposisi pangan yang sehat, bergizi, aman dan berimbang. Sebagian wilayah di Kota Tarakan termasuk Kelurahan Kampung Satu nilai Pola Pangan Harapan (PPH) berdasarkan kuantitas rata-rata masih kurang (78,73%) dari standar 2000 kkal/kapita/hari, sedangkan dari aspek kualitas seluruh wilayah masih kurang dari standar PPH aktual yang ditentukan (100) yaitu 60,27 – 82,14. Tingkat konsumsi beras di Kota Tarakan masih lebih tinggi 113

kg/kapita/tahun dari standar yang ditentukan 95 kg/kapita/tahun, artinya bahwa diversifikasi konsumsi pangan masih kurang.

## 1.2. Permasalahan Mitra

Pola pikir (*mind set*) dan *culture set* sangat menngani pola konsumsi masyarakat selain adanya dominasi konsumsi atau bahan pangan pokok terdapat juga pandangan pangan inferior terhadap bahan pangan tertentu, yaitu umbi-umbian. Di sisi lain adanya globalisasi peningkatan pendapatan masyarakat serta pertumbuhan kelas menengah dapat menngani pola konsumsi akibat pergeseran perilaku konsumsi pangan masyarakat

Konsumsi pangan merupakan output pembangunan ketahanan pangan di suatu wilayah. Oleh karena itu, panganekaragaman konsumsi pangan merupakan isu penting yang harus ditingkatkan upaya pencapaiannya (Argandi, 2018). Permasalahan yang dihadapi mitra adalah 1) Masih tingginya ketergantungan konsumsi pangan rumah tangga pada komoditas beras;2) Keanekaragaman konsumsi pangan lokal yang berasal dari bahan pangan lokal misalnya umbi-umbian dan jagung masih rendah; 3) Pengetahuan mitra mengenai Pola Pangan Harapan masih rendah

sehingga keberagaman pangan baik kualitas dan kuantitas masih kurang.

Untuk mencapai target skor PPH tahun 2020, Dinas Pangan, Pertanian dan Perikanan melibatkan para Ibu-Ibu PKK untuk berperan aktif dalam mengubah pola makan dari nasi ke bahan lain yang mengandung nilai gizi yang sama. Misal jagung, sukun, ubi, singkong, kentang dan lainnya sehingga tingkat konsumsi beras per tahun dapat diturunkan. Disinilah pentingnya edukasi Pola Pangan Harapan agar masyarakat terutama ibu rumah tangga dapat mengetahui tentang diversifikasi pangan untuk mewujudkan ketahanan pangan keluarga.

## METODE

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh anggota PKK Kelurahan Kampung Satu maka solusi yang ditawarkan yaitu :

### 1. Edukasi

Sebagai sebuah tindakan praktis, edukasi merupakan upaya-upaya yang dilakukan untuk mendorong terjadinya perubahan perilaku pada individual, kelompok, komunitas, ataupun masyarakat agar mereka mau, dan mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi (Amanah, 2007). Tujuan ini dapat dicapai apabila para petani dalam masyarakat

melakukan langkah-langkah sebagai berikut

:

- a. Mitra bersama-sama fasilitator mengadakan diskusi untuk menginventaris permasalahan yang dihadapi .
- b. Fasilitator memberikan pengetahuan dan bimbingan kepada mitra dengan tujuan menambah wawasan serta pemahaman mitra mengenai permasalahan yang dihadapi.
- c. Mitra bersama-sama fasilitator merumuskan solusi-solusi terhadap permasalahan yang dihadapi.

## **2. Pendampingan**

Kegiatan pendampingan dimaksudkan mendampingi sekaligus memantau perkembangan perilaku dari apa yang telah diperoleh dalam kegiatan Program Pengabdian pada Masyarakat ini. Pendampingan dilakukan agar masyarakat sasaran dapat mengimplementasikan pengetahuannya dalam memenuhi kebutuhan pangan keluarga agar meningkatkan pola pangan harapan.

Partisipasi mitra dalam pelaksanaan kegiatan ini dimulai dari perencanaan sampai pelaksanaan kegiatan. Materi dalam edukasi berdasarkan pada kebutuhan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian Masyarakat yang dilakukan menggunakan metode edukasi dan pendampingan.

## **Edukasi**

Kegiatan edukasi Pola Pangan Harapan dilaksanakan di Kelurahan Kampung Satu dengan sasaran ibu rumah tangga dan anggota PKK sebanyak 33 orang. Edukasi ini dilaksanakan pada tanggal 24 Juli 2020 di ibu-ibu dasawisma di Pepabri Kampung Satu Kec Tarakan Tengah Kota Tarakan, sebagai mitra dari kegiatan pengabdian masyarakat ini. Mengingat kondisi pandemi yang masih terjadi maka dilakukan pembatasan jumlah peserta edukasi dan mempersempit lokasi mitra sasaran di Kelurahan Kampung Satu. Protokol kesehatan sangat diperhatikan pada pelaksanaan kegiatan ini seperti jaga jarak, menggunakan masker dan mencuci tangan sebelum maupun setelah kegiatan edukasi. Selama kegiatan penyuluhan yang bertujuan memberikan edukasi tentang pola pangan harapan, terlihat peserta kegiatan sangat antusias dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan tersebut. Hal ini terlihat dari tingkat kehadiran dan respon yang diberikan sasaran ketika dilaksanakan sesi diskusi atau tanya jawab mengenai materi yang disampaikan. Setelah dilakukan edukasi langkah selanjutnya adalah memberikan pendampingan peserta edukasi yaitu ibu-ibu dasawisma di Kampung Satu.

Edukasi ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap sasaran agar memahami tentang Pola

Pangan Harapan. Pola Pangan Harapan berguna sebagai instrumen sederhana menilai situasi ketersediaan dan konsumsi pangan berupa jumlah dan komposisi menurut jenis pangan secara agregat. Disamping itu juga berguna sebagai basis untuk penghitungan skor Pola Pangan Harapan yang digunakan sebagai indikator mutu gizi pangan dan keragaman konsumsi pangan baik pada tingkat ketersediaan maupun tingkat konsumsi. Selain itu digunakan untuk perencanaan konsumsi dan ketersediaan pangan. Dengan pendekatan Pola Pangan Harapan dapat

dinilai mutu pangan penduduk berdasarkan skor pangan (*dietary score*). Semakin tinggi skor mutu pangan, menunjukkan situasi pangan yang semakin beragam dan semakin baik komposisi dan mutu gizinya.

Ketahanan pangan tercermin dari tersedianya pangan yang cukup Jumlah maupun mutunya, aman, beragam, bergizi, merata dan terjangkau. Ketersediaan pangan juga dapat disuplai dari pekarangan rumah masyarakat dengan cara pemberdayaan masyarakat melalui rumah pangan lestari. (Nengsih,2019).



Gambar 1. Partisipasi Sasaran pada Edukasi Pola Pangan Harapan

### **Pendampingan**

Pendampingan sebagai suatu strategi yang umum digunakan dalam upaya meningkatkan mutu dan kualitas dari sumber daya manusia, sehingga mampu mengidentifikasikan dirinya sebagai bagian dari permasalahan yang dialami dan berupaya untuk mencari alternative pemecahan masalah yang dihadapi. Oleh karena itu sangat

dibutuhkan kegiatan pendampingan. Suharto (2010) menyatakan bahwa pendampingan merupakan satu strategi yang sangat menentukan keberhasilan program pemberdayaan masyarakat.

Metode pendampingan yang dilakukan dalam kegiatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi dan praktek lapang. Ceramah ditujukan sebagai pemicu terjadinya kegiatan yang partisipatif .

Ceramah dilakukan secara interaktif, yaitu melibatkan peserta melalui adanya tanggapan balik atau perbandingan dengan pendapat dan pengalaman peserta. Media pendukung yang digunakan, seperti bahan presentasi yang ditayangkan dengan LCD.

Pendampingan dilakukan bersama penyuluh dan pengurus PKK. Pendampingan menggunakan metode secara langsung dan tidak langsung. Pendampingan secara langsung dengan cara

individu melalui kunjungan rumah dan secara kelompok melalui pertemuan dan diskusi, sementara pendampingan secara tidak langsung dilakukan dengan melalui media seperti telepon, dan media sosial. Pendampingan yang dilakukan selama kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan tujuan melihat sejauh mana penerapan edukasi pola pangan harapan yang telah diberikan melalui kegiatan penyuluhan diterapkan oleh sasaran.



Gambar 2. Pekarangan di Wilayah Lokasi Binaan

### **Evaluasi Kegiatan Edukasi Pola Pangan Harapan**

Evaluasi pelatihan merupakan suatu proses untuk mengumpulkan data dan informasi dalam program pelatihan.

Evaluasi pelatihan lebih difokuskan pada peninjauan kembali proses pelatihan. Evaluasi pelatihan memiliki fungsi sebagai pengendali proses dari hasil program pelatihan sehingga akan dapat dijamin suatu

program pelatihan yang sistematis, efektif dan efisien. Evaluasi pelatihan mencoba mendapatkan informasi mengenai hasil- sangat membantu dalam memperbaiki pelatihan tersebut (Sukirno, 2013).

Indikator keberhasilan kegiatan edukasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah rata-rata 96 % dari peserta kegiatan telah mengetahui dan memahami tentang Pola Pangan Harapan. Setelah dilakukan edukasi, sasaran telah mengetahui pentingnya pola pangan harapan, pemanfaatan pekarangan, diversifikasi pangan, cara meningkatkan skor PPH serta pola konsumsi yang baik. Selain itu tingkat partisipasi peserta cukup baik dari 35 peserta yang diundang hadir 33 peserta sehingga kehadiran peserta 98%.

Proses pendampingan dilakukan selama tiga bulan (Bulan Juli sampai dengan Oktober 2020) selama dilakukan

#### **PENUTUP**

Dari kegiatan yang telah dilaksanakan, dapat diambil beberapa kesimpulan bahwa :

1. Terjadi peningkatan pemahaman masyarakat (96%) terhadap Pola Pangan Harapan dan pentingnya panganekaragaman pangan dalam keluarga guna mencapai ketahanan pangan keluarga.

hasil program pelatihan, juga memasukkan umpan balik dari peserta pelatihan yang pendampingan respon sasaran program sangat baik. Hal ini terlihat dalam proses pendampingan, sasaran berusaha mengubah sikap maupun perilaku sehingga mulai menerapkan pola pangan harapan melalui diversifikasi pangan. Pola makan keluarga mulai beragam dengan menerapkan prinsip bergizi, berimbang dan beragam (3B). Selain itu juga sasaran memperoleh manfaat dengan memanfaatkan pekarangan untuk menanam berbagai sayuran ataupun tanaman obat keluarga. Selain itu juga sasaran memperoleh manfaat dengan memanfaatkan pekarangan untuk menanam berbagai sayuran ataupun tanaman obat keluarga.

2. Masyarakat sangat antusias dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan edukasi.
3. Masyarakat mampu secara mandiri memanfaatkan pekarangan untuk memenuhi kebutuhan pangan dan gizi keluarga.

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Rektor Universitas Borneo Tarakan

melalui DIPA UBT 2020 dan LP2M UBT memberikan bantuan pendanaan pada kegiatan pengabdian masyarakat Tahun 2020. Selain itu penulis juga mengucapkan

#### **DAFTAR RUJUKAN**

Adha,Idham,2019. Pola Konsumsi Pangan Masyarakat Sekitar Kawasan Hutan Di Kabupaten Takalar. Jurnal Agrotek Vol 3 (2).

Amanah.S. 2007. Makna Penyuluhan dan Transformasi Prilaku Manusia. Jurnal Penyuluhan. Desember 2007 Vol 3 No 1, ISSN : 1858.2664.

Argandi, S.2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Pangan Harapan (PPH) di Kabupaten Bandung. Jurnal Agribisnis Terpadu Vol 11 (2)

Hamid,Yuni. 2013. Pola Pangan Harapan Rumah Tangga dalam rangka Ketahanan Pangan (Studi kasus di Kecamatan Tarakan Barat Kota Tarakan Provinsi Kalimantan Timur). Tesis. Pascasarjana Pertanian Universitas Brawijaya. Malang

Nengsih, Y, Hartawan,dan Marpaung R.2019. Meningkatkan Pola Pangan Harapan Masyarakat Desa Betung Melalui Pemberdayaan Masyarakat. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sakai Sambayan. Volume 3 (1)

Payne (1997) *Modern Social Work Theory* , London: Macmillan Press.

Suharto,Edi. 2010. *Membangun Masyarakat Memberdayakan Rakyat Kajian Strategis Pembangunan Kesejahteraan Sosial dan pekerjaan Sosial*. PT Reflika Aditama. Bandung.

terimakasih kepada Ibu – Ibu PKK dan dasawisma Kampung Satu Kecamatan Tarakan Tengah yang telah berpartisipasi pada kegiatan ini.

Sukino, 2013. *Membangun Pertanian Dengan Pemberdayaan Masyarakat*. Pustaka Baru Press, Yogyakarta