

PEMUTAKHIRAN NERACA BAHAN MAKANAN (NBM) KOTA MEDAN



**Dinas Ketahanan Pangan,
Pertanian, dan Perikanan
Kota Medan
Tahun 2025**

Daftar Isi

Pendahuluan

1

Tinjauan
Pustaka

2

Metodologi
Penelitian

3

Gambaran
Umum Kota
Medan

4

Hasil dan
Pembahasan

5

Kesimpulan
dan Saran

6

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kita panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga Laporan Akhir Pemutakhiran Neraca Bahan Makanan (NBM) Kota Medan Tahun 2025 dapat disusun dan diselesaikan dengan baik. Penyusunan laporan ini merupakan bentuk komitmen bersama dalam menyediakan data dan informasi yang akurat mengenai situasi pangan di Kota Medan.

Dalam dinamika ketahanan pangan saat ini, penggunaan bahan pangan tidak hanya terbatas pada konsumsi rumah tangga, tetapi juga untuk industri pangan dan non-pangan, pakan ternak, dan kebutuhan lainnya. Oleh karena itu, ketersediaan data yang menggambarkan aspek penyediaan (*supply*), penggunaan (*utilization*), dan ketersediaan untuk konsumsi (*availability*) menjadi sangat penting. Neraca Bahan Makanan (*Food Balance Sheet*) menjadi salah satu alat yang efektif untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai kondisi pangan suatu wilayah dalam periode tertentu.

Laporan ini menyajikan hasil pemutakhiran data yang mencerminkan kondisi ketersediaan berbagai jenis bahan pangan di Kota Medan tahun 2025. Informasi ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar dalam penyusunan kebijakan dan perencanaan strategis, khususnya dalam mendukung upaya pencapaian ketahanan pangan dan perbaikan gizi masyarakat.

Kami mengucapkan terima kasih dan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah terlibat, baik dari dinas, instansi, lembaga,
i | DINAS KETAHANAN PANGAN, PERTANIAN DAN
PERIKANAN KOTA MEDAN

maupun para narasumber dan enumerator atas kerja keras dan kontribusinya dalam proses penyusunan laporan ini. Saran dan masukan dari berbagai pihak sangat kami harapkan untuk penyempurnaan Neraca Bahan Makanan di masa mendatang.

Akhir kata, semoga laporan ini bermanfaat dan dapat digunakan secara optimal dalam perencanaan pembangunan pangan dan gizi di Kota Medan.

Medann, Juni 2025

Kepala Dinas Ketahanan Pangan, Pertanian
dan Perikanan Kota Medan

GELORA KURNIA PUTRA GINTING, S.STP., MM.

NIP. 198005231998101001

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Tujuan	4
1.3. Manfaat	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1. Defenisi dan Ruang Lingkup Neraca Bahan Makanan	6
2.2. Komponen Penyusun Neraca Bahan Makanan	8
2.3. Permasalahan Dalam Neraca Bahan Makanan (NBM).....	19
BAB III. METODELOGI PENELITIAN	21
3.1. Lokasi dan Ruang Lingkup	21
3.2. Metode Pengumpulan Data	21
3.3. Metode Perhitungan Neraca Bahan Makanan.....	22
3.4. Prosedur Pengisian Tabel Neraca Bahan Makanan.....	25
3.5. Sumber Data dan Informasi	29
BAB IV. GAMBARAN UMUM KOTA MEDAN	32
4.1. Letak Geografis dan Administratif.....	32
4.2. Kondisi Ekonomi.....	35
4.3. Sosial dan Budaya	35
4.4. Arah Pembangunan Kota	36

BAB V. HASIL DAN PEMBAHASAN	37
5.1. Analisis Neraca Bahan Makanan (NBM).....	37
5.1.1. Neraca Bahan Makanan Tahun 2025	38
5.2. Ketersediaan Pangan Berdasarkan Kelompok Bahan Makanan.....	46
5.2.1. Ketersediaan Padi-Padian (<i>Cereals</i>)	48
5.2.2. Ketersediaan Makanan Berpati (<i>Starchy Food</i>)	50
5.2.3. Ketersediaan Gula (<i>Sugar</i>)	52
5.2.4. Ketersediaan Buah/Biji Berminyak (<i>Pulses Nut & Oil Seeds</i>)	54
5.2.5. Ketersediaan Buah-Buahan (<i>Fruits</i>)	56
5.2.6. Ketersediaan Sayuran (<i>Vegetables</i>)	59
5.2.7. Ketersediaan Daging (<i>Meats</i>)	61
5.2.8. Ketersediaan Telur (<i>Eggs</i>)	63
5.2.9. Ketersediaan Susu (<i>Milk</i>)	65
5.2.10. Ketersediaan Ikan (<i>Fish</i>).....	67
5.2.11. Ketersediaan Minyak/Lemak (<i>Oil & Fats</i>)	69
5.3. Analisis Pola Pangan Harapan	71
5.3.1. Pola Pangan Harapan (PPH) Ketersediaan Tahun 2025.....	72
BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
6.1. Kesimpulan	75
6.2. Saran.....	77

DAFTAR TABEL

No.	Judul	Hal
2.1.	Pengelompokan Bahan Makanan dalam NBM	9
3.1.	Jenis dan Sumber Data	30
5.1.	Ketersediaan Pangan Kota Medan Tahun 2025	39
5.2.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Padi-padian Tahun 2025	49
5.3.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Berpati Tahun 2025	51
5.4.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Gula Tahun 2025	53
5.5.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Buah/Biji Berminyak Tahun 2025	55
5.6.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Buah-Buahan Tahun 2025	57
5.7.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Sayuran Tahun 2025	59
5.8.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Daging Tahun 2025	62
5.9.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Telur Tahun 2025	65
5.10.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Susu Tahun 2025	66
5.11.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Ikan Tahun 2025	67
5.12.	Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Minyak dan Lemak Tahun 2025	69
5.13.	Pola Pangan Harapan Ketersediaan Kota Medan Tahun 2025	73

DAFTAR GAMBAR

NO	JUDUL	HAL
4.1	Peta Administrasi Kota Medan	33
5.1	Persentase Ketersediaan Energi Kota Medan, 2025 (diolah)	40
5.2	Persentase Ketersediaan Protein Kota Medan, 2025 (diolah)	42
5.3	Persentase Ketersediaan Lemak Kota Medan, 2025 (diolah)	44



01

Pendahuluan

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Ketahanan pangan merupakan aspek fundamental dalam pembangunan suatu daerah, mencakup ketersediaan, akses, dan pemanfaatan pangan yang cukup, aman, dan bergizi untuk seluruh masyarakat. Pemenuhan kebutuhan pangan ini menjadi hal yang harus diperhatikan dalam ketahanan pangan dan gizi dengan memperhatikan aspek ketersediaan, keragaman, maupun keamanan yang berkelanjutan. Untuk itu pemerintah harus melakukan perencanaan penyelenggara pangan yang diarahkan untuk mewujudkan kedaulatan, kemandirian dan ketahanan pangan sebagaimana diamanatkan dalam Undang-Undang Pangan Nomor 18 Tahun 2012.

Di Indonesia, upaya untuk mewujudkan ketahanan pangan yang berkelanjutan memerlukan instrumen yang mampu memberikan gambaran menyeluruh mengenai kondisi pangan di berbagai wilayah. Salah satu instrumen tersebut adalah Neraca Bahan Makanan (NBM), yang menyajikan data dan informasi tentang penyediaan (*supply*) dan penggunaan (*utilization*) pangan di suatu wilayah dalam periode tertentu. NBM memberikan informasi tentang ketersediaan bahan pangan untuk setiap komoditas dan olahannya yang lazim dikonsumsi penduduk, baik dalam bentuk volume maupun zat gizi.

Neraca Bahan Makanan tidak hanya berfungsi sebagai alat monitoring dan evaluasi, tetapi juga sebagai dasar perencanaan kebijakan pangan yang

berbasis data. Dengan memahami neraca antara ketersediaan dan kebutuhan pangan, pemerintah daerah dapat merancang intervensi yang tepat untuk mengatasi potensi defisit atau surplus komoditas tertentu, serta memastikan distribusi pangan yang merata dan adil. Selain itu, NBM juga berperan dalam mengidentifikasi pola konsumsi masyarakat, yang penting untuk perencanaan program perbaikan gizi dan kesehatan masyarakat.

Kota Medan, sebagai ibu kota Provinsi Sumatera Utara dan salah satu pusat ekonomi di Indonesia, memiliki peran strategis dalam sistem pangan nasional. Dengan populasi yang terus meningkat dan urbanisasi yang pesat, kebutuhan akan pangan yang cukup dan bergizi menjadi semakin mendesak. Namun, sepanjang tahun 2025, Kota Medan menghadapi berbagai tantangan dalam sektor pangan, termasuk fluktuasi harga, perubahan iklim, dan dinamika pasar global. Hal ini mencerminkan adanya tekanan pada harga pangan yang dapat mempengaruhi daya beli masyarakat dan akses terhadap pangan yang bergizi. Selain itu, laporan dari Pusat Informasi Harga Pangan Strategis (PIHPS) mencatat adanya kenaikan harga pada beberapa komoditas pangan di Kota Medan. Misalnya, harga cabai merah yang sebelumnya berada di angka Rp39.800/kg telah naik di atas Rp45.000/kg. Kenaikan harga ini dapat berdampak pada konsumsi masyarakat, terutama bagi kelompok berpenghasilan rendah.

Ketahanan pangan di Kota Medan tidak hanya dipengaruhi oleh ketersediaan pangan, tetapi juga oleh faktor-faktor lain seperti distribusi, aksesibilitas, dan stabilitas harga. Fluktuasi harga pangan yang signifikan dapat menyebabkan ketidakstabilan dalam konsumsi masyarakat, yang pada gilirannya

dapat berdampak pada status gizi dan kesehatan. Selain itu, perubahan iklim dan bencana alam juga dapat mengganggu produksi dan distribusi pangan, sehingga meningkatkan risiko ketahanan pangan. Pada tahun 2024 ketersediaan energi di Kota Medan menurut kelompok pangan sudah memenuhi angka anjuran yaitu sebesar 4.326,92 Kkalori/kapita/hari atau 80,3% lebih tinggi dari angka anjuran Nasional yaitu sebesar 2.400 Kkalori/kapita/hari.

Dalam konteks ini, penyusunan NBM menjadi sangat penting untuk memahami dinamika pangan di Kota Medan secara menyeluruh. NBM dapat membantu mengidentifikasi komoditas yang rentan terhadap fluktuasi harga, serta wilayah-wilayah yang berisiko mengalami kekurangan pangan. Dengan demikian, pemerintah daerah dapat merancang kebijakan dan program yang lebih efektif untuk meningkatkan ketahanan pangan dan kesejahteraan masyarakat.

Menyadari pentingnya NBM dalam perencanaan ketahanan pangan, Pemerintah Kota Medan melalui Dinas Ketahanan Pangan, Pertanian, dan Perikanan menyusun dokumen Neraca Bahan Makanan Kota Medan Tahun 2025. Dokumen ini bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang kondisi pangan di Kota Medan, termasuk ketersediaan, konsumsi, dan distribusi berbagai komoditas pangan. NBM ini juga memuat informasi tentang kandungan zat gizi dari berbagai bahan pangan, yang penting untuk perencanaan program perbaikan gizi masyarakat. Penyusunan NBM ini melibatkan berbagai pihak, termasuk instansi pemerintah, akademisi, dan pelaku usaha di sektor pangan.

Data yang digunakan dalam NBM berasal dari berbagai sumber, seperti BPS,

Kementerian Pertanian, Kementerian Kesehatan, dan instansi terkait lainnya. Dengan pendekatan yang kolaboratif dan berbasis data, NBM Kota Medan 2025 diharapkan dapat menjadi dasar yang kuat untuk perencanaan dan evaluasi kebijakan pangan di tingkat daerah.

Dengan tersusunnya NBM Kota Medan 2025, diharapkan pemerintah daerah dapat lebih responsif dalam menghadapi tantangan ketahanan pangan. NBM dapat digunakan sebagai alat untuk memantau ketersediaan dan distribusi pangan secara *real-time*, serta untuk merancang intervensi yang tepat dalam mengatasi potensi krisis pangan. Selain itu, NBM juga dapat menjadi dasar untuk edukasi masyarakat mengenai pola konsumsi pangan yang sehat dan bergizi. Ke depan, penting bagi Pemerintah Kota Medan untuk terus memperbarui dan menyempurnakan NBM secara berkala, sesuai dengan dinamika dan perubahan yang terjadi di sektor pangan.

1.2.Tujuan

1. Untuk memberikan gambaran atau diskripsi penggunaan berbagai jenis bahan makanan di Kota Medan.
2. Untuk menganalisis ketersediaan energi, protein dan lemak per kapita berbagai jenis bahan makanan di Kota Medan.
3. Untuk menghasilkan suatu komposisi norma (standart) pangan untuk memenuhi kebutuhan gizi penduduk di Kota Medan

1.3.Manfaat

Manfaat dari Neraca Bahan Makanan Kota Medan Tahun 2025 adalah:

1. Dimanfaatkan untuk perumusan kebijakan pembangunan ketahanan pangan Kota Medan.
2. Sebagai instrumen evaluasi dan penyusunan perencanaan kembali ketersediaan pangan di Kota Medan.
3. Sebagai bahan acuan untuk mengukur tingkat kerawanan pangan pada wilayah tertentu di Kota Medan.



02

Tinjauan Pustaka

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Definisi dan Ruang Lingkup Neraca Bahan Makanan

Neraca Bahan Makanan (NBM) atau *Food Balance Sheet* adalah alat analisis makro yang digunakan untuk mengetahui situasi pangan suatu negara atau wilayah dalam periode tertentu, biasanya satu tahun. NBM tidak hanya berfungsi sebagai survei konsumsi, tetapi juga sebagai instrumen yang memberikan gambaran lengkap mengenai penyediaan dan pemanfaatan bahan makanan. FAO secara rutin menerbitkan data NBM secara global, dan Indonesia menyesuaikannya dengan kondisi serta data lokal yang tersedia.

Melalui NBM, kita dapat melihat bagaimana pangan diproduksi, diimpor, disimpan, diekspor, serta digunakan untuk berbagai keperluan seperti konsumsi, pakan ternak, benih, industri, dan lainnya. Dari sana, dapat diketahui pula berapa besar pangan yang benar-benar tersedia untuk dikonsumsi oleh penduduk.

NBM menyajikan dua sisi utama, yaitu penyediaan (*supply*) dan penggunaan (*utilization*) pangan. Penyediaan mencakup total produksi dalam negeri, impor, dan perubahan stok, dikurangi ekspor. Sementara itu, sisi penggunaan menggambarkan bagaimana pangan dimanfaatkan, baik untuk konsumsi manusia maupun non-manusia, seperti pakan, bibit, industri, dan limbah.

Pangan yang tersisa setelah dikurangi semua keperluan non-konsumsi dianggap sebagai pangan yang tersedia untuk dikonsumsi penduduk. Nilainya kemudian dibagi dengan jumlah penduduk pertengahan tahun untuk mendapatkan angka per kapita, baik dalam kilogram per tahun maupun gram per hari.

Selain kuantitas bahan makanan, NBM juga mengonversi angka tersebut menjadi kandungan gizi, seperti energi, protein, dan lemak per kapita per hari. Ini membantu dalam mengevaluasi kecukupan gizi secara makro.

Neraca Bahan Makanan memberikan banyak manfaat penting, di antaranya adalah:

- a. Untuk mengetahui jumlah penyediaan, penggunaan, dan ketersediaan pangan per kapita untuk konsumsi penduduk.
- b. Untuk mengevaluasi pengadaan dan penggunaan pangan.
- c. Untuk mengevaluasi tingkat ketersediaan pangan berdasarkan rekomendasi kecukupan gizi dan pola pangan harapan dari aspek ketersediaan.
- d. Untuk menjadi bahan acuan dalam perencanaan produksi/pengadaan pangan.
- e. Untuk menjadi bahan penyusunan kebijakan pangan dan gizi.

Di tingkat daerah seperti Kota Medan, metode penyusunan NBM tetap mengacu pada pedoman FAO, namun disesuaikan dengan data yang tersedia di wilayah tersebut. Penyesuaian ini memastikan bahwa data yang ditampilkan lebih

mencerminkan kondisi nyata di lapangan dan bisa digunakan secara efektif untuk kebutuhan perencanaan daerah.

2.2 Komponen Penyusun Neraca Bahan Makanan

Neraca Bahan Makanan terdiri dari 19 kolom. Seluruh kolom ini dikelompokkan ke dalam tiga bagian utama, yaitu bagian penyediaan atau pengadaan, bagian pemanfaatan atau penggunaan, serta bagian ketersediaan pangan per kapita. Secara prinsip, total angka dalam bagian penyediaan harus seimbang dengan total dalam bagian penggunaan. Bagian penyediaan mencakup data mengenai produksi (baik input maupun output), perubahan stok, impor, dan ekspor. Sementara itu, bagian penggunaan mencakup pemanfaatan untuk pakan ternak, benih, keperluan industri (baik pangan maupun non-pangan), kehilangan akibat tercecer, penggunaan lain yang belum teridentifikasi, dan jumlah pangan yang siap dikonsumsi oleh masyarakat.

1. Jenis Bahan Makanan

Jenis bahan makanan yang tercakup dalam NBM mencakup sumber pangan dari tumbuhan maupun hewan yang umum dikonsumsi oleh masyarakat. Bahan-bahan ini dikelompokkan ke dalam 11 kategori berdasarkan jenisnya, dan dilacak mulai dari tahap produksi hingga tersedia di pasaran atau siap dikonsumsi, baik dalam bentuk asli maupun produk olahannya. Produk turunan tersebut bisa termasuk dalam kelompok yang sama atau berbeda dengan bahan asalnya. Jumlah dan jenis bahan pangan yang dicakup dalam NBM tingkat provinsi, kabupaten, atau kota bisa berbeda dari NBM nasional, tergantung pada

potensi daerah dalam hal produksi dan kebiasaan konsumsi. Rincian dari masing-masing kelompok bahan makanan dapat dilihat dalam tabel di bawah ini.

Tabel 2.1. Pengelompokan Bahan Makanan dalam NBM

No.	Kelompok Bahan Makanan	Keterangan/Jenis Bahan Makanan
1.	Padi-padian	Padi-padian mencakup gabah (gabah kering giling) beserta hasil olahannya berupa beras, jagung pipilan dan jagung basah, serta gandum bersama produk turunannya seperti tepung gandum (terigu).
2.	Makanan berpati	Makanan berpati merupakan bahan pangan yang kaya akan kandungan pati dan berasal dari bagian tanaman seperti umbi atau akar, yang umumnya menjadi makanan pokok alternatif selain padi-padian. Kelompok ini mencakup ubi jalar, ubi kayu beserta produk olahannya seperti gaplek dan tapioka, serta tepung sagu yang dihasilkan dari pengolahan tanaman sagu.
3.	Gula	Kelompok ini mencakup gula pasir dan berbagai jenis gula merah, seperti gula mangkok, gula aren, gula semut, dan gula siwalan, baik yang diproduksi secara industri maupun yang diolah secara tradisional di tingkat rumah

No.	Kelompok Bahan Makanan	Keterangan/Jenis Bahan Makanan
		tangga.
4.	Buah/biji berminyak	Buah dan biji berminyak merupakan kelompok bahan pangan yang mengandung minyak dan berasal dari buah maupun biji-bijian. Komoditas dalam kelompok ini meliputi kacang tanah berkulit dan olahannya berupa kacang tanah tanpa kulit, kedelai, kacang hijau, daging kelapa (hasil olahan dari kelapa berkulit), serta kopra yang merupakan turunan dari daging kelapa.
5.	Buah-buahan	Kelompok ini mencakup alpukat, jeruk, duku, durian, jambu, mangga, nenas, pepaya, pisang, rambutan, salak, sawo, dan lainnya.
6.	Sayur-sayuran	Kelompok ini mencakup bawang merah, ketimun, kacang merah, kacang panjang, kentang, kubis, tomat, wortel, cabe, terong, petsai/sawi, bawang daun, kangkung, lobak, labu siam, buncis, bayam, bawang putih, dan lainnya.
7.	Daging	Kelompok ini mencakup daging sapi, daging kerbau, daging kambing, daging domba, daging kuda/lainnya, daging babi, daging ayam buras, daging ayam ras, daging itik, dan jeroan semua jenis.

No.	Kelompok Bahan Makanan	Keterangan/Jenis Bahan Makanan
8.	Telur	Kelompok ini mencakup telur ayam buras, telur ayam ras, teluritik, dan telur unggas lainnya.
9.	Susu	Terdiri atas susu sapi termasuk susu olahan impor yang disetarakan susu segar.
10.	Ikan	Mencakup hewan air dan organisme perairan lainnya, termasuk berbagai jenis ikan air tawar dan ikan laut, baik yang diperoleh melalui budidaya maupun hasil tangkapan, serta rumput laut.
11.	Minyak dan Lemak	Minyak nabati: minyak kacang tanah, minyak goreng kelapa, minyak goreng sawit. Lemak hewani: lemak sapi, lemak kerbau, lemak kambing, lemak domba, lemak babi.

2. Produksi

Produksi merujuk pada total hasil dari setiap jenis bahan makanan, baik dalam bentuk mentah maupun yang telah mengalami proses pengolahan. Secara umum, produksi dibagi menjadi dua kategori:

- a. Masukan (Input), merupakan bahan pangan dalam bentuk asli atau hasil olahan awal yang masih akan diproses lebih lanjut.

- b. Keluaran (Output), merupakan hasil akhir dari proses pengolahan masukan (input), atau hasil langsung dari proses produksi yang belum mengalami pengolahan lebih lanjut.

Untuk komoditas tanaman pangan, produksi mencakup seluruh hasil panen baik dari sawah maupun non-sawah. Produk turunannya dihitung menggunakan faktor konversi dan tingkat ekstraksi dari bahan pangan tersebut. Pada komoditas hortikultura, produksi mencakup seluruh hasil panen sayur dan buah segar, baik yang dipanen sekali maupun berkali-kali.

Dalam sektor peternakan, produksi mencakup daging, telur, dan susu. Untuk daging (input), dihitung dalam bentuk karkas dari semua jenis ternak, sementara output berupa daging murni. Karkas sendiri merupakan bagian tubuh ternak yang telah diproses setelah disembelih (tanpa kepala, kaki bawah, kulit, dan isi perut). Data karkas diperoleh dari pemotongan resmi dan estimasi pemotongan tidak resmi. Untuk jeroan dan lemak hewani dihitung berdasarkan presentase berat karkas dan langsung dicatat sebagai output. Telur dihitung dari total produksi unggas (ayam buras, ayam ras, dan itik), baik dari peternakan rakyat maupun perusahaan, dan dicatat sebagai output. Susu dihitung dari hasil ternak betina berupa susu segar, khususnya susu sapi, yang juga dicatat langsung sebagai output.

Untuk produksi perikanan, cakupannya adalah seluruh hasil tangkapan ikan, hewan air lainnya, dan tumbuhan air baik dari alam maupun budidaya. Data ini mencakup hasil usaha perikanan rumah tangga dan perusahaan, termasuk hasil yang dikonsumsi sendiri atau diberikan sebagai upah. Namun, saat ini data

belum mencakup seluruh tanaman air dan komoditas perikanan lainnya yang meski umum dikonsumsi, belum tersedia informasinya.

Sedangkan pada perkebunan, yang termasuk adalah hasil panen segar maupun olahan seperti gula, gula mangkok, sagu, kelapa, dan kelapa sawit. Untuk minyak nabati, umumnya dihitung dari pengolahan bahan segar, kecuali minyak sawit, yang langsung dicatat sebagai output karena data produksi sawit tersedia dalam bentuk *Crude Palm Oil* (CPO).

3. Stok dan Perubahan Stok

Stok merujuk pada jumlah bahan pangan yang dimiliki atau disimpan oleh pihak pemerintah maupun swasta, seperti di pabrik, gudang, depo, lumbung petani atau rumah tangga, serta di pasar atau pedagang, yang berfungsi sebagai cadangan dan akan digunakan jika dibutuhkan sewaktu-waktu. Data yang digunakan meliputi stok pada awal dan akhir tahun.

Perubahan stok termasuk dalam komponen penyediaan yang dapat memengaruhi jumlah total pangan yang tersedia. Perubahan ini dihitung sebagai selisih antara stok akhir tahun dan stok awal tahun. Hasilnya bisa berupa angka negatif (-) atau positif (+). Nilai negatif menunjukkan penurunan stok karena adanya pelepasan cadangan ke pasar, sehingga pasokan di pasar meningkat. Sebaliknya, nilai positif menunjukkan peningkatan stok dari pasar, yang berarti jumlah komoditas di pasar mengalami penurunan.

4. Impor

Impor dalam NBM Kabupaten merujuk pada jumlah bahan pangan baik yang masih mentah maupun yang telah diolah, yang dibawa masuk dari luar wilayah kabupaten ke dalam wilayah kabupaten tersebut, untuk keperluan perdagangan, distribusi, atau penyimpanan. Dalam NBM, impor mencakup:

- a. Bahan pangan yang langsung masuk dari luar negeri ke wilayah kabupaten yang bersangkutan; dan/atau
- b. Bahan pangan yang berasal dari wilayah administrasi lain (antar kabupaten, provinsi, atau pulau) yang masuk ke wilayah kabupaten tersebut.

5. Penyediaan Di Kota Medan Sebelum Ekspor

Penyediaan di kota sebelum ekspor merupakan sejumlah bahan makanan yang berasal dari produksi (ouput) setelah dikurangi perubahan stok ditambah impor.

6. Ekspor

Ekspor adalah kegiatan pengiriman bahan pangan, baik yang masih mentah maupun yang telah diolah dari suatu wilayah ke luar wilayah tersebut, baik ke luar negeri maupun ke daerah administratif lain, secara legal dan dengan izin resmi.

Dalam perhitungan NBM Regional/Provinsi, ekspor mencakup:

- a. Pengeluaran bahan pangan dari suatu wilayah administratif langsung ke luar negeri.

- b. Pengiriman bahan pangan dari satu wilayah administratif ke wilayah administratif lain, seperti antar kota, antar pulau, atau antar provinsi.

7. Pangan yang Tersedia Untuk Konsumsi

Hasil akhir dari Neraca Bahan Makanan (NBM) menunjukkan jumlah pangan yang tersedia untuk dikonsumsi, yang diukur dalam satuan energi, yaitu kilokalori per kapita per hari (kkal/kapita/hari). Pangan yang dimaksud merupakan total pangan yang tersedia di pasar dan dapat dikonsumsi oleh masyarakat pada waktu tertentu.

Komponen "*food*" mencakup: pangan yang tersedia di pasar untuk konsumsi langsung, pangan yang dikonsumsi di restoran, hotel, catering, serta lembaga seperti rumah sakit, asrama, dan penjara; pangan yang digunakan oleh industri makanan; serta limbah makanan di tingkat ritel dan konsumen.

Namun, ketersediaan pangan untuk dikonsumsi ini tidak sama dengan tingkat konsumsi aktual masyarakat. Umumnya, angka ketersediaan dari data NBM lebih tinggi dibandingkan angka konsumsi yang diperoleh melalui Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas). Oleh karena itu, angka dari NBM dapat dijadikan sebagai pendekatan (*proxy*) untuk konsumsi apabila data konsumsi langsung dari survei rumah tangga tidak tersedia.

8. Pemakaian di Kota Medan

Pemakaian di Kota Medan mencakup seluruh jumlah bahan makanan yang digunakan dalam wilayah tersebut untuk berbagai tujuan, antara lain: sebagai pakan, untuk industri, sebagai benih, diolah untuk makanan maupun non-makanan, bahan yang tercecer, serta penggunaan lainnya.

a. Pakan (*Feed*)

Merujuk pada bahan makanan yang diberikan langsung kepada hewan ternak, baik besar, kecil, unggas, maupun ikan. Tidak termasuk pakan hasil olahan pabrik karena itu masuk ke kategori industri non-makanan. Data pakan biasanya diperoleh dari survei peternak kecil atau masyarakat umum.

b. Penggunaan oleh Industri

Penggunaan oleh industri terdiri dari Industri Makanan dan Industri Bukan Makanan. Industri Makanan hanya digunakan untuk bahan primer yang belum bisa dikonsumsi langsung dan perlu diolah, seperti gabah menjadi beras, atau CPO menjadi minyak goreng.

c. Benih

Bagian tanaman (biasanya biji) yang sudah dipilih secara khusus untuk ditanam kembali dan diharapkan dapat meningkatkan produksi.

d. Diolah untuk Makanan

Bahan makanan yang diolah lebih lanjut melalui industri untuk kemudian dikonsumsi manusia dalam bentuk olahan lain.

e. Diolah untuk Bukan Makanan

Bahan makanan yang diproses menjadi produk untuk keperluan industri lain, bukan untuk makanan manusia, misalnya bahan baku industri pakan.

f. Tercecer

Bahan makanan yang rusak atau hilang dan tidak bisa dimakan karena kejadian tidak disengaja selama proses panen, pengolahan, penyimpanan, atau distribusi. Data bisa diperoleh dari survei rumah tangga, industri makanan, restoran, hotel, dan institusi lainnya.

g. Penggunaan Lain

Kategori ini mencakup pemakaian selain dari yang telah disebutkan di atas. Umumnya digunakan untuk bahan dengan produksi besar namun tidak langsung dikonsumsi, misalnya jagung untuk keperluan non-pangan. Juga digunakan sebagai penyeimbang neraca penyediaan dan penggunaan, khususnya untuk komoditas primer yang perlu diolah lebih dulu sebelum bisa dikonsumsi.

h. Food Tourist

Food tourist adalah makanan yang dikonsumsi oleh pengunjung/turis yang bukan penduduk asli suatu negara yang dihitung dalam periode tertentu selama mereka tinggal.

9. Ketersediaan Per Kapita

Ketersediaan per kapita menggambarkan jumlah bahan makanan yang tersedia untuk dikonsumsi oleh setiap individu dalam suatu wilayah dalam periode waktu tertentu. Ketersediaan ini dinyatakan baik dalam bentuk bahan alami maupun dalam bentuk kandungan gizinya. Unsur gizi utama yang diperhatikan meliputi:

a. Energi

Merupakan jumlah kalori yang dihasilkan dari pembakaran karbohidrat dalam berbagai jenis makanan. Energi sangat dibutuhkan tubuh untuk mendukung seluruh aktivitas.

b. Protein

Merupakan senyawa yang mengandung unsur nitrogen (N), berperan penting untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan tubuh yang rusak.

c. Lemak

Salah satu unsur zat gizi yang berfungsi sebagai cadangan energi dan membantu dalam penyerapan protein serta vitamin.

d. Vitamin

Zat gizi penting yang dibutuhkan tubuh untuk proses metabolisme dan pertumbuhan normal.

e. Mineral

Komponen penting yang mendukung kesehatan dan pertumbuhan tubuh yang optimal.

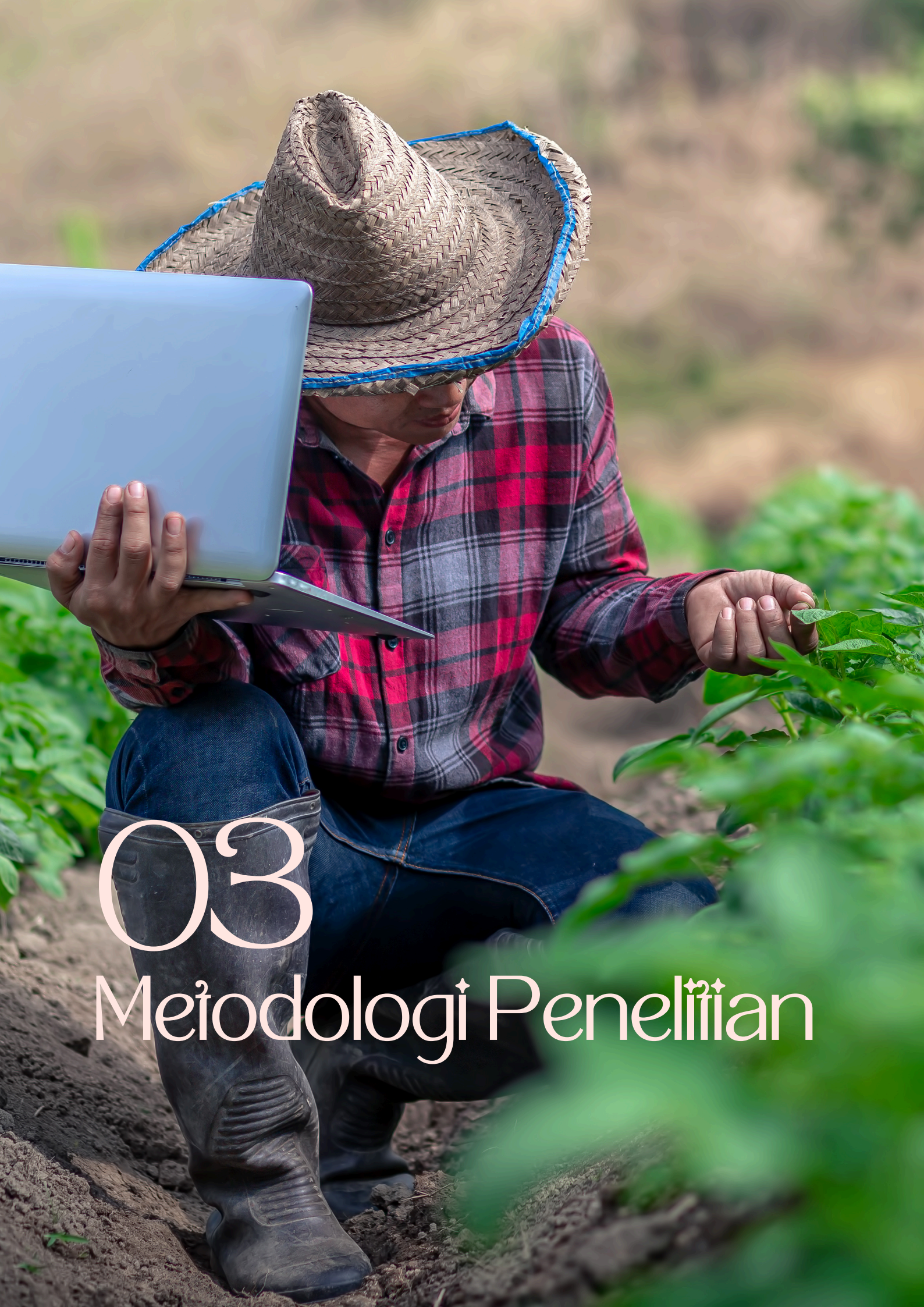
Saat ini, data yang tersedia dalam NBM baru mencakup ketersediaan energi, protein, dan lemak per kapita. Perlu dicatat bahwa angka ini hanya menunjukkan rata-rata ketersediaan pangan bagi penduduk secara umum, bukan angka konsumsi riil. Jika angka ini digunakan untuk memperkirakan tingkat konsumsi masyarakat, maka harus disadari adanya perbedaan antara ketersediaan pangan dan tingkat konsumsi aktual.

2.3 Permasalahan Dalam Neraca Bahan Makanan (NBM)

Meskipun penyusunan Neraca Bahan Makanan (NBM) telah dilakukan sejak tahun 1963, proses ini terus mengalami penyempurnaan dari waktu ke waktu guna meningkatkan ketepatan dan relevansinya. Upaya perbaikan dilakukan karena masih terdapat sejumlah kendala, seperti keterbatasan data perubahan stok untuk semua komoditas, data industri yang masih cenderung undervalue, serta angka konversi seperti untuk bibit, pakan, dan kehilangan (tercecer) yang sudah tidak sesuai dengan kondisi saat ini. Selain itu, tantangan utama lainnya adalah keterbatasan ketersediaan data produksi, perdagangan antar wilayah, dan penggunaan oleh industri. Beberapa jenis pangan yang umum dikonsumsi masyarakat tidak tersedia datanya karena tidak diproduksi di wilayah tersebut atau tidak tercatat meskipun diproduksi.

Data impor dalam Tabel NBM pun masih cenderung berlebihan (overestimate), terutama karena belum tersedianya data detail pergerakan barang di wilayah perbatasan, seperti di Kabupaten Seluma yang berbatasan langsung dengan Kota Bengkulu. Masalah lain yang juga memengaruhi akurasi NBM adalah penggunaan angka konversi lama, sebagian bahkan berasal dari studi tahun 1970-an atau berdasarkan kesepakatan tanpa dasar ilmiah yang kuat. Akibatnya, informasi mengenai ketersediaan bahan makanan menjadi kurang akurat.

Selain itu, cakupan jenis bahan makanan dalam NBM masih terbatas jika dibandingkan dengan bahan pangan yang sebenarnya dikonsumsi oleh masyarakat. Penyajian komoditas dalam tabel ini bergantung pada ketersediaan data produksi yang berkelanjutan, padahal sumber penyediaan bahan makanan tidak selalu berasal dari produksi lokal, melainkan bisa juga dari impor. Dalam praktiknya, terdapat komoditas yang banyak dikonsumsi masyarakat seperti beberapa jenis ikan dan minyak jagung, namun tidak tercantum dalam Tabel NBM. Sebaliknya, ada juga komoditas yang terdaftar dalam tabel, namun jarang atau bahkan tidak ditemukan di lapangan, seperti minyak kacang tanah.



03

Metodologi Penelitian

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Lokasi dan Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan di Kota Medan yang terdiri dari 21 Kecamatan yang ada. Ruang lingkup kegiatan Pemutakhiran Neraca Bahan Makanan Kota Medan Tahun 2025 adalah survei analisis tentang ketersediaan pangan di Kota Medan.

3.2. Metode Pengumpulan Data

Data yang diperlukan dalam penelitian ini mencakup data primer dan data sekunder. Pengumpulan data dilakukan melalui metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data primer diperoleh melalui wawancara terstruktur berdasarkan pedoman kuesioner serta observasi langsung ke sejumlah pasar tradisional dan modern, termasuk ke lumbung pangan milik pemerintah maupun swasta, untuk mengumpulkan informasi mengenai ketersediaan pangan. Data primer yang dimanfaatkan dalam penelitian ini adalah data impor dengan pendekatan berbasis pasar.

Selain itu, penelitian ini juga memerlukan data sekunder sebagai pelengkap. Data sekunder diperoleh melalui teknik dokumentasi dan mencakup informasi mengenai ketersediaan pangan di Kota Medan. Misalnya, data produksi pangan diperoleh dari Dinas Ketahanan Pangan

dan Pertanian serta Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Medan. Untuk menghitung ketersediaan pangan per kapita, digunakan data jumlah penduduk pertengahan tahun dan laju pertumbuhan penduduk yang bersumber dari Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Medan. Sementara itu, informasi terkait jumlah pasar tradisional, klasifikasi pasar, dan pasar modern diperoleh dari Dinas Koperasi, Usaha Kecil Menengah, Perindustrian, dan Perdagangan Kota Medan sebagai data pendukung untuk mengidentifikasi volume impor di wilayah tersebut.

3.3. Metode Perhitungan Neraca Bahan Makanan

Tabel NBM terbagi menjadi tiga kelompok penyajian, yaitu:

1. Penyediaan (*Supply*)

Penyediaan (*supply*) komoditas bahan makanan menunjukkan jumlah pangan yang tersedia untuk berbagai keperluan (seperti konsumsi, industri, dll) dalam suatu wilayah dan periode tertentu. Nilai penyediaan diperoleh dari produksi, perubahan stok, impor, dan ekspor, dengan bentuk persamaan penyediaan sebagai berikut:

$$TS = O - St + M - X$$

Dimana,

TS = total penyediaan dalam negeri (*total = supply*)

O = produksi

St = stok akhir – stok awal

M = impor

X = ekspor

2. Penggunaan (*Utilization*)

Total penyediaan tersebut selanjutnya akan digunakan untuk pakan, bibit, industri makanan dan non makanan, tercecer, serta bahan makanan yang tersedia untuk dikonsumsi atau pada tingkat pedagang pengecer serta penggunaan lain yang belum diketahui dengan jelas besaran penggunaannya seperti makanan turis, pengungsi, kebutuhan hotel, restoran, dan katering serta industri yang tidak tercatat. Komponen-komponen tersebut merupakan komponen penggunaan (*utilization*). Total penggunaan dapat dinyatakan dalam bentuk persamaan sebagai berikut:

$$TU = F + S + I + L + Fd + Rou$$

Dimana,

TU = total penggunaan (*total utilization*)

F = pakan

S = bibit

I = industri

L = tercecer

Fd = ketersediaan bahan makanan

Rou = penggunaan lain

Sesuai dengan prinsip neraca, maka total penyediaan bahan makanan (TS) adalah sama dengan total penggunaannya (TU), yang dapat dinyatakan dengan persamaan:

$$TS = TU$$

atau

$$O - \Delta St + M - X = F + S + I + L + Fd + Rou$$

3. Ketersediaan

Berdasarkan persamaan di atas, maka jumlah bahan makanan yang tersedia untuk dikonsumsi (Fd) yaitu:

$$Fd = O - \Delta St + M - X - (F + S + I + L + Rou)$$

Untuk mendapatkan jumlah ketersediaan bahan makanan per kapita (Fd perkapita) maka jumlah bahan makanan yang tersedia dibagi dengan jumlah penduduk, yang dapat dinyatakan dengan persamaan:

$$Fd \text{ perkapita} = \frac{Fd}{\Sigma} \text{ penduduk}$$

Informasi ketersediaan per kapita masing-masing bahan makanan ini disajikan dalam bentuk kuantum (volume) dan kandungan nilai gizinya dalam satuan kkal energi, gram protein, dan gram lemak.

4. Perlakuan Khusus

Bagi komoditi yang data produksinya tidak tersedia, perhitungan dimulai dari ketersediaan per kapita (kg/tahun). Perhitungan ini diperoleh dengan menggunakan pendekatan data konsumsi hasil susenas (modul) dimark-up 10% dengan asumsi bahwa perbedaan antara angka kecukupan energi pada tingkat konsumsi dengan angka kecukupan energi ditingkat ketersediaan sebesar 10%.

3.4. Prosedur Pengisian Tabel Neraca Bahan Makanan

Secara teori, pengisian Tabel NBM dilakukan secara sistematis, dimulai dari kolom 2 dan 3 yang berisi data produksi, kemudian dilanjutkan secara berurutan hingga kolom 19 yang menunjukkan ketersediaan per kapita untuk lemak. Namun, dalam praktiknya, tidak semua jenis bahan makanan diisi mulai dari kolom produksi. Urutan pengisian bisa berbeda tergantung pada ketersediaan data untuk masing-masing komoditas. Meski demikian, untuk jenis bahan makanan tertentu, pengisian tetap dilakukan secara berurutan dari satu kolom ke kolom berikutnya.

Adapun pengisian yang dilakukan secara berurutan kolom demi kolom, yaitu:

Kolom 1: Jenis Bahan Makanan

Tuliskan nama seluruh bahan makanan sesuai dengan kelompok komoditasnya pada kolom (1).

Kolom 2: Produksi (Masukan)

Tuliskan angka produksi yang masih akan mengalami perubahan bentuk (bila ada) pada kolom (2), sesuai dengan komoditasnya.

Kolom 3: Produksi (Keluaran)

Tuliskan pada kolom (3) angka unsur produksi yang merupakan produksi asli yang diperoleh dari kegiatan berproduksi dan belum mengalami perubahan atau produksi turunan yang sudah mengalami perubahan.

Kolom 4: Perubahan Stok

Tuliskan angka perubahan stok (bila ada) pada kolom (4) berikut tandanya: negatif (-) atau positif (+).

Kolom 5: Impor

Tuliskan pada kolom (5) angka jumlah bahan makanan yang masuk dari negara lain atau wilayah lain baik melalui darat, perairan maupun udara.

Kolom 6: Penyediaan dalam negeri sebelum ekspor

Tuliskan pada kolom (6) angka hasil dari produksi (keluaran) kolom (3) dikurangi perubahan stok kolom (4) ditambah impor kolom (5).

Kolom 7: Ekspor

Tuliskan pada kolom (7) angka jumlah bahan makanan yang dikeluarkan dari wilayah administrasi/daerah ke luar negeri maupun ke wilayah lain baik melalui darat, perairan maupun udara.

Kolom 8: Penyediaan dalam negeri

Tuliskan pada kolom (8) angka hasil dari penyediaan dalam negeri sebelum ekspor kolom (6) dikurangi ekspor kolom (7).

Kolom 9: Pakan

Tuliskan angka pakan pada kolom (9).

Kolom 10: Bibit/Benih

Tuliskan angka kebutuhan bibit pada kolom (10)

Kolom 11: Diolah untuk makanan

Tuliskan pada kolom (11) angka banyaknya komoditas bahan makanan yang berasal dari penyediaan dalam negeri yang diolah untuk makanan

Kolom 12: Diolah untuk bukan makanan

Tuliskan pada kolom (12) angka banyaknya komoditas bahan makanan yang berasal dari penyediaan dalam negeri yang diolah untuk keperluan bukan makanan.

Kolom 13: Tercecer

Tuliskan pada kolom (13) angka hasil perkalian persentase tercecer dengan penyediaan dalam negeri untuk masing – masing komoditas.

Kolom 14: Bahan makanan

Tuliskan pada kolom (14) angka jumlah bahan makanan yang tersedia untuk dikonsumsi penduduk. Angka tersebut merupakan hasil dari : kolom (8) – kolom (9) – kolom (10) – kolom (11) – kolom (12) – kolom (13).

Kolom 15: kg/Tahun (*kg/year*)

Tuliskan pada kolom (15) angka hasil pembagian kolom (14) dengan jumlah penduduk pertengahan tahun. $\text{Kg/Tahun} = \text{kolom (14)} : \text{penduduk pertengahan tahun} \times 1.000$ dikalikan 1.000 karena konversi dari satuan ton ke kilogram. dikalikan 1.000 karena konversi dari satuan ton ke kilogram.

Kolom 16: gram/Hari (*gram/day*)

Tuliskan pada kolom (16) angka hasil pembagian kolom (15) dengan jumlah hari dalam satu tahun dikali 1.000. Gram/Hari = {kolom (15) : 365} x 1.000. Dikalikan 1.000 karena konversi dari kilogram ke gram.

Kolom 17: Energi, kkal/Hari (*Energi, kkal/Day*)

Tuliskan pada kolom (17) angka hasil perkalian kolom (16) dengan persen bagian yang dapat dimakan (bdd), kemudian dikalikan dengan kandungan energi dari 100 gram bahan makanan, dibagi 100. Energi, Kalori/Hari = kol (16) x % bdd x kandungan energi : 100

Kolom 18: Protein, gram/Hari (*Protein, kkal/Day*)

Tuliskan pada kolom (18) angka hasil perkalian (16) dengan persen bagian yang dapat dimakan (bdd), kemudian dikalikan dengan kandungan protein dari 100 gram bahan makanan, dibagi 100. Protein, Gram/Hari= kol (16) x % bdd x kandungan protein : 100

Kolom 19: Lemak, gram/Hari (*Fats, gram/Day*)

Tuliskan pada kolom (19) angka hasil perkalian kolom (16) dengan persen bagian yang dapat dimakan (bdd), kemudian dikalikan dengan kandungan lemak dari 100 gram bahan makanan, dibagi 100. Lemak, grhari= kol(16) % bdd x kandungan lemak.

Ketersediaan per kapita yang tercantum pada kolom (15) hingga kolom (19) menunjukkan jumlah bahan makanan yang tersedia untuk dikonsumsi oleh setiap penduduk. Perlu dipahami bahwa angka tersebut tidak merepresentasikan konsumsi aktual, melainkan ketersediaan di tingkat pengecer. Hingga saat ini, pengisian Tabel NBM baru mencakup sampai kolom (19) dan belum mencantumkan data mengenai ketersediaan vitamin dan mineral.

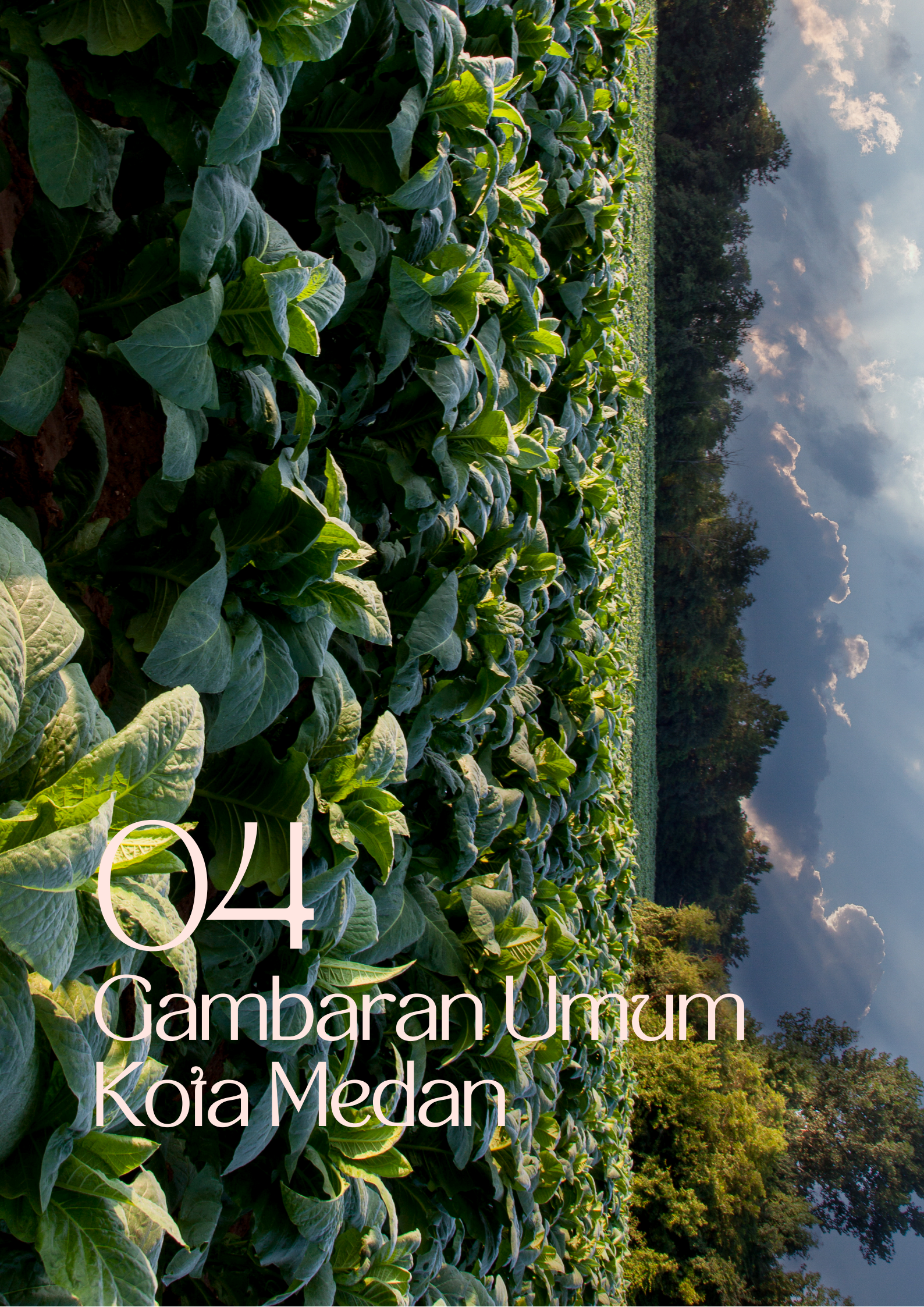
3.5. Sumber Data dan Informasi

Data yang digunakan untuk menyusun Neraca Bahan Makanan ini diperoleh dari Dinas Pertanian, Peternakan dan Perkebunan, Dinas Perikanan dan Kelautan, Dinas Perindustrian dan Perdagangan, Dinas Kesehatan, Kantor Ketahanan Pangan Daerah, Bada Pusat Statistik, dan lain-lain. Data-data tersebut diklasifikasikan menjadi data produksi dan data ekspor/impor, kemudian dianalisis secara deskriptif. Secara rinci jenis dan sumber data dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.1. Jenis dan Suber Data

No.	Jenis Data	Sumber Data
1.	Produksi Padi dan palawija Sayuran dan buah- buahan Komoditas Perkebunan Komoditas Peternakan Komoditas Perikanan	Ditjen Tanaman Pangan Kementerian Pertanian Ditjen Horikultura Kementerian Pertanian Ditjen Perkebunan Kementerian Pertanian Ditjen Peternakan dan Kesehatan Hewan Kementerian Pertanian Kementerian Kelautan dan Perikanan
2.	Impor dan Ekspor	Badan Pusat Statistik dan Kementerian Perdagangan
3.	Stok Beras, jagung, terigu, daging sapi, daging kerbau, telur ayam ras, bawang merah, bawang putih, gula dan minyak sawit	Badan Urusan Logistik
4.	Bibit padi dan palawija	Badan Pusat Statistik atau Ditjen Tanaman Pangan Kementerian Pertanian
5.	Industri	Badan Pusat Statistik

No.	Jenis Data	Sumber Data
6.	Konsumsi rumah tangga	Badan Pangan Nasional
7.	Besaran dan angka konversi	Berdasarkan hasil kajian dan studi serta pendekatan-pendekatan dari instansi terkait.
8.	Penduduk	Badan Pusat Statistik Kota Medan
9.	Komposisi gizi	Daftar Komposisi Bahan Makanan, Diolah Pusat Penganeekaragaman Konsumsi dan Keamanan Pangan BKP Kementerian Pertanian



04

Gambaran Umum Kota Medan

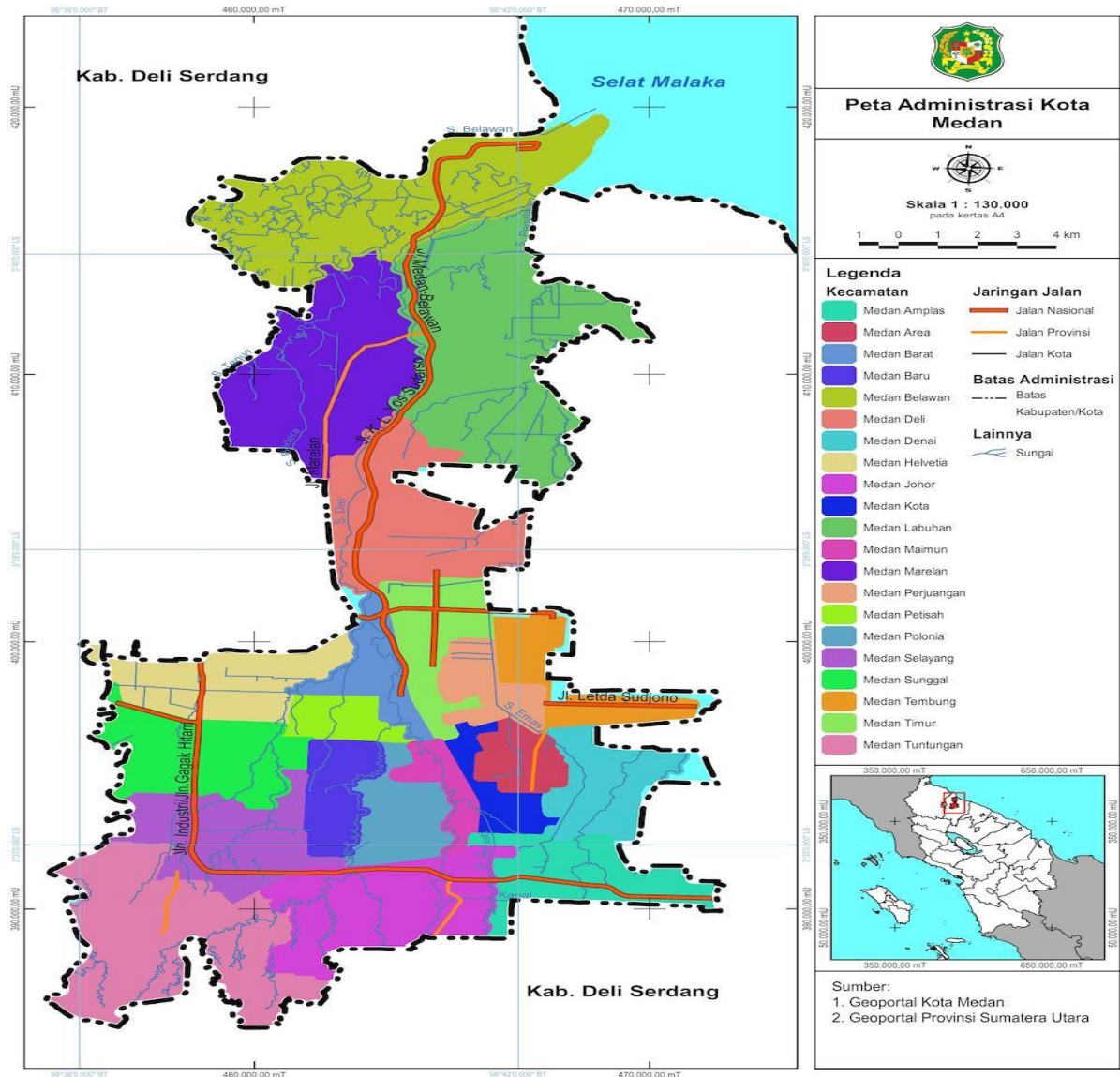
BAB IV

GAMBARAN UMUM KOTA MEDAN

4.1. Letak Geografis dan Administratif

Kota Medan merupakan ibu kota Provinsi Sumatera Utara yang terletak di bagian utara Pulau Sumatera. Secara geografis, kota ini berada pada posisi 3°35'–3°47' Lintang Utara dan 98°35'–98°44' Bujur Timur. Luas wilayah Kota Medan mencapai sekitar 265,10 km² dan terbagi ke dalam 21 kecamatan dan 151 kelurahan. Wilayah Kota Medan berbatasan langsung dengan Kabupaten Deli Serdang di sebelah timur, selatan, dan barat, serta Selat Malaka di sebelah utara melalui akses Pelabuhan Belawan. Letak strategis ini menjadikan Medan sebagai pusat aktivitas ekonomi, perdagangan, dan jasa di wilayah barat Indonesia, serta sebagai pintu gerbang internasional melalui Bandar Udara Internasional Kualanamu dan Pelabuhan Belawan. Kedua infrastruktur ini menghubungkan Kota Medan dengan negara-negara di kawasan ASEAN serta kota-kota besar di Indonesia. Peta administrasi Kota Medan dijelaskan pada gambar 4.1 berikut:

PEMUTAKHIRAN NERACA BAHAN MAKANAN (NBM)
KOTA MEDAN



Gambar 4.1. Peta Administrasi Kota Medan

a. Keadaan Administratif

Secara administratif, Kota Medan terdiri dari 21 kecamatan dan 151 kelurahan. Kecamatan-kecamatan seperti Medan Tuntungan, Medan Marelan, Medan Helvetia, dan Medan Johor mengalami pertumbuhan kawasan permukiman baru sebagai dampak dari peningkatan jumlah penduduk dan ekspansi wilayah urban. Berdasarkan data proyeksi BPS, jumlah penduduk Kota Medan pada tahun 2025 diperkirakan mencapai lebih dari 2.565.000 jiwa,

dengan tingkat kepadatan penduduk mencapai hampir 10.000 jiwa per kilometer persegi. Penduduk Medan dikenal sangat heterogen, terdiri dari berbagai etnis seperti Batak (Toba, Karo, Simalungun, dan Mandailing), Jawa, Melayu, Tionghoa, Minangkabau, Aceh, dan lainnya. Keberagaman ini telah lama menjadi fondasi kehidupan sosial masyarakat Kota Medan dan menciptakan dinamika budaya yang unik. Kota ini dikenal sebagai pusat toleransi, di mana berbagai rumah ibadah berdiri berdampingan, dan tradisi keagamaan maupun adat masing-masing etnis dapat hidup secara harmonis. Pemerintahan Kota Medan dipimpin oleh Wali Kota dan Wakil Wali Kota, yang secara struktural bertanggung jawab langsung kepada Gubernur Sumatera Utara. Struktur pemerintahan kota juga didukung oleh organisasi perangkat daerah (OPD) yang melayani kebutuhan administrasi, pembangunan, dan pelayanan publik.

b. Kondisi Geografis

Penduduk Kota Medan pada tahun 2025 diperkirakan berjumlah sekitar 2.565.000 jiwa, dengan laju pertumbuhan penduduk tahunan sekitar 1,3%. Tingginya pertumbuhan penduduk ini dipengaruhi oleh urbanisasi dan migrasi dari kabupaten sekitar serta provinsi lain. Tingkat kepadatan penduduk mencapai lebih dari 9.600 jiwa/km², menjadikan Medan sebagai kota terpadat di luar Pulau Jawa. Struktur usia menunjukkan dominasi kelompok usia produktif (15–64 tahun), yaitu sebesar 67%, yang menandakan potensi besar dalam pembangunan ekonomi dan sosial. Namun, tingginya kepadatan juga berimplikasi pada meningkatnya kebutuhan akan perumahan, transportasi, dan fasilitas sosial dasar.

4.2. Kondisi Ekonomi

Dari sisi ekonomi, Kota Medan mencatatkan kontribusi signifikan terhadap PDRB Provinsi Sumatera Utara. Struktur ekonomi Medan didominasi oleh sektor perdagangan besar dan eceran, jasa keuangan, transportasi dan pergudangan, serta industri pengolahan. Sektor perdagangan menjadi tulang punggung utama dengan kontribusi sekitar 26% terhadap total PDRB kota, diikuti oleh industri pengolahan sebesar 19% dan sektor transportasi sekitar 15%. Kegiatan ekonomi banyak terpusat di pasar-pasar tradisional seperti Pasar Petisah, Pasar Simpang Limun, dan Pasar Sukaramai, serta pusat perbelanjaan modern seperti Sun Plaza, Centre Point, dan Plaza Medan Fair. Selain itu, Medan juga menjadi pusat UMKM, dengan ribuan pelaku usaha kecil dan menengah yang bergerak di bidang kuliner, kerajinan tangan, fashion, dan jasa. Pada tahun 2025, pertumbuhan ekonomi Kota Medan diperkirakan mencapai 5,5% per tahun, mencerminkan pemulihan ekonomi pasca pandemi COVID-19 dan peningkatan aktivitas konsumsi serta investasi, khususnya di sektor properti, infrastruktur, dan logistik. Transformasi digital juga mempercepat pengembangan ekosistem e-commerce dan ekonomi kreatif di kalangan generasi muda Medan.

4.3. Sosial dan Budaya

Kondisi sosial dan budaya Kota Medan memperlihatkan keberagaman yang menyatu dalam kehidupan masyarakat sehari-hari. Aktivitas kebudayaan dari berbagai suku dan agama menjadi warna tersendiri dalam wajah kota ini. Festival seperti Pesta Danau Toba, Cap Go Meh, Pekan Budaya Melayu, dan Festival Kuliner Nusantara kerap diadakan untuk menarik wisatawan sekaligus

menguatkan identitas budaya lokal. Sektor pariwisata Medan berkembang dengan didukung oleh hotel-hotel modern, restoran, dan akses transportasi yang semakin baik. Namun demikian, Kota Medan tetap menghadapi tantangan di bidang sosial, terutama dalam pengentasan kemiskinan, pengangguran, dan pengurangan kesenjangan akses layanan pendidikan dan kesehatan di daerah-daerah pinggiran kota. Program-program pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan keterampilan, beasiswa pendidikan, dan bantuan sosial tetap menjadi fokus dalam kebijakan Pemerintah Kota.

4.4. Arah Pembangunan Kota

Arah pembangunan Kota Medan tahun 2025 difokuskan pada tiga pilar utama, yaitu:

1. Penguatan tata kelola pemerintahan berbasis digital (Medan Smart City),
2. Peningkatan kualitas layanan publik dan infrastruktur dasar,
3. Pengembangan ekonomi kreatif, UMKM, dan pariwisata berkelanjutan.

Selain itu, pemerintah juga menargetkan peningkatan kualitas hidup warga melalui penyediaan perumahan layak, akses pendidikan yang merata, serta sistem kesehatan yang tangguh dan terjangkau.



05

Hasil dan
Pembahasan

BAB 5

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1. Analisis Neraca Bahan Makanan (NBM)

Informasi ketersediaan pangan dalam suatu wilayah penting untuk diketahui dengan tujuan mengetahui bagaimana penyediaan pangan bagi seluruh masyarakat dalam suatu wilayah, dan juga dapat menggambarkan keadaan penyediaan (*supply*) dan pemakaian (*utilization*) pangan di Kota Medan, dan merupakan salah satu sumber data dan informasi pangan tentang produksi pangan, impor (*imports*) dan ekspor (*exports*) bahan pangan, pemakaian (untuk bibit, untuk diolah dan untuk bahan makanan), dan ketersediaan per kapita (kalori, protein dan lemak). Standar Angka Kecukupan Gizi (AKG) tingkat ketersediaan Nasional (WNPG XI Tahun 2018) merekomendasikan penetapan angka kecukupan Gizi (AKG) yang terdiri atas Angka Kecukupan Energi (AKE) dan Angka Kecukupan Protein (AKP) dari hasil tersebut AKE diterapkan sebesar 2150 Kkal/Kap/hari dengan tingkat ketersediaan sebesar 2400 kkal/kap/hari dengan tingkat ketersediaan protein sebesar 63 gram/kap/hari (Nugroho, Fahriyah & Asmara, 2016). Standar ini dapat dijadikan acuan perbandingan untuk menilai status gizi rata-rata masyarakat di suatu daerah.

Melalui Neraca Bahan Makanan (NBM) Kota Medan tahun 2025, dapat diketahui bahwa ketersediaan pangan di Kota Medan berasal dari sumber pangan nabati dan hewani. Sumber bahan makanan tersebut dikelompokkan dalam 11 bahan pangan baik berasal dari produk domestik maupun impor. Sumber pangan nabati terdiri atas kelompok pangan padi-padian, makanan berpati, gula, buah

atau biji berminyak, buah-buahan, sayuran, dan sebagian kelompok minyak dan lemak. Sumber pangan hewani terdiri atas kelompok pangan daging, telur, susu, ikan, dan sebagian kelompok minyak dan lemak. Sebagian kelompok pangan minyak dan lemak yang termasuk sumber pangan nabati adalah kacang tanah, kopra, dan minyak sawit. Sebagian kelompok minyak dan lemak yang termasuk sumber pangan hewani adalah lemak sapi, lemak kerbau, lemak kambing, dan lemak domba.

Analisa Neraca Bahan Makanan (NBM) dilakukan dalam periode tahunan, sehingga diperoleh informasi kinerja persediaan pangan dalam satu tahun. Berdasarkan hal tersebut, berikut informasi ketersediaan pangan Kota Medan tahun 2025.

5.1.1. Neraca Bahan Makanan Tahun 2025

Ketersediaan energi total di Kota Medan pada tahun 2025 berdasarkan analisis yang telah dilakukan menunjukkan angka 4.804,66 kkal/kapita/hari dimana kelompok pangan padi-padian menyumbang 56,96% dari total energi keseluruhan atau sebesar 2.736,76 kkal/kapita/hari. Total ketersediaan proteinnya adalah sebesar 168,1 gram/kapita/hari dimana kelompok pangan padi-padian juga menyumbang sebesar 40,48% dari total ketersediaan protein atau sebesar 68,63 gram/kapita/hari. Ketersediaan lemak total pada tahun 2025 diketahui sebesar 143,3 gram/kapita/hari dimana 53,01 % dari total atau sebesar 76 gram/kapita/hari dihasilkan oleh kelompok pangan minyak dan lemak. Berikut data ketersediaan pangan Kota Medan tahun 2025.

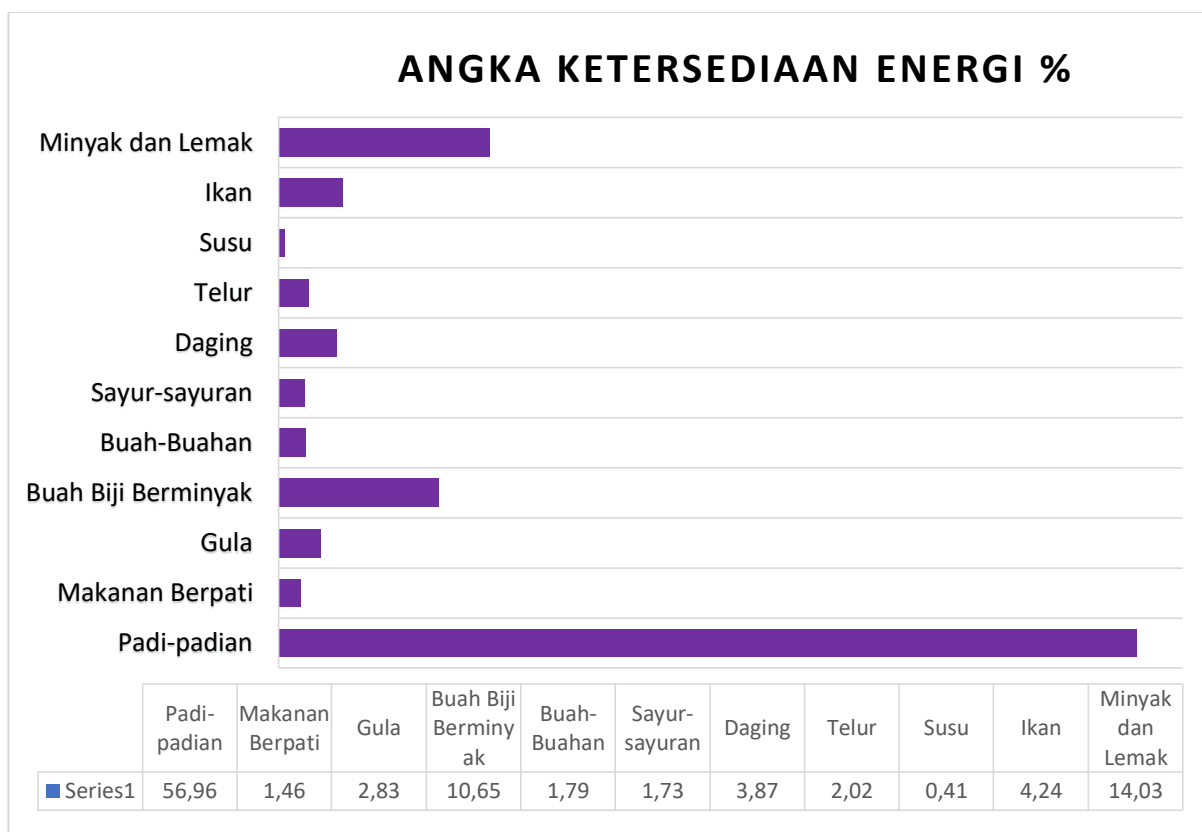
Tabel 5.1. Ketersediaan Pangan Kota Medan Tahun 2025

Kelompok Bahan Pangan	Ketersediaan per Kapita					
	Energi		Protein		Lemak	
	Kalori	%AKE	Gram/hari	%	Gram/hari	%
Padi-padian	2.736,76	56,96	68,63	40,48	10,1	7,05
Makanan Berpati	70	1,46	1	0,60	0	0
Gula	136	2,83	0	0	0	0
Buah Biji Berminyak	512	10,65	35	20,82	28	19,54
Buah-Buahan	86	1,79	1	0,60	0	0
Sayur-sayuran	83	1,73	4,6	2,74	1,5	1,05
Daging	186	3,87	12	7,14	15	10,47
Telur	97	2,02	7,4	4,40	7	4,89
Susu	19,9	0,41	1	0,60	1,1	0,77
Ikan	204	4,24	36,5	21,72	4,6	3,21
Minyak dan Lemak	674	14,03	0,97	0,58	76	53,01
Total	4.804,66	100,00	168,1	100,00	143,3	100,00

Sumber: Data diolah 2025

Berdasarkan hasil ketersediaan pangan pada tabel tersebut, persentase penyediaan kalori, protein, dan lemak dari masing-masing kelompok pangan di Kota Medan tahun 2025 dijelaskan sebagai berikut:

A. Ketersediaan Energi



Gambar 5.1. Persentase Ketersediaan Energi Kota Medan, 2025 (diolah)

Berdasarkan gambar 1. ketersediaan pangan per kapita, dapat disimpulkan bahwa ketersediaan energi masyarakat secara umum telah mencukupi kebutuhan harian. Hal ini terlihat dari total energi sebesar 4.804,66 kalori per kapita per hari, yang setara dengan 100% dari Angka Kecukupan Energi (AKE). Artinya, dari sisi kuantitas, masyarakat secara agregat sudah memiliki akses terhadap energi pangan yang memadai. Namun, jika ditinjau lebih dalam, pola ketersediaan energi ini masih sangat didominasi oleh kelompok padi-padian, terutama beras, yang menyumbang sebesar 2.736,76 kalori atau 56,96% dari total energi. Dominasi ini menunjukkan bahwa struktur pangan masyarakat

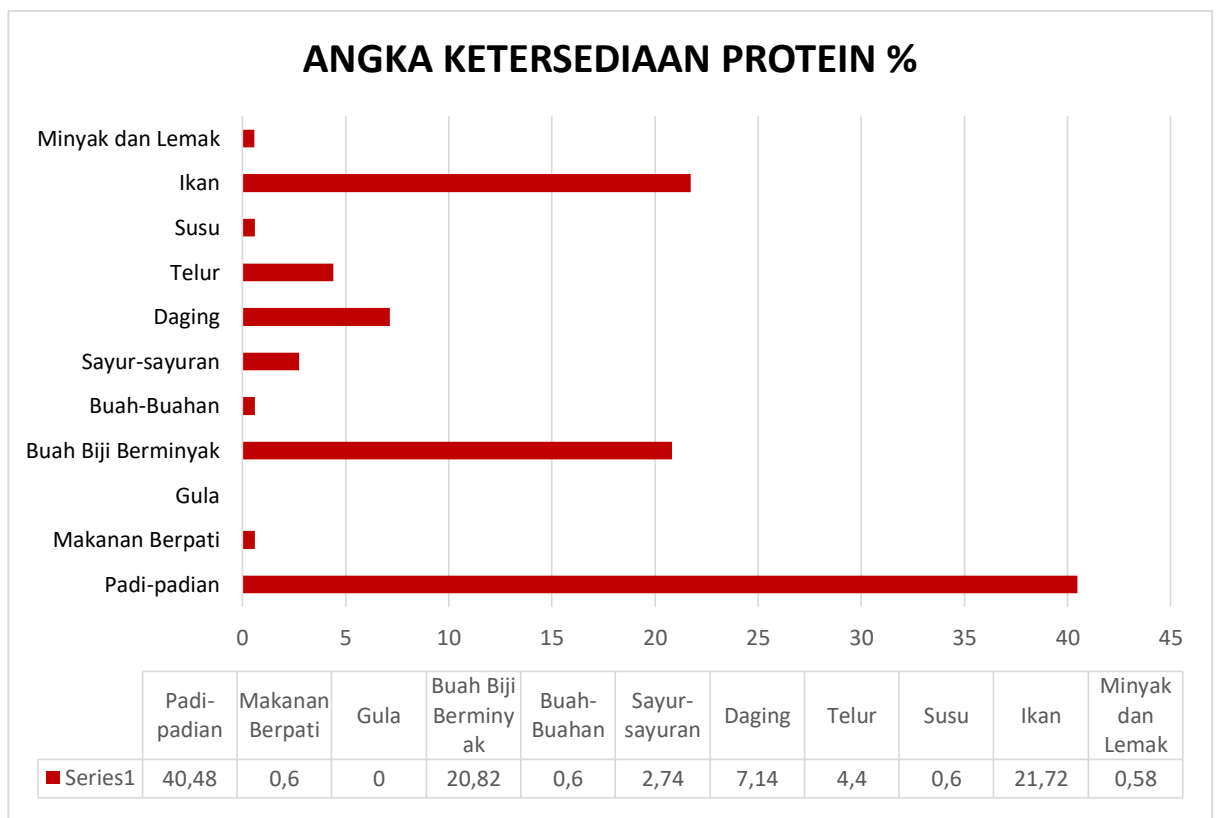
Indonesia sangat bergantung pada satu jenis bahan pokok sebagai sumber utama energi, yang mencerminkan kurangnya keberagaman konsumsi pangan.

Selain padi-padian, sumber energi terbesar kedua berasal dari minyak dan lemak yang menyumbang 674 kalori atau 14,03%, diikuti oleh buah biji berminyak sebesar 512 kalori atau 10,65%. Sementara itu, kelompok pangan yang sering dianggap sebagai sumber gizi penting lainnya, seperti daging, ikan, telur, susu, buah, dan sayur, justru memberikan kontribusi yang jauh lebih kecil terhadap total energi, yaitu di bawah 5% masing-masing. Misalnya, ikan hanya menyumbang 4,24%, daging 3,87%, dan telur 2,02%. Bahkan, buah dan sayuran yang penting sebagai sumber vitamin dan serat hanya menyumbang energi sekitar 1,7%–1,8%. Kondisi ini mencerminkan bahwa konsumsi pangan masih belum seimbang secara kualitas, meskipun secara kuantitas mencukupi. Pola ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain ketersediaan dan keterjangkauan ekonomi dari pangan sumber protein hewani dan nabati yang cenderung lebih mahal dibandingkan dengan padi-padian, serta budaya makan masyarakat yang telah terbentuk sejak lama dan berorientasi pada nasi sebagai makanan pokok utama.

Di sisi lain, tingginya konsumsi energi dari minyak dan lemak dapat menjadi perhatian tersendiri karena meskipun menyumbang energi yang besar, lemak berlebih dalam pola konsumsi bisa memicu masalah kesehatan seperti obesitas dan penyakit tidak menular. Oleh karena itu, meskipun dari segi energi kebutuhan masyarakat terpenuhi, pola ketersediaan pangan masih belum mencerminkan prinsip gizi seimbang. Ketergantungan pada satu sumber pangan

juga membuat sistem pangan nasional rentan terhadap gangguan seperti gagal panen, bencana alam, atau perubahan iklim. Untuk itu, diperlukan upaya diversifikasi konsumsi dan produksi pangan melalui edukasi gizi, peningkatan akses terhadap sumber pangan berprotein dan berserat, serta pengembangan sektor pertanian yang mendukung keberagaman bahan pangan lokal. Diversifikasi tidak hanya penting untuk meningkatkan kualitas gizi masyarakat, tetapi juga sebagai strategi jangka panjang dalam memperkuat ketahanan pangan nasional.

B. Ketersediaan Protein



Gambar 5.2. Persentase Ketersediaan Protein Kota Medan, 2025 (diolah)

Berdasarkan gambar 2. ketersediaan pangan per kapita, total ketersediaan protein per hari mencapai 168,1 gram, yang berarti 100% dari kebutuhan protein harian penduduk telah terpenuhi secara kuantitatif. Namun,

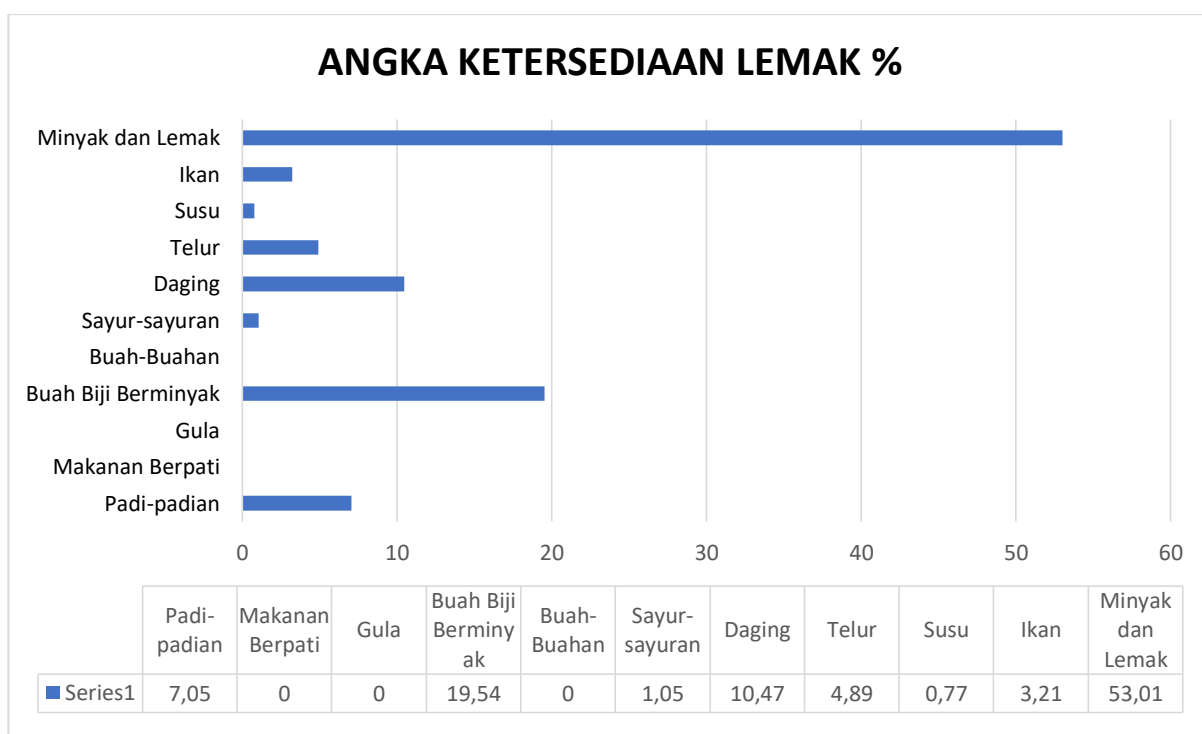
apabila ditelusuri lebih dalam berdasarkan sumbernya, terlihat bahwa komposisi penyumbang protein masih belum merata, dan sangat bergantung pada beberapa kelompok pangan tertentu, dengan dominasi dari kelompok padi-padian dan ikan.

Kontribusi protein terbesar berasal dari padi-padian dengan total 68,63 gram atau 40,48% dari total protein, diikuti oleh ikan sebesar 36,5 gram (21,72%). Selanjutnya, buah/biji berminyak menyumbang 35 gram (20,82%), yang juga merupakan kontribusi yang signifikan. Sumber protein hewani lainnya seperti daging (12 gram atau 7,14%), telur (7,4 gram atau 4,40%), dan susu (1 gram atau 0,60%) memberikan kontribusi yang lebih kecil. Sedangkan kelompok sayuran dan buah-buahan hanya menyumbang protein dalam jumlah sangat kecil (masing-masing kurang dari 5%), dan makanan berpati serta gula tidak memberikan kontribusi yang berarti terhadap asupan protein.

Dari pola tersebut, terlihat bahwa ketersediaan protein masyarakat sangat bertumpu pada sumber nabati, terutama dari padi-padian dan buah biji berminyak. Sementara itu, konsumsi protein hewani masih tergolong rendah, padahal protein hewani mengandung asam amino esensial yang lebih lengkap dan lebih mudah diserap tubuh. Kondisi ini menunjukkan bahwa kualitas protein yang tersedia belum optimal, meskipun secara jumlah sudah mencukupi. Ketidakseimbangan ini kemungkinan disebabkan oleh faktor harga, aksesibilitas, dan kebiasaan konsumsi masyarakat yang lebih mengandalkan pangan nabati karena lebih murah dan lebih mudah diperoleh dibandingkan protein hewani seperti daging, ikan laut, atau susu.

Kesimpulannya, meskipun ketersediaan protein secara total sudah memadai, komposisinya masih belum ideal untuk mendukung pola makan bergizi seimbang, karena didominasi oleh sumber nabati. Untuk meningkatkan kualitas gizi masyarakat, perlu didorong peningkatan konsumsi protein hewani yang lebih berkualitas melalui edukasi gizi, diversifikasi konsumsi pangan, dan perbaikan akses terhadap sumber protein hewani yang terjangkau. Selain itu, pengembangan produksi lokal seperti peternakan rakyat, perikanan, dan budidaya kacang-kacangan juga bisa menjadi solusi jangka panjang guna menciptakan sistem pangan yang berkelanjutan dan bernutrisi tinggi.

C. Ketersediaan Lemak



Gambar 5.3. Persentase Ketersediaan Lemak Kota Medan, 2025 (diolah)

Berdasarkan gambar 3. ketersediaan pangan per kapita, dapat disimpulkan bahwa total ketersediaan lemak per kapita per hari adalah 143,3

gram, yang setara dengan 100% dari kebutuhan harian lemak. Artinya, secara kuantitatif, ketersediaan lemak bagi masyarakat sudah mencukupi, bahkan cenderung tinggi. Namun, jika dilihat dari distribusi sumbernya, ketersediaan lemak sangat tidak merata dan didominasi oleh satu kelompok pangan, yaitu minyak dan lemak.

Kontribusi terbesar terhadap total lemak berasal dari kelompok minyak dan lemak, yaitu sebesar 76 gram atau 53,01% dari total ketersediaan lemak. Ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh lemak yang tersedia berasal dari minyak nabati, margarin, atau bahan sejenis. Sumber lemak terbesar berikutnya adalah buah/biji berminyak (28 gram atau 19,54%) dan daging (15 gram atau 10,47%). Sementara itu, ikan hanya menyumbang 4,6 gram (3,21%), telur 7 gram (4,89%), dan susu 1,1 gram (0,77%). Kelompok lain seperti padi-padian, sayur, buah, makanan berpati, dan gula memberikan kontribusi yang sangat kecil bahkan mendekati nol.

Kondisi ini menunjukkan bahwa pola konsumsi lemak masyarakat sangat bertumpu pada sumber lemak tambahan seperti minyak goreng atau santan, bukan dari sumber protein hewani yang juga mengandung lemak dan gizi lainnya. Hal ini bisa berisiko karena konsumsi lemak dari minyak berlebih, terutama jika berasal dari lemak jenuh atau digunakan berulang kali (misalnya dalam penggorengan), dapat meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti obesitas, kolesterol tinggi, dan penyakit jantung. Di sisi lain, rendahnya kontribusi lemak dari sumber hewani atau nabati alami seperti ikan, susu, dan kacang-

kacangan juga menunjukkan bahwa konsumsi pangan yang mengandung lemak berkualitas tinggi masih rendah.

Dengan demikian, meskipun ketersediaan lemak secara total sudah mencukupi, komposisinya belum mencerminkan pola konsumsi lemak yang sehat dan seimbang. Pemerintah dan masyarakat perlu mendorong pergeseran pola makan dari dominasi lemak tambahan menuju lemak alami yang lebih bergizi, serta mengedukasi pentingnya konsumsi lemak dalam jumlah dan jenis yang tepat untuk menjaga kesehatan jangka panjang. Diversifikasi konsumsi dan peningkatan akses terhadap sumber lemak sehat seperti ikan, kacang-kacangan, dan susu juga menjadi langkah penting dalam memperbaiki struktur gizi masyarakat.

5.2. Ketersediaan Pangan Berdasarkan Kelompok Bahan Makanan

Ketersediaan pangan merujuk pada tersedianya pangan secara fisik di suatu wilayah yang bersumber dari produksi lokal, impor, maupun bantuan pangan. Keberadaan pangan yang cukup ini harus mampu diakses oleh setiap individu agar kebutuhan pangan masyarakat, rumah tangga, hingga perseorangan dapat terpenuhi secara berkelanjutan, baik dari sisi kuantitas maupun kualitas gizinya. Akses terhadap pangan tidak hanya bergantung pada jumlah yang tersedia, tetapi juga pada kemampuan masyarakat untuk memperolehnya secara terus-menerus. Oleh karena itu, pencapaian target ketersediaan pangan per kapita yang sesuai dengan standar kebutuhan gizi sangat penting untuk menjamin kecukupan konsumsi masyarakat.

Menurut pedoman Badan Ketahanan Pangan (2019), untuk mencapai kecukupan pangan yang mendukung gizi seimbang, diperlukan standar penyediaan pangan per kapita per tahun. Komponen pangan yang dinilai mencakup 11 kelompok utama, yakni: padi-padian, makanan berpati, gula, buah/biji berminyak, buah-buahan, sayuran, daging, telur, susu, ikan, serta minyak dan lemak. Semua bahan makanan tersebut, baik nabati maupun hewani, dihitung dalam satuan energi (kalori) sesuai kandungan gizinya masing-masing.

Sebagai upaya menjaga keseimbangan gizi, pemerintah menargetkan penyediaan energi sebesar 2.400 kkal per kapita per hari dan protein sebesar 63 gram per kapita per hari. Target ini menjadi acuan dalam mengukur kontribusi masing-masing kelompok pangan terhadap total kebutuhan energi, protein, dan lemak. Melalui data penggunaan pangan domestik atau *domestic utilization* yang meliputi konsumsi langsung, pakan, bibit, produk non-makanan, kehilangan, dan limbah, dapat dihitung seberapa besar porsi dari setiap komoditas yang benar-benar tersedia dan dikonsumsi oleh masyarakat.

Ketersediaan pangan yang cukup dan beragam sangat krusial dalam mewujudkan ketahanan pangan yang kokoh. Dengan keseimbangan antara jumlah yang tersedia dan mutu gizinya, maka pemenuhan pangan masyarakat akan berdampak langsung pada peningkatan kesehatan, produktivitas, dan kesejahteraan secara keseluruhan. Pemerintah daerah dan pusat perlu terus memperkuat sistem informasi pangan berbasis NBM agar perencanaan dan pengambilan keputusan dapat lebih tepat sasaran, berorientasi pada gizi

seimbang, serta responsif terhadap tantangan produksi dan distribusi pangan yang terus berubah.

5.2.1. Ketersediaan Padi-Padian (*Cereals*)

Kelompok padi-padian merupakan sumber pangan utama yang sangat penting dalam pemenuhan kebutuhan gizi masyarakat Kota Medan. Kelompok ini mencakup beberapa komoditas sereal seperti beras, jagung, dan tepung gandum yang merupakan sumber utama karbohidrat sebagai pemasok energi bagi tubuh. Berdasarkan data Neraca Bahan Makanan (NBM) Kota Medan tahun 2025, kelompok padi-padian menunjukkan kontribusi tertinggi dalam penyediaan pangan, baik dari sisi energi, protein, maupun lemak. Total penyediaan bahan makanan dari kelompok ini mencapai 753.084 ton per tahun, dengan rata-rata konsumsi per kapita sebesar 281,63 gram per hari.

**Tabel 5.2. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Padi-padian
Tahun 2025**

Jenis Bahan Makanan <i>Commodity</i>	Penyediaan <i>Supply Available</i> (Ton)	Ketersediaan untuk konsumsi per kapita <i>Per Capita Consumption Availability</i>				
		kg/thn <i>kg/year</i>	gr/hari <i>gr/day</i>	Energi Kal/hari <i>Cal/day</i>	Protein <i>Proteins</i> gr/day	Lemak <i>Fats</i> gr/day
I	PADI-PADIAN/CEREALS					
1	Padi gagang/gabah <i>Dry stalk paddy/unhusked rice</i>	22,313	0	0	0	0
2	Gabah/Beras <i>Unhusked rice/Rice</i>	556,100	213.56	585.09	2,124	52.07
3	Jagung/ Maize	5,017	0.83	2.27	7	0.19
4	Jagung basah/ <i>Fresh maize</i>	1,933	0.97	2.66	1	0.03
5	Tepung Gandum/ <i>Wheat flour</i>	167,722	66.28	181.58	605	16.34
	TOTAL	753,084	281.63	771.60	2,736	68.63

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Dari seluruh komoditas dalam kelompok ini, beras masih menjadi bahan pangan yang paling dominan dikonsumsi. Beras menyumbang sebesar 213,56 kg per kapita per tahun, atau sekitar 585,09 gram per hari. Dari jumlah ini, beras memberikan kontribusi energi sebesar 2.124 kkal per kapita per hari—angka ini menunjukkan bahwa hampir seluruh kebutuhan energi harian penduduk Kota Medan diperoleh dari beras saja. Di samping itu, beras juga merupakan sumber protein utama, dengan kontribusi sebesar 52,07 gram per kapita per hari, serta menyumbang lemak sebesar 8,19 gram per kapita per hari.

Tepung gandum menjadi komoditas kedua terbesar setelah beras, dengan kontribusi energi sebesar 605 kkal, protein 16,34 gram, dan lemak 1,82 gram per kapita per hari. Sementara itu, jagung dan jagung basah hanya menyumbang angka yang sangat kecil terhadap ketersediaan energi, protein, dan lemak, sehingga peran keduanya dalam pemenuhan gizi masyarakat relatif tidak

signifikan. Jagung hanya memberikan kontribusi sekitar 7 kkal energi, 0,19 gram protein, dan 0,08 gram lemak per kapita per hari.

Secara keseluruhan, kelompok padi-padian menjadi penyumbang energi terbesar dengan total sebesar 2.736 kkal per kapita per hari, atau mencapai hampir 57% dari total kebutuhan energi harian menurut standar nasional. Dari sisi protein, kelompok ini juga menjadi kontributor tertinggi dengan angka 68,63 gram per kapita per hari, melebihi standar kebutuhan protein sebesar 63 gram per hari. Sedangkan dari sisi lemak, kontribusi kelompok padi-padian mencapai 10,10 gram per kapita per hari. Tingginya angka ini terutama disebabkan oleh pola konsumsi masyarakat Kota Medan yang sangat bergantung pada beras sebagai makanan pokok utama, sementara komoditas lain seperti gandum dan jagung hanya menjadi pelengkap dalam pola makan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ketersediaan pangan secara kuantitatif mencukupi, ketergantungan terhadap satu jenis pangan perlu diperhatikan agar keberagaman pangan sebagai upaya menuju pola pangan harapan dapat tercapai secara optimal.

5.2.2. Ketersediaan Makanan Berpati (*Starchy Food*)

Kelompok makanan berpati merupakan salah satu sumber karbohidrat alternatif yang berasal dari umbi-umbian dan bagian tanaman lainnya yang berpotensi menjadi bahan pangan pokok selain beras. Di Kota Medan, jenis makanan berpati yang tersedia meliputi ubi jalar, ubi kayu, ubi kayu gaplek, tapioka, dan sagu. Meskipun kelompok ini belum menjadi pilihan utama masyarakat dalam konsumsi harian, keberadaannya sangat penting sebagai

penyangga ketahanan pangan, terutama dalam upaya diversifikasi pangan dan sebagai bahan baku industri serta pakan ternak. Salah satu ciri khas kelompok ini adalah sifatnya yang mudah rusak dan cepat mengalami penurunan kualitas bila tidak segera diolah atau disimpan dengan baik.

Tabel 5.3. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Berpati Tahun 2025

Jenis Bahan Makanan Commodity		Penyediaan Supply Available (Ton)	Ketersediaan untuk konsumsi per kapita Per Capita Consumption Availability				
			kg/thn kg/year	gr/hari gr/day	Energi Kal/hari Cal/day	Protein Proteins gr/day	Lemak Fats gr/day
I	MAKANAN BERPATI/ STARCHY FOOD						
1	Ubi Jalar/ <i>Sweet potatoes</i>	46,180	16.11	44.13	55	0.52	0.16
2	Ubi Kayu/ <i>Cassava</i>	9,358	3.44	9.43	12	0.08	0,02
3	Ubi Kayu gaplek	211	0.07	0.19	1	0.00	0.00
4	Tapioka	469	0.15	0.40	1	0.00	0.00
5	Sagu/ Tepung Sagu <i>Sago pith/Sago flour</i>	205	0.07	0.19	0	0.00	0.00
	TOTAL	56,424	20	54	70	1	0

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Berdasarkan data dari Neraca Bahan Makanan Kota Medan tahun 2025, jumlah total ketersediaan kelompok makanan berpati mencapai 56.424 ton per tahun. Komoditas dengan kontribusi penyediaan terbesar adalah ubi jalar dengan volume sebesar 46.180 ton, yang setara dengan 16,11 kg per kapita per tahun atau sekitar 44,13 gram per hari. Ubi jalar juga merupakan sumber energi tertinggi dalam kelompok ini, menyumbang sebesar 55 kkal per kapita per hari. Selain itu, ubi kayu yang tersedia sebesar 9.358 ton per tahun memberikan kontribusi energi sebesar 12 kkal per kapita per hari, meskipun jumlah konsumsi per kapitanya hanya sekitar 9,43 gram per hari.

Sementara itu, bahan berpati lainnya seperti ubi kayu gaplek, tapioka, dan sagu menunjukkan ketersediaan yang jauh lebih kecil, baik dari sisi volume maupun kontribusi gizinya. Ketiganya masing-masing hanya menyumbang 1 kkal atau kurang dari itu, dengan kontribusi protein dan lemak yang hampir tidak ada. Total keseluruhan dari kelompok makanan berpati menyumbangkan energi sebesar 70 kkal per kapita per hari, protein 1 gram, dan lemak 0 gram secara signifikan.

Jika dibandingkan dengan kelompok padi-padian, makanan berpati memiliki kontribusi yang jauh lebih kecil terhadap pemenuhan kebutuhan energi dan gizi penduduk. Namun demikian, potensi kelompok ini tetap perlu diperhatikan dan dikembangkan lebih lanjut, terutama dalam rangka mendukung keberagaman pangan dan ketahanan pangan jangka panjang. Keberadaan makanan berpati sebagai sumber energi tambahan sangat penting untuk mengurangi ketergantungan berlebihan pada beras sebagai satu-satunya bahan pangan pokok. Upaya promosi konsumsi dan pengolahan pangan lokal dari kelompok ini menjadi salah satu strategi yang dapat mendorong pencapaian pola pangan harapan yang lebih beragam dan berimbang di Kota Medan.

5.2.3. Ketersediaan Gula (*Sugar*)

Kelompok bahan makanan dari gula merupakan sumber energi penting yang berasal dari jenis karbohidrat sederhana dengan struktur rantai pendek. Gula dapat diklasifikasikan menjadi dua jenis utama, yaitu gula alami yang secara alami terdapat dalam makanan seperti buah-buahan, dan gula tambahan yang ditambahkan dalam proses pengolahan makanan. Dalam konteks ketersediaan

pangan di Kota Medan, kelompok bahan makanan dari gula mencakup dua komoditas utama, yaitu gula pasir dan gula merah.

Tabel 5.4. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Gula Tahun 2025

Jenis Bahan Makanan <i>Commodity</i>	Penyediaan <i>Supply Available</i> (Ton)	Ketersediaan untuk konsumsi per kapita <i>Per Capita Consumption Availability</i>				
		kg/thn <i>kg/year</i>	gr/hari <i>gr/day</i>	Energi Kal/hari <i>Cal/day</i>	Protein <i>Proteins</i> <i>gr/day</i>	Lemak <i>Fats</i> <i>gr/day</i>
III	GULA / SUGAR					
1	Gula Pasir / <i>Refined sugar</i>	34,044	13.35	36.58	133	0
2	Gula Merah / <i>Brown sugar</i>	84	0.41	0.77	3	0.01
	TOTAL	34,128	14	37	136	0

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Berdasarkan tabel di atas, total ketersediaan gula di Kota Medan mencapai 34.128 ton per tahun. Dari jumlah tersebut, kontribusi tertinggi berasal dari gula pasir dengan volume mencapai 34.044 ton per tahun atau setara dengan 13,35 kg per kapita per tahun (sekitar 36,58 gram per hari). Gula pasir menjadi penyumbang energi terbesar dalam kelompok ini, yakni sebesar 133 kkal per kapita per hari. Sementara itu, gula merah hanya menyumbang sekitar 84 ton per tahun, dengan konsumsi per kapita sekitar 0,41 kg per tahun atau 0,77 gram per hari, dan kontribusi energi sebesar 3 kkal per kapita per hari.

Jika dilihat dari sisi nilai gizinya, kelompok gula secara umum hanya berfungsi sebagai sumber energi (kalori) karena tidak mengandung protein maupun lemak dalam jumlah signifikan. Oleh karena itu, pada data Neraca Bahan Makanan, hanya energi yang dihitung untuk kelompok ini. Total kontribusi energi

dari kelompok gula secara keseluruhan adalah sebesar 136 kkal per kapita per hari.

Meskipun tidak memberikan kontribusi terhadap asupan protein dan lemak, gula tetap memiliki peran dalam pemenuhan kebutuhan energi harian masyarakat. Namun, konsumsi gula berlebih juga perlu dikendalikan mengingat kaitannya dengan risiko gangguan kesehatan seperti diabetes dan obesitas. Oleh karena itu, pengelolaan konsumsi kelompok gula harus dilakukan secara seimbang dalam pola makan masyarakat Kota Medan.

5.2.4. Ketersediaan Buah/Biji Berminyak (*Pulses Nut & Oil Seeds*)

Kelompok buah dan biji berminyak merupakan sumber pangan yang kaya akan minyak nabati dan protein nabati. Komoditas dalam kelompok ini mencakup berbagai jenis kacang-kacangan dan kelapa yang sering dimanfaatkan dalam pola konsumsi masyarakat, baik sebagai bahan pangan langsung maupun bahan baku olahan makanan. Di Kota Medan, beberapa komoditas utama yang termasuk dalam kelompok ini adalah kacang tanah (berkulit maupun tanpa kulit), kedelai, kacang hijau, kelapa berkulit, dan kelapa daging (kopra).

Tabel 5.5. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Buah/Biji Berminyak Tahun 2025

Jenis Bahan Makanan <i>Commodity</i>	Penyediaan <i>Supply Available</i> (Ton)	Ketersediaan untuk konsumsi per kapita <i>Per Capita Consumption Availability</i>				
		kg/thn <i>kg/year</i>	gr/hari <i>gr/day</i>	Energi Kal/hari <i>Cal/day</i>	Protein <i>Proteins</i> gr/day	Lemak <i>Fats</i> gr/day
IV	BUAH BIJI BERMINYAK/PULSES NUT&OIL SEEDS					
1	Kacang tanah berkulit/ <i>Groundnuts in shell</i>	197	0.21	0.59	0	0
2	Kacang tanah lepas kulit / <i>Groundnuts shelled</i>	8,840	3.02	8.27	37	2.09
3	Kedelai / <i>Soyabeans</i>	64,733	23.79	65.17	248	26.33
4	Kacang hijau / <i>Green bean</i>	27,517	10.14	27.79	94	5.64
5	Kelapa berkulit / daging <i>Coconuts in husk/Coconut fresh</i>	149,206	25.46	69.75	133	1.26
6	Kelapa Daging / Kopra <i>Coconuts meat/Copra</i>	20,356	6.31	17.28	0	0
	TOTAL	270,849	69	189	512	35
						28

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Tabel di atas menunjukkan bahwa total ketersediaan kelompok bahan makanan buah/biji berminyak di Kota Medan mencapai 270.849 ton per tahun. Kontribusi penyediaan terbesar berasal dari kelapa berkulit sebanyak 149.206 ton per tahun, disusul oleh kedelai dengan 64.733 ton dan kacang hijau sebanyak 27.517 ton. Komoditas lainnya yaitu kelapa daging sebesar 20.356 ton, kacang tanah lepas kulit 8.840 ton, dan kacang tanah berkulit 197 ton.

Dari segi kontribusi energi, kelompok ini memberikan sumbangan sebesar 512 kkal per kapita per hari. Kedelai menjadi komoditas yang paling dominan sebagai sumber energi, menyumbang sebanyak 248 kkal per kapita per hari, diikuti oleh kelapa berkulit sebesar 133 kkal, dan kacang hijau sebesar 94 kkal. Komoditas lain seperti kacang tanah lepas kulit turut menyumbang 37 kkal,

sedangkan kelapa daging dan kacang tanah berkulit nyaris tidak menyumbang energi dalam jumlah berarti.

Selain energi, kelompok ini juga merupakan kontributor penting dalam pemenuhan protein harian masyarakat, dengan total sumbangan sebesar 35 gram per kapita per hari. Kedelai menjadi penyumbang utama protein sebesar 26,33 gram per kapita per hari, sementara kacang hijau memberikan tambahan sekitar 5,64 gram, dan kacang tanah lepas kulit 2,09 gram.

Dari sisi lemak, kelompok buah/biji berminyak juga memberikan asupan yang signifikan, yaitu sebesar 28 gram per kapita per hari. Kelapa berkulit menyumbang lemak terbesar sebanyak 12,83 gram, disusul oleh kedelai dengan 10,88 gram dan kacang tanah lepas kulit sebanyak 3,54 gram. Secara keseluruhan, kelompok bahan makanan buah dan biji berminyak memainkan peranan penting dalam struktur gizi masyarakat Kota Medan, terutama sebagai sumber protein nabati dan lemak esensial, serta menjadi alternatif penting dalam diversifikasi pangan lokal.

5.2.5. Ketersediaan Buah-Buahan (*Fruits*)

Kelompok buah-buahan merupakan bagian penting dari pola konsumsi masyarakat karena mengandung beragam vitamin, mineral, serat, dan air yang sangat dibutuhkan untuk menjaga kesehatan tubuh. Buah juga berperan sebagai sumber antioksidan alami yang membantu meningkatkan daya tahan tubuh dan mendukung metabolisme.

Tabel 5.6. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Buah-Buahan
Tahun 2025

Jenis Bahan Makanan Commodity		Penyediaan Supply Available (Ton)	Ketersediaan untuk konsumsi per kapita Per Capita Consumption Availability				
			kg/thn kg/year	gr/hari gr/day	Energi kal/hari cal/day	Protein Proteins gr/day	Lemak Fats gr/day
V. BUAH-BUAHAN/FRUITS							
1.	Alpokat/ <i>Avocados</i>	6,739	2.65	7.26	4	0.04	0.29
2.	Jeruk/ <i>Oranges</i>	33,078	12.60	34.51	11	0.20	0.05
3.	Duku/ <i>Lanzon</i>	6,191	2.43	6.67	3	0.04	0.01
4.	Durian/ <i>Durians</i>	495	0.18	0.48	0	0.00	0.00
4.	Jambu/ <i>Waterapples</i>	2,647	1.04	2.85	1	0.02	0.01
5.	Mangga/ <i>Mangoes</i>	102,028	37.61	103.04	38	0.40	0.13
6.	Nanas/ <i>Pineapples</i>	4,503	1.69	4.64	1	0.01	0.01
7.	Pepaya/ <i>Papayas</i>	22,475	8.36	22.89	8	0.09	0
8.	Pisang/ <i>Bananas</i>	29,753	11.24	30.79	20	0.22	0.06
9.	Rambutan/ <i>Rambutans</i>	571	0.22	0.62	0	0.00	0.00
10.	Salak/ <i>Salacia</i>	8,510	3.14	8.61	14	0.04	0.02
11.	Sawo/ <i>Sapodila</i>	210	0.08	0.23	0	0.00	0.00
12.	Melon	0	0	0	0	0	0
13.	Semangka/ <i>Watermelon</i>	46,975	18.46	50.59	7	0.12	0.05
14.	Belimbing	1,234	0.49	1.33	0	0.00	0.00
15.	Manggis	(1,046)	(0.41)	(1.13)	(0)	(0.00)	(0.00)
16.	Nangka/ <i>Cempedak</i>	485	0.19	0.52	0	0.00	0.00
17.	Sirsak	185	0.07	0.20	0	0.00	0.00
18.	Apel	(6,487)	(2.55)	(6.99)	(8)	(0.10)	(0.01)
19.	Pir	(24,189)	(9.51)	(26.05)	(13)	(0.11)	(0.09)
20	Anggur	(2,350)	(0.92)	(2.53)	(1)	(0.01)	(0.16)
21.	Lainnya/ <i>Others *)</i>	4,660	1.83	5.02	2	0.02	0.01
TOTAL		236,666	89	244	86	1	0

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Pada tahun 2025, ketersediaan buah-buahan di Kota Medan sangat bervariasi. Komoditas yang paling melimpah adalah mangga dengan jumlah mencapai 102.028 ton per tahun, diikuti oleh semangka sebanyak 46.975 ton,

jeruk sebanyak 33.078 ton, pisang sebanyak 29.753 ton, dan pepaya sebanyak 22.475 ton. Sementara itu, beberapa buah lain yang turut tersedia dalam jumlah relatif lebih kecil di antaranya adalah alpukat, salak, nanas, rambutan, durian, dan buah impor seperti apel, pir, dan anggur.

Dari aspek konsumsi per kapita, kelompok buah-buahan ini mampu menyediakan sekitar 244 gram per orang per hari, dengan sumbangan energi sebesar 86 kkal/kapita/hari. Meskipun angka ini tergolong rendah dibandingkan dengan kelompok makanan lainnya, beberapa buah menyumbang cukup signifikan terhadap asupan energi, seperti mangga (38 kkal/hari), pisang (20 kkal/hari), dan pir (13 kkal/hari). Untuk protein, buah-buahan memberikan kontribusi sekitar 1 gram per kapita per hari, dan dari sisi lemak, kelompok ini menyumbang sekitar 0 gram secara rata-rata (lebih tepatnya 0,0x gram), yang menandakan bahwa buah-buahan umumnya bukan sumber lemak utama. Namun, ada beberapa jenis buah seperti alpukat yang memberikan kontribusi lemak lebih tinggi (0,29 gram/hari).

Rendahnya kontribusi energi dan zat gizi makro dari kelompok buah-buahan di Kota Medan disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain sebagian besar buah-buahan merupakan produk dari luar daerah sehingga distribusinya terbatas dan harganya relatif tinggi. Hal ini menyebabkan tingkat konsumsi buah oleh masyarakat tidak optimal, meskipun ketersediaan di pasar tetap cukup bervariasi. Secara keseluruhan, meskipun peran buah-buahan dalam menyediakan energi dan protein tidak sebesar kelompok pangan lainnya, keberadaannya tetap penting dalam pemenuhan gizi mikro dan menjaga keseimbangan nutrisi dalam pola makan masyarakat Kota Medan.

5.2.6. Ketersediaan Sayuran (*Vegetables*)

Sayur-sayuran merupakan kelompok bahan pangan nabati yang kaya akan kandungan air, vitamin, dan mineral. Beberapa jenis sayuran bisa langsung dikonsumsi mentah seperti timun dan tomat, sementara lainnya perlu melalui proses pengolahan terlebih dahulu, misalnya direbus atau dikukus, agar kandungan gizinya lebih mudah diserap tubuh dan cita rasanya meningkat. Sayuran memiliki peran penting dalam menjaga keseimbangan asupan gizi, sama halnya seperti buah-buahan.

Tabel 5.7. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Sayuran Tahun 2025

Jenis Bahan Makanan Commodity		Penyediaan Supply Available (Ton)	Ketersediaan untuk konsumsi per kapita Per Capita Consumption Availability				
			kg/thn kg/year	gr/hari gr/day	Energi kal/hari cal/day	Protein Proteins gr/day	Lemak Fats gr/day
V. SAYURAN/VEGETABLES							
1.	Bawang Merah Shallot(Onion)	11,914	4.32	11.82	4	0.16	0.03
2.	Ketimun/ Cucumber	1,163	0.45	1.22	0	0.00	0.00
3.	Kacang Merah Kidney beans	(20,155)	(7.54)	(20.66)	(63)	(4.43)	(0.22)
4.	Kacang Panjang String beans	5,603	2.15	5.89	2	0.16	0.03
5.	Kentang/ Potatoes	11,661	4.33	11.88	6	0.21	0.02
6.	Kubis/ Cabbage	(37,212)	(13.92)	(38.15)	(7)	(0.40)	(0.06)
7.	Tomat/ Tomatoes	1,307	0.47	1.28	0	0.02	0.01
8.	Wortel/ Carrots	8,435	3.26	8.93	3	0.07	0.04
9.	Cabe/ Chilli	25,758	9.60	26.30	23	1.05	0.54
10.	Terong/ Eggplant	14,206	5.45	14.93	4	0.16	0.13
11	Petsai/ Sawi Mustard greens	6,955	2.69	7.37	0	0.05	0.01
12	Bawang Daun/ Spring onion	11,970	4.59	12.59	2	0.15	0.06
13	Kangkung/ Swamp cabbage	23,278	8.93	24.48	4	0.50	0.10
14	Lobak/ Radish	14,560	5.59	15.31	3	0.12	0.01
15	Labu siam/ Chayotte	240	0.09	0.25	0	0.00	0.00
16	Buncis/ Greenbeans	331,629	127.27	348.69	107	7.53	0.94
17	Bayam/ Spinach	13,077	5.02	13.75	2	0.09	0.04
18	Bawang	8,306	3.05	8.35	7	0.33	0.01

PEMUTAKHIRAN NERACA BAHAN MAKANAN (NBM)
KOTA MEDAN

Jenis Bahan Makanan <i>Commodity</i>		Penyediaan <i>Supply Available</i> (Ton)	Ketersediaan untuk konsumsi per kapita <i>Per Capita Consumption Availability</i>				
			kg/thn <i>kg/year</i>	gr/hari <i>gr/day</i>	Energi kal/hari <i>cal/day</i>	Protein Proteins <i>gr/day</i>	Lemak Fats <i>gr/day</i>
	Putih/ <i>Garlic</i>						
19	Belinjo	507	0.20	0.54	0	0.01	0.00
20	Jamur	34	0.01	0.04	0	0.00	0.00
21	Petai	46	0.02	0.05	0	0.00	0.00
22	Jengkol	107	0.04	0.11	0	0.01	0.00
23	Lainnya/ <i>Others *</i>	(57,585)	(22.08)	(60.50)	(14)	(1.14)	(0.20)
TOTAL		375,804	144	394	83	4.6	1.50

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Di Kota Medan, keberagaman komoditas sayuran cukup tinggi. Komoditas dengan jumlah ketersediaan terbesar adalah buncis, yang mencapai 331.629 ton per tahun, diikuti oleh cabe sebanyak 25.758 ton, kangkung sebesar 23.278 ton, kubis sebesar 37.212 ton, dan bawang merah sebanyak 11.914 ton. Jenis-jenis sayuran lain yang turut tersedia di antaranya adalah kentang, terong, wortel, bayam, tomat, serta sayuran khas seperti jengkol dan petai, meskipun dalam jumlah lebih kecil.

Rata-rata ketersediaan sayur-sayuran untuk konsumsi mencapai 394 gram per orang per hari, dan memberikan kontribusi energi sebesar 83 kkal per kapita per hari. Kandungan protein dari kelompok sayuran ini sebesar 4,6 gram per kapita per hari, dan untuk lemak sebesar 1,50 gram per kapita per hari. Salah satu kontributor terbesar terhadap energi dan protein dalam kelompok ini adalah buncis, yang menyumbang sekitar 107 kkal energi dan 7,53 gram protein per kapita per hari. Sementara itu, cabe juga menyumbang energi cukup tinggi, yakni 23 kkal per kapita per hari.

Walaupun kandungan energi sayuran relatif lebih rendah dibandingkan kelompok pangan lain seperti biji-bijian atau buah berlemak, sayuran tetap penting dalam pola makan masyarakat karena mengandung serat serta gizi mikro yang mendukung kesehatan pencernaan dan sistem imun. Namun, seperti halnya buah-buahan, sebagian besar kebutuhan sayuran di Kota Medan masih dipenuhi melalui pasokan dari luar wilayah, yang memengaruhi kontinuitas dan harga di pasaran.

5.2.7. Ketersediaan Daging (*Meats*)

Kelompok daging merupakan salah satu sumber pangan utama yang memiliki kandungan protein tinggi dengan kualitas asam amino yang lengkap. Daging diperoleh dari bagian otot hewan yang sehat dan telah melalui proses pemotongan yang layak. Kandungan gizi dalam daging sangat penting untuk menunjang pertumbuhan, memperbaiki jaringan tubuh, serta sebagai sumber energi. Selain itu, daging juga mengandung mineral dan vitamin yang bermanfaat, serta lebih mudah dicerna dibandingkan beberapa sumber protein lainnya. Berbagai bentuk olahan juga dapat meningkatkan variasi konsumsi bahan pangan ini di masyarakat.

**Tabel 5.8. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Daging Tahun
2025**

Jenis Bahan Makanan Commodity		Penyediaan Supply Available (Ton)	Ketersediaan untuk konsumsi per kapita Per Capita Consumption Availability				
			kg/thn kg/year	gr/hari gr/day	Energi kal/hari cal/day	Protein Proteins gr/day	Lemak Fats gr/day
V. DAGING / MEAT							
1.	Daging Sapi / Beef	19,293	7.26	19.90	41	3.74	2.79
2.	Daging Kerbau / Buffalo Meat	380	0.14	0.39	0	0.07	0.00
3.	Daging Kambing / Lamb	225	0.08	0.23	0	0.04	0.02
4.	Daging Domba / Lamb	-	-	-	-	-	-
5.	Daging Babi / Pork	3,114	1.17	3.21	13	0.42	1.28
6.	Daging Ayam Buras / Lokal Chicken Meat	9,568	3.60	9.87	30	1.80	2.47
7.	Daging Ayam Ras / Improved Chicken Meat	31,270	11.77	32.26	97	5.87	8.06
8.	Daging Itik / Duck Meat	572	0.22	0.59	2	0.09	0.17
9.	Jeroan semua jenis / All Offal All Kinds	1,284	0.51	1.39	2	0.22	0.09
TOTAL		65,706	25	68	186	12	15

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Penyediaan bahan pangan hewani yang tergolong dalam kelompok daging di Kota Medan mencakup daging sapi, kerbau, kambing, babi, ayam buras, ayam ras, itik, serta aneka jenis jeroan. Dari keseluruhan komoditas ini, daging ayam ras memiliki volume ketersediaan tertinggi, yakni 31.270 ton per tahun, setara dengan 32,26 gram per kapita per hari. Daging ayam ras juga menyumbang energi terbesar, yaitu 97 kkal per kapita per hari, serta menyumbang 5,87 gram protein dan 8,06 gram lemak per kapita per hari.

Selain itu, daging sapi juga menjadi salah satu komoditas utama dengan jumlah ketersediaan mencapai 19.293 ton per tahun. Rata-rata konsumsi harian

per orang untuk daging sapi mencapai 19,90 gram, dengan kontribusi energi sebesar 41 kkal, protein 3,74 gram, dan lemak 2,79 gram. Meskipun memiliki nilai gizi tinggi, konsumsi daging sapi di Kota Medan cenderung meningkat hanya pada momen-momen tertentu seperti hari raya atau acara adat, sementara konsumsi sehari-hari lebih banyak bergantung pada daging ayam. Jenis daging lainnya seperti daging ayam buras juga memberikan kontribusi cukup signifikan, yakni 9,87 gram per kapita per hari, menghasilkan 30 kkal energi, 1,80 gram protein, dan 2,47 gram lemak. Komoditas lainnya seperti daging babi, itik, kerbau, kambing, serta jeroan juga turut melengkapi kebutuhan masyarakat meskipun kontribusinya relatif lebih kecil.

Secara keseluruhan, kelompok daging menyumbang rata-rata 186 kkal energi, 12 gram protein, dan 15 gram lemak per kapita per hari. Kandungan gizi yang tinggi ini menjadikan kelompok daging sebagai salah satu komponen penting dalam struktur konsumsi pangan masyarakat Kota Medan, meskipun ketersediaannya masih dipengaruhi oleh preferensi budaya, harga, serta ketersediaan dari wilayah lain.

5.2.8. Ketersediaan Telur (*Eggs*)

Telur termasuk dalam kelompok bahan pangan hewani yang memiliki kandungan gizi lengkap, terdiri dari protein berkualitas tinggi, lemak, vitamin, dan mineral. Keunggulan utama telur terletak pada kandungan proteinnya yang memiliki komposisi asam amino esensial secara utuh, sehingga kerap dijadikan acuan dalam menilai mutu protein dari bahan pangan lain. Dengan kandungan

gizi yang seimbang dan mudah dicerna, telur berperan penting dalam pemenuhan kebutuhan gizi masyarakat.

Penyediaan telur di Kota Medan mencakup tiga jenis utama, yaitu telur ayam ras, telur ayam buras, dan telur itik. Di antara ketiganya, telur ayam ras menempati posisi tertinggi dalam hal penyediaan dengan total 51.748 ton per tahun, yang setara dengan 55,04 gram per kapita per hari. Komoditas ini juga menjadi sumber energi utama dari kelompok telur, yaitu 75 kkal per kapita per hari, dengan kontribusi protein 6,07 gram dan lemak 5,29 gram per kapita per hari. Selain kandungan gizinya yang tinggi, telur ayam ras juga lebih terjangkau dari segi harga, sehingga menjadi pilihan utama di kalangan masyarakat.

Selanjutnya, telur ayam buras menyediakan sekitar 8.606 ton per tahun atau 6,65 gram per kapita per hari. Komoditas ini menyumbangkan 11,5 kkal energi, 0,75 gram protein, dan 0,88 gram lemak per kapita per hari. Sementara itu, telur itik tercatat sebanyak 6.037 ton per tahun, setara dengan 5,41 gram per kapita per hari, dengan kontribusi gizi berupa 10 kkal energi, 0,61 gram protein, dan 0,80 gram lemak.

**Tabel 5.9. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Telur Tahun
2025**

Jenis Bahan Makanan Commodity	Penyediaan Supply Available (Ton)	Ketersediaan Per Kapita Per capita availability				
		kg/thn kg/year	gr/ hari gr/ day	Energi kal/hari cal/day	Protein/ Proteins gr/day	Lemak/ Fats gr/day
VIII. Telur / Eggs						
Telur Ayam Buras/ Local Hen Eggs	8,606	2.43	6.65	11.5	0.75	0.88
Telur Ayam Ras / Improved Hen Eggs	51,748	20.09	55.04	75	6.07	5.29
Telur Itik / Duck Eggs	6,037	1.98	5.41	10	0.61	0.80
TOTAL	66,391	24.5	67	97	7.4	7

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Secara keseluruhan, kelompok telur menyumbang 97 kkal energi, 7,4 gram protein, dan 7 gram lemak per kapita per hari. Angka ini menunjukkan bahwa telur merupakan komponen penting dalam struktur pangan masyarakat Kota Medan, terutama sebagai sumber protein hewani yang terjangkau, bergizi, dan mudah diakses dalam kehidupan sehari-hari.

5.2.9. Ketersediaan Susu (Milk)

Susu termasuk dalam kelompok pangan hewani yang memiliki kandungan gizi lengkap, menjadikannya salah satu sumber nutrisi penting bagi semua kelompok umur, terutama anak-anak, ibu hamil, dan ibu menyusui. Komposisinya mencakup karbohidrat, protein, lemak, asam amino, vitamin, dan mineral yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan dan menjaga kesehatan tubuh. Selain dikonsumsi dalam bentuk cair sebagai minuman, susu juga diolah menjadi berbagai produk turunan seperti keju, mentega, yoghurt, dan susu bubuk, serta digunakan sebagai bahan campuran dalam beragam produk makanan olahan.

Tabel 5.10. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Susu Tahun 2025

Jenis Bahan Makanan Commodity	Penyediaan Supply Available (Ton)	Ketersediaan Per Kapita Per capita availability				
		kg/thn kg/year	gr/ hari gr/ day	Energi kal/hari kal/day	Protein Proteins gr/day	Lemak Fats gr/day
IX. SUSU / MILK						
Susu Sapi / Cow Milk	984	0.33	0.90	1	0.03	0.03
Susu Impor / Imported Milk	29,201	11.57	31.71	19	1.01	1.11
TOTAL	30,185	11.9	32.6	19.9	1.0	1.1

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Di Kota Medan, kelompok bahan makanan yang berasal dari susu terdiri dari dua sumber utama: susu sapi dan susu impor. Kontribusi penyediaan terbesar berasal dari susu impor yang mencapai 29.201 ton per tahun, setara dengan 31,71 gram per kapita per hari. Susu impor juga menjadi penyumbang utama dalam kelompok ini terhadap ketersediaan energi sebesar 19 kkal per kapita per hari, protein 1,01 gram, dan lemak 1,11 gram per kapita per hari.

Sementara itu, susu sapi memiliki volume penyediaan yang lebih kecil yaitu 984 ton per tahun, atau sekitar 0,90 gram per kapita per hari, dengan sumbangan energi sebesar 1 kkal, protein 0,03 gram, dan lemak 0,03 gram per kapita per hari. Secara keseluruhan, total penyediaan kelompok susu di Kota Medan mencapai 30.185 ton per tahun. Dari jumlah tersebut, kelompok susu menyumbang sekitar 19,9 kkal energi, 1,0 gram protein, dan 1,1 gram lemak per kapita per hari. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun konsumsi susu belum mendominasi pola makan masyarakat, kontribusinya tetap penting dalam

pemenuhan gizi harian, terutama melalui produk susu olahan yang semakin beragam dan mudah diakses.

5.2.10. Ketersediaan Ikan (*Fish*)

Ikan merupakan salah satu bahan makanan hewani yang memiliki nilai gizi tinggi, terutama sebagai sumber protein berkualitas dengan tingkat penyerapan yang lebih baik dibandingkan dengan produk hewani lainnya. Selain itu, ikan juga mengandung asam lemak esensial seperti omega-3 dan omega-6 yang berperan penting dalam menjaga kesehatan, terutama untuk fungsi otak dan jantung. Di Kota Medan, konsumsi ikan menjadi bagian penting dalam pola makan masyarakat karena ketersediaannya yang melimpah serta ragam jenis yang dapat dijangkau oleh berbagai lapisan masyarakat.

Tabel 5.11. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Ikan Tahun 2025

Jenis Bahan Makanan <i>Commodity</i>	Penyediaan <i>Supply Available</i> (Ton)	Ketersediaan Per Kapita <i>Per capita availability</i>				
		kg/thn <i>kg/year</i>	gr/ hari <i>gr/ day</i>	Energi kal/hari <i>kal/day</i>	Protein <i>Proteins</i> gr/day	Lemak <i>Fats</i> gr/day
X. IKAN / FISH						
Tuna/Cakalang/Tongkol/ <i>Tunas/Skipjade/ Eastern Little</i>	35,473	6.02	16.48	11	2.24	0.13
Kakap / <i>Giant Seaperch</i>	5,032	0.75	2.05	2	0.33	0.01
Cucut / <i>Sharks</i>	2,829	1.09	2.98	1	0.21	0.01
Bawal / <i>Pomfret</i>	10,712	4.12	11.28	6	0.93	0.24
Teri / <i>Anchovies</i>	1,442	0.55	1.52	1	0.16	0.02
Lemuru / <i>Indian Oil Sardinella</i>	(10,323)	0	0	0	0	0
Kembung / <i>Indian Mackerels</i>	8,782	4.05	11.10	11	1.94	0.09
Tenggiri / <i>Narrow Bard</i>	(2,194)	(0.84)	(2.31)	(1)	(0.22)	(0.03)
Bandeng / <i>King Mackerels</i>	3,401	0.56	1.52	2	0.24	0.06
Belanak / <i>Multes</i>	411	0.16	0.43	0	0.04	0.01
Mujair / <i>Mozambique Tilapia</i>	18,645	7.17	19.64	14	2.94	0.16
Ikan Mas / <i>Common Carp</i>	7,656	2.94	8.06	6	1.03	0.13
Udang / <i>Shrimp</i>	8,485	3.26	8.94	6	1.28	0.01

Jenis Bahan Makanan <i>Commodity</i>	Penyediaan <i>Supply Available</i> (Ton)	Ketersediaan Per Kapita <i>Per capita availability</i>				
		kg/thn <i>kg/year</i>	gr/ hari <i>gr/ day</i>	Energi kal/hari <i>kal/day</i>	Protein <i>Proteins</i> gr/day	Lemak <i>Fats</i> gr/day
Rajungan / <i>Swim Crab</i>	1,151	0.44	1.21	0	0.04	0.00
Kerang / <i>Cockles</i>	2,054	0.79	2.16	0	0.06	0.00
Cumi-cumi & Sotong / <i>Common Scuid & Cuttle Fishes</i>	9,517	3.66	10.02	8	1.61	0.07
Lainnya / <i>Others</i>	223,994	88.78	243.23	139	23.72	3.65
Total	327,067	123	338	204	36.5	4.6

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Ketersediaan bahan pangan dari kelompok ikan di Kota Medan bersumber dari berbagai jenis, dengan jumlah pasokan terbesar berasal dari kelompok “lainnya” yang mencakup berbagai jenis ikan lokal dengan total mencapai 223.994 ton per tahun, setara dengan 243,23 gram per kapita per hari. Komoditas ini menyumbang energi harian sebesar 139 kkal/kapita, protein 23,72 gram, dan lemak 3,65 gram per kapita per hari. Jenis ikan dengan penyediaan terbesar berikutnya adalah ikan tuna, cakalang, dan tongkol dengan total 35.473 ton, atau sekitar 16,48 gram per kapita per hari, menyumbang 11 kkal energi, 2,24 gram protein, dan 0,13 gram lemak per kapita. Selain itu, ikan mujair juga menjadi salah satu sumber utama dengan jumlah penyediaan mencapai 18.645 ton, berkontribusi 14 kkal energi, 2,94 gram protein, dan 0,16 gram lemak per kapita per hari. Komoditas penting lainnya yang cukup signifikan adalah ikan bawal (10.712 ton), ikan kembung (8.782 ton), udang (8.485 ton), serta cumi-cumi dan sotong (9.517 ton). Masing-masing jenis tersebut turut menyumbang energi dan protein harian masyarakat Kota Medan dalam jumlah yang bervariasi.

Secara keseluruhan, total penyediaan kelompok ikan di Kota Medan mencapai 327.067 ton per tahun, dengan rata-rata ketersediaan harian sebesar

338 gram per kapita. Kontribusi kelompok ikan terhadap kebutuhan gizi harian masyarakat mencakup 204 kkal energi, 36,5 gram protein, dan 4,6 gram lemak per kapita per hari. Angka ini menempatkan kelompok ikan sebagai penyumbang protein terbesar kedua setelah kelompok padi-padian. Kecamatan Belawan menjadi pusat utama produksi ikan di Kota Medan, memainkan peran penting dalam menjaga keberlanjutan pasokan komoditas ini bagi masyarakat kota.

5.2.11. Ketersediaan Minyak/Lemak (*Oil & Fats*)

Kelompok minyak dan lemak sebagai bahan pangan terbagi menjadi dua golongan, yaitu: (1) lemak yang dapat langsung dikonsumsi tanpa dimasak seperti margarin, mentega, dan lemak untuk kembang gula; serta (2) lemak yang digunakan dalam proses memasak, baik sebagai bahan campuran maupun sebagai media penghantar panas, seperti minyak goreng dan shortening. Jenis bahan pangan ini mencakup minyak nabati dan lemak hewani.

Tabel 5.12. Produksi dan Penyediaan Kelompok Bahan Makanan Minyak dan Lemak Tahun 2025

Jenis Bahan Makanan <i>Commodity</i>	Penyediaan <i>Supply Available</i> (Ton)	Ketersediaan Per Kapita <i>Per capita availability</i>				
		kg/thn <i>kg/year</i>	gr/ hari <i>gr/ day</i>	Energi kal/hari <i>kal/day</i>	Protein <i>Proteins</i> <i>gr/day</i>	Lemak <i>Fats</i> <i>gr/day</i>
XI. MINYAK DAN LEMAK OIL AND FATS						
Minyak Kacang Tanah/ minyak (<i>Groundnuts/Oil</i>)	1,335	0.53	1.45	13	0	1.45
Kopra/ Minyak Goreng (<i>Copra / Cooking Oils</i>)	45,306	17.67	48.40	421	0.48	47.43
Minyak Sawit / Palms Oils	1,810,880					
Minyak Sawit/ Minyak Goreng	24,871	9.45	25.89	233	0	25.89
Margarine	(333)	0.01	0.03	0	0.48	0.03
Lemak Sapi / <i>Cattle Fats</i>	63	0.02	0.07	1	0.00	0.06
Lemak Kerbau / <i>Buffalo Fats</i>	0	0.00	0.00	0	0.00	0.00
Lemak Kambing / <i>Goats Fats</i>	2	0.00	0.00	0	0.00	0.00

Jenis Bahan Makanan <i>Commodity</i>	Penyediaan <i>Supply Available</i> (Ton)	Ketersediaan Per Kapita <i>Per capita availability</i>				
		kg/thn <i>kg/year</i>	gr/ hari <i>gr/ day</i>	Energi kal/hari <i>kal/day</i>	Protein <i>Proteins</i> gr/day	Lemak <i>Fats</i> gr/day
Lemak Domba / <i>Sheep Fats</i>	0	0	0	0	0	0
Lemak Babi / <i>Pig Fats</i>	610	0.24	0.65	6	0	0.65
Total	1,833,099	28	76	674	0.97	76

Sumber: Pengolahan NBM Tahun 2025

Minyak nabati mencakup minyak dari kacang tanah, kopra, dan kelapa sawit. Di antara semuanya, minyak sawit menyumbang volume terbesar dengan total penyediaan mencapai sekitar 1,810,880 ton. Untuk minyak goreng yang berasal dari kelapa sawit, penyediaan per kapita mencapai 9,45 kg per tahun atau sekitar 25,89 gram per hari, menyumbang energi sebesar 233 kkal dan lemak sebesar 25,89 gram per hari. Sementara itu, kopra dan minyak goreng lainnya berkontribusi 17,67 kg per kapita per tahun atau 48,4 gram per hari, menghasilkan 421 kkal energi dan 47,43 gram lemak per hari.

Lemak hewani mencakup lemak dari sapi, kambing, babi, dan hewan lainnya. Lemak sapi menyediakan 0,07 gram per kapita per hari, lemak babi sekitar 0,65 gram per hari, sedangkan kontribusi dari lemak kerbau, kambing, dan domba sangat kecil atau tidak tersedia. Margarine sendiri berkontribusi sangat kecil yaitu hanya 0,03 gram per hari, namun menyumbang protein sebesar 0,48 gram per kapita per hari. Secara keseluruhan, kelompok minyak dan lemak menyediakan total energi sebesar 674 kkal, protein sebesar 0,97 gram, dan lemak sebanyak 76 gram per kapita per hari. Kontribusi lemak dari kelompok ini merupakan yang tertinggi dibandingkan dengan kelompok pangan lainnya.

5.3. Analisis Pola Pangan Harapan

Ketersediaan pangan di suatu wilayah tidak hanya dinilai dari jumlah energi dan protein yang tersedia, tetapi juga dari keberagamannya, yang mencerminkan mutu konsumsi pangan masyarakat. Di Kota Medan tahun 2025, pemantauan terhadap situasi pangan dilakukan dengan menggunakan pendekatan Pola Pangan Harapan (PPH) sebagai indikator utama. PPH tidak hanya memberikan gambaran tentang kecukupan gizi yang tersedia melalui Neraca Bahan Makanan (NBM), tetapi juga mengevaluasi seberapa beragam pangan yang tersedia bagi masyarakat.

Keberagaman pangan menjadi faktor kunci dalam memastikan kualitas konsumsi masyarakat karena setiap kelompok pangan memiliki kandungan gizi yang berbeda-beda. Dengan demikian, semakin beragam jenis pangan yang tersedia, semakin besar peluang untuk mencapai kecukupan gizi yang seimbang. Kota Medan pada tahun 2025 menunjukkan capaian yang menggembirakan dalam hal ini. Berdasarkan analisis data ketersediaan energi dari berbagai kelompok bahan makanan, komposisi pangan yang tersedia tidak hanya cukup secara kuantitas tetapi juga mengarah pada struktur konsumsi ideal yang dicanangkan dalam konsep PPH.

Skor PPH ketersediaan pangan di Kota Medan tahun 2025 telah mencapai tingkat ideal, yang berarti bahwa dari sisi jumlah dan keragaman pangan, masyarakat memiliki akses terhadap komponen pangan utama seperti padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, sayur, buah, serta minyak dan lemak dalam proporsi yang mendekati keseimbangan gizi. Hal ini mencerminkan sistem

pangan yang relatif stabil dan adaptif terhadap kebutuhan konsumsi yang beragam.

Pencapaian skor PPH ideal ini tidak hanya menandakan terpenuhinya kebutuhan energi dan protein masyarakat, tetapi juga mencerminkan komitmen Kota Medan dalam menjaga ketahanan pangan berbasis gizi dan keragaman, baik melalui penguatan sektor produksi lokal, pengelolaan distribusi pangan yang merata, maupun melalui edukasi konsumsi yang berimbang. Ke depan, menjaga kesinambungan keberagaman pangan ini akan menjadi tantangan tersendiri, terutama di tengah perubahan iklim, dinamika harga, dan perubahan pola konsumsi masyarakat urban. Namun, capaian tahun 2025 menjadi indikator bahwa Kota Medan berada pada jalur yang tepat dalam membangun sistem pangan yang berkelanjutan dan bergizi.

5.3.1 Pola Pangan Harapan (PPH) Ketersediaan Tahun 2025

Pola Pangan Harapan (PPH) ketersediaan adalah suatu pendekatan strategis yang menilai kualitas ketersediaan pangan melalui proporsi energi dari sembilan kelompok bahan makanan utama.

Tabel 5.13. Pola Pangan Harapan Ketersediaan Kota Medan Tahun 2025

	kkal/kap /hari	% Aktual	% AKE	BOBOT	SKOR AKTUAL	SKOR AKE	SKOR MAKS	GAP SKOR	SKOR PPH
Padi-padian	2,736.76	56.96	114.03	0.5	28.5	57.0	25	32.0	25
Umbi-umbian	70	1.46	2.92	0.5	0.7	1.5	2.5	-1.0	1.5
Pangan Hewani	506.9	10.55	21.12	2	21.1	42.2	24	18.2	24
Minyak dan Lemak	674	14.03	28.08	0.5	7.0	14.0	5	9.0	5
Buah/biji berminyak	133	2.77	5.54	0.5	1.4	2.8	1	1.8	1
Kacang-kacangan	379	7.89	15.79	2	15.8	31.6	10	21.6	10
Gula	136	2.83	5.67	0.5	1.4	2.8	2.5	0.3	2.5
Sayur dan Buah	169	3.52	7.04	5	17.6	35.2	30	5.2	30
Lain-lain				0	0	0.0	0	0.0	
TOTAL	4,804.66	100.00	200.19	11.50	93.49	187.15	100.00	87.15	99.00

Sumber: Data diolah 2025

Pada tahun 2025, Kota Medan mencerminkan tingkat keberagaman dan kecukupan pangan yang sangat baik, dengan total skor sebesar 99,00 dari skor maksimal 100. Dari sembilan kelompok bahan pangan yang dinilai, delapan kelompok telah memenuhi atau bahkan melampaui skor PPH maksimal yang dianjurkan. Kelompok sayur dan buah menjadi penyumbang skor tertinggi, yaitu 30, dengan kontribusi energi sebesar 169 kkal/kapita/hari, melampaui anjuran nasional sebesar 144 kkal. Ini menunjukkan bahwa konsumsi sayur dan buah di Kota Medan sudah sesuai dengan pola gizi seimbang yang dianjurkan.

Diikuti oleh kelompok padi-padian, yang meskipun hanya memiliki bobot skor 0,5, tetap memberikan kontribusi energi yang sangat besar, yakni 2.736,76 kkal/kapita/hari. Namun karena bobotnya kecil, skor maksimal kelompok ini hanya 25, yang tetap berhasil dipenuhi. Kelompok pangan lainnya yang juga memenuhi skor PPH ideal meliputi pangan hewani (skor 24), kacang-kacangan (skor 10), minyak dan lemak (skor 5), buah/biji berminyak (skor 1), gula (skor 2,5).

Ini menunjukkan bahwa masyarakat Kota Medan memiliki akses terhadap berbagai sumber pangan yang beragam.

Satu-satunya kelompok yang belum memenuhi skor PPH maksimal adalah kelompok umbi-umbian, dengan skor hanya 1,5 dari target 2,5, dan sumbangan energi hanya 70 kkal/kapita/hari. Rendahnya konsumsi umbi-umbian ini menandakan masih tingginya ketergantungan terhadap padi-padian sebagai sumber karbohidrat utama. Meningkatkan diversifikasi konsumsi pangan, khususnya dari kelompok umbi-umbian, dapat membantu menyempurnakan pola konsumsi dan meningkatkan skor PPH ke angka ideal. Secara keseluruhan, ketersediaan energi total Kota Medan yang mencapai 4.804,66 kkal/kapita/hari sudah jauh melebihi rekomendasi nasional sebesar 2.400 kkal, menandakan bahwa Kota Medan tidak hanya memiliki kecukupan pangan secara kuantitas, tetapi juga semakin mendekati keseimbangan kualitas gizi yang optimal.



06

Kesimpulan dan
Saran

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Total ketersediaan energi per kapita per hari di Kota Medan pada tahun 2025 sebesar 4.804,66 kkal, menunjukkan bahwa ketersediaan energi secara kuantitatif sudah melebihi standar AKE nasional yaitu 2.400 kkal/kapita/hari. Ketersediaan energi ini masih didominasi oleh bahan pangan nabati, khususnya kelompok padi-padian yang menyumbang sebesar 2.736,76 kkal atau 56,96% dari total energi. Kontribusi bahan pangan hewani seperti daging, ikan, telur, dan susu masih tergolong rendah, masing-masing di bawah 5% terhadap total energi.
2. Total ketersediaan protein per kapita per hari pada tahun 2025 adalah 168,1 gram, yang berarti lebih dari dua kali lipat standar kebutuhan protein nasional sebesar 63 gram/kapita/hari. Namun demikian, komposisi penyumbang protein menunjukkan ketimpangan, di mana kelompok padi-padian dan buah/biji berminyak mendominasi kontribusi sebesar lebih dari 60%, sedangkan protein dari sumber hewani seperti daging, telur, dan susu hanya menyumbang sekitar 12% dari total protein. Ini menunjukkan bahwa kualitas protein yang tersedia belum optimal karena masih bergantung pada sumber nabati.

3. Ketersediaan lemak per kapita per hari pada tahun 2025 mencapai 143,3 gram, yang juga telah mencukupi kebutuhan harian. Sebagian besar lemak berasal dari kelompok minyak dan lemak sebesar 53,01% dan buah/biji berminyak sebesar 19,54%. Lemak dari sumber hewani relatif lebih rendah yaitu sekitar 15%, menunjukkan bahwa pola konsumsi lemak masyarakat lebih bertumpu pada lemak tambahan seperti minyak goreng daripada dari sumber alami seperti ikan atau susu.
4. Jika dibandingkan dengan standar Angka Kecukupan Gizi dan Pola Pangan Harapan (PPH), maka sebagian besar kelompok bahan makanan di Kota Medan sudah memenuhi syarat dari sisi kuantitas, terutama kelompok padi-padian, minyak dan lemak, sayuran, dan buah. Namun, kelompok pangan hewani belum mencapai angka ideal, dan justru berisiko karena terlalu rendah konsumsinya, padahal merupakan sumber zat gizi berkualitas tinggi.
5. Terdapat ketimpangan antara ketersediaan dan konsumsi aktual, di mana skor PPH dari sisi ketersediaan lebih tinggi dibandingkan konsumsi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pangan tersedia, tidak seluruhnya terakses dan dikonsumsi oleh masyarakat. Kelompok pangan hewani justru menunjukkan skor konsumsi yang lebih tinggi dari skor ketersediaannya, menandakan kebutuhan yang tinggi tetapi pasokan yang kurang. Sebaliknya, kelompok umbi-umbian, kacang-kacangan, buah biji berminyak, dan gula memiliki skor konsumsi yang lebih rendah daripada

skor ketersediaannya, yang mengindikasikan perlunya kebijakan mendorong peningkatan konsumsi terhadap kelompok tersebut.

6.2 Saran

1. Diversifikasi Pangan

Pemerintah daerah perlu mendorong diversifikasi konsumsi dan produksi pangan dengan memperkuat sumber pangan lokal non-padi seperti umbi-umbian, kacang-kacangan, ikan air tawar, dan daging unggas lokal. Langkah ini penting untuk mengurangi ketergantungan pada beras dan minyak goreng sebagai sumber utama energi dan lemak.

2. Penguatan Akses dan Distribusi Pangan

Akses terhadap sumber pangan berkualitas harus diperluas, terutama bagi masyarakat berpenghasilan rendah. Pemerintah daerah perlu menjamin stabilitas harga dan ketersediaan bahan pangan bergizi, khususnya protein hewani dan sayur-buahan, melalui intervensi pasar atau dukungan logistik.

3. Pemanfaatan Data NBM sebagai Dasar Kebijakan

Neraca Bahan Makanan (NBM) perlu terus dimutakhirkan secara berkala dan dijadikan rujukan dalam penyusunan kebijakan pangan dan gizi. Akurasi dan keterpaduan data akan mendukung perencanaan yang lebih tepat sasaran dan responsif terhadap tantangan pangan yang terus berkembang.



**Dinas Ketahanan Pangan, Pertanian, dan Perikanan
Kota Medan
Tahun 2025**

