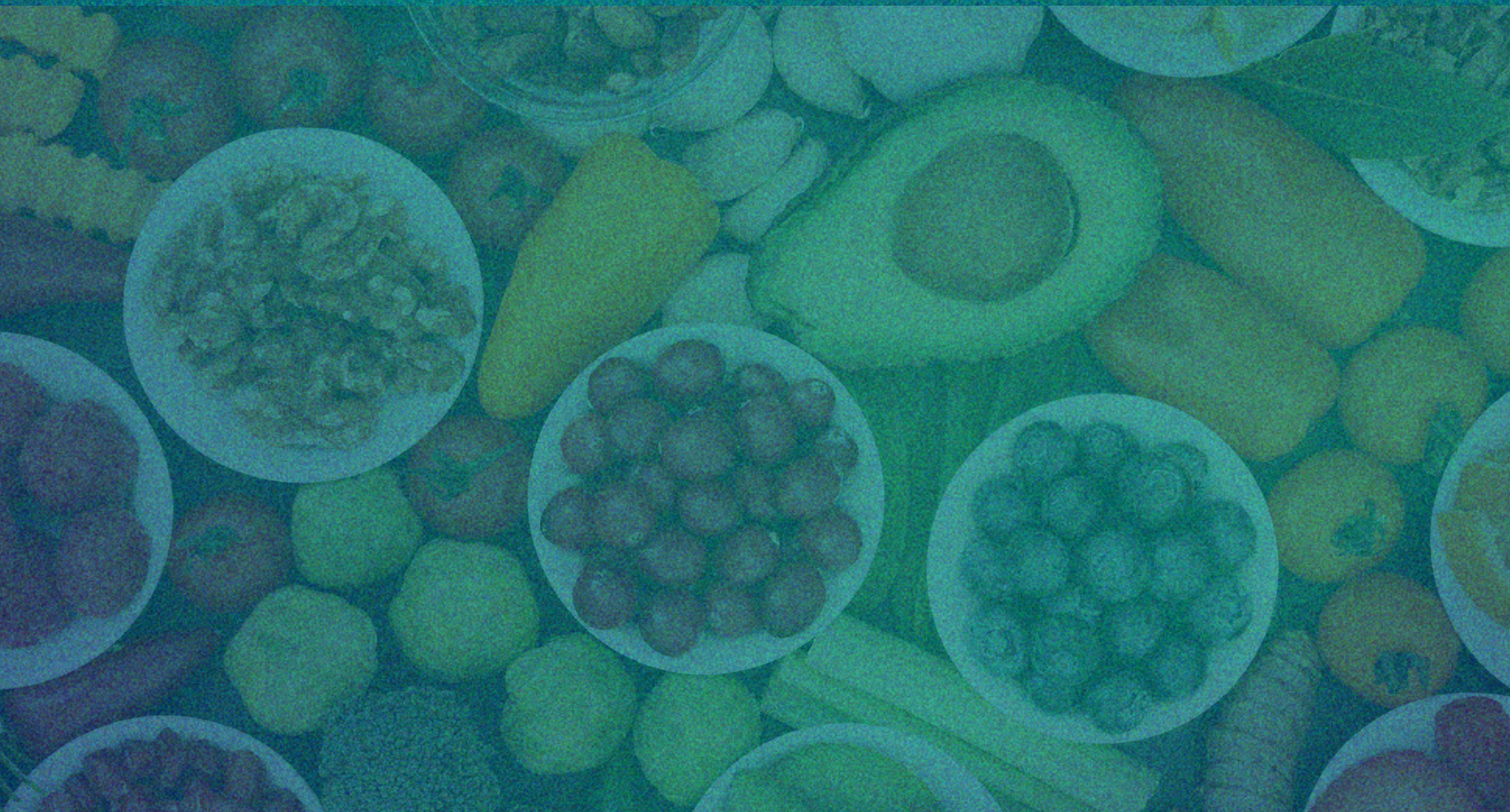




Analisa Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan



Dinas Ketahanan Pangan, Pertanian dan
Perikanan Kota Medan

2025

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan limpahan rahmat dan petunjuk-Nya, *Laporan Akhir Kegiatan Analisis Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan Tahun 2025* ini dapat disusun dan diselesaikan dengan baik.

Laporan ini disusun untuk memberikan gambaran mengenai kondisi konsumsi pangan masyarakat Kota Medan pada tahun 2025. Kondisi tersebut ditinjau dari segi kuantitas dan kualitas, berdasarkan prinsip gizi seimbang yang mencakup keberagaman pangan. Indikator yang dihasilkan mencerminkan sejauh mana pembangunan pangan berkontribusi dalam mewujudkan masyarakat yang sehat, aktif, dan produktif.

Kami berharap laporan ini dapat memberikan manfaat sebesar-besarnya dalam memperkuat ketahanan pangan di Kota Medan serta menjadi bahan pertimbangan dalam merumuskan kebijakan yang mendukung pencapaian tujuan pembangunan pangan ke depan.

Medan, Agustus 2025

**KEPALA DINAS KETAHANAN
PANGAN, PERTANIAN DAN
PERIKANAN KOTA MEDAN**

**Dr. GELORA KURNIA PUTRA GINTING,
S.STP, MM**
Pembina Tk. I (IV/b)
NIP: 198005231998101001



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	01
BAB I. PENDAHULUAN	02
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	03
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	04
BAB IV. GAMBARAN UMUM KOTA MEDAN	05
BAB V. HASIL DAN PEMBAHASAN	06
BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN	07

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Maksud dan Tujuan	4
1.3. Sasaran	4
1.4. Manfaat Kajian	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Ruang Lingkup dan Wilayah Kota Medan	6
2.2 Ketahanan Pangan	9
2.3 Penyelenggaraan Pangan	10
2.4 Indeks Ketahanan Pangan	14
2.5 Pola Pangan Harapan	16
2.5.1 Tujuan Pola Pangan Harapan	22
2.5.2 Faktor yang Mempengaruhi Skor Pola Pangan Harapan	23
2.6 Analisis Situasi Pangan dan Gizi	24
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	26
3.1. Lokasi dan Ruang Lingkup	26
3.2. Jenis dan Pengumpulan Data	26
3.2.1 Data Konsumsi Pangan	26
3.2.2 Data Pendukung	27
3.3. Pengolahan Data Analisis	28
3.4. Perhitungan Pola Pangan Harapan (PPH)	30
3.5. Teknik Pengambilan Sampel	36

3.6. Pengambilan Data	37
BAB IV. GAMBARAN UMUM KOTA MEDAN	41
4.1 Kondisi Makro Ekonomi	41
4.1.1 Pertumbuhan Ekonomi	41
4.1.2 Tingkat Pengangguran Terbuka	42
4.1.3 Indeks Pembangunan Manusia (IPM)	44
4.1.4 Indeks Gini	45
4.1.5 Produk Domestik Regional Bruto (PDRB)	46
4.2 Kondisi Kemiskinan	49
4.2.1 Garis Kemiskinan	50
4.2.2 Indeks Kedalaman Kemiskinan	51
4.2.3 Penduduk Miskin	52
BAB V. HASIL DAN PEMBAHASAN	54
5.1 Karakteristik Responden	54
5.2 Tingkat Konsumsi Pangan di Kota Medan	69
5.3 Konsumsi Energi dan Protein	74
5.4 Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Kota Medan	78
5.5 Kontribusi Energi Per Kecamatan	86
5.6 Kebijakan Dalam Meningkatkan Kualitas Pangan di Kota Medan	97
BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN	99
6.1 Kesimpulan	99
6.2 Saran	100

DAFTAR TABEL

No.	Judul	Hal
2.1	Luas Wilayah Kecamatan di Kota Medan, 2025	6
2.2	Kelompok Bahan Makanan	17
2.3	Komposisi Konsumsi Pangan Berdasarkan Pola Pangan Harapan dan Angka Kecukupan Gizi (AKG) Hasil Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG)	19
3.1	Sumbangan Energi dari Sembilan Kelompok Makanan	31
3.2	Penyebaran dan Lokasi Responden Analisa Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan Tahun 2025	38
4.1	PDRB Atas Dasar Harga Berlaku Menurut Lapangan Usaha di Kota Medan, 2020-2024	47
5.1	Tingkat Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan Tahun 2025	70
5.2	Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Masyarakat Kota Medan Tahun 2025	76
5.3	Skor Pola Pangan Harapan Kota Medan Tahun 2025	79
5.4	Perbandingan Skor PPH Per Kelompok Pangan	84
5.5	Rata-Rata Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (Kkal per Kapita Per Hari)	87
5.6	Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (%)	90
5.7	Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Per Kecamatan	95

DAFTAR GAMBAR

No.	Judul	Hal
2.1	Peta Administrasi Kota Medan	8
4.1	Grafik Pertumbuhan Ekonomi Kota Medan Tahun 2022- 2024 (Persen)	42
4.2	Grafik Tingkat Pengangguran Terbuka Kota Medan Tahun 2022-2024 (Persen)	43
4.3	Grafik Indeks Pembangunan Manusia Kota Medan Tahun 2020-2024 (Persen)	44
4.4	Grafik Indeks Gini Kota Medan Tahun 2020-2024	45
4.5	Grafik Garis Kemiskinan Kota Medan Tahun 2020-2024 (rupiah)	50
4.6	Grafik Indeks Kedalaman Kemiskinan Kota Medan Tahun 2020-2024 (Persen)	51
4.7	Grafik Penduduk Miskin Kota Medan Tahun 2020- 2024 (Persen)	52
5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	55
5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan	58
5.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	61
5.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Tanggungan	64
5.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan	67
5.6	Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Kota Medan Tahun 2025	80

A top-down view of a diverse array of food items arranged on a light grey surface. The items include a large piece of raw red meat with fat, several slices of dark brown bread, a whole loaf of white bread, a head of garlic, a piece of salmon with a basil leaf, green peas, a red bell pepper, a carrot, a cucumber, a purple eggplant, a head of green cabbage, ginger, cashews, hazelnuts, lentils, rice, and tomatoes. The text 'ANALISA KUALITAS KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT KOTA MEDAN TAHUN 2025' is overlaid at the top.

ANALISA KUALITAS KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT
KOTA MEDAN TAHUN 2025

A decorative graphic featuring four white birds in flight, positioned above the chapter title.

BAB 1

PENDAHULUAN

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pangan merupakan kebutuhan dasar manusia yang paling utama dan pemenuhannya merupakan bagian dari hak asasi manusia yang dijamin di dalam Undang-Undang Dasar Republik Indonesia Tahun 1945 sebagai komponen dasar untuk mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas. Oleh karena itu, pangan merupakan salah satu urusan wajib yang tidak berkaitan dengan pelayanan dasar, sebagaimana tercantum dalam ketentuan Pasal 12, Undang-Undang (UU) Nomor 23 Tahun 2014 Tentang Pemerintah Daerah (UU Pemerintah Daerah). Berdasarkan Lampiran UU Pemerintah Daerah, konsumsi pangan merupakan salah satu urusan yang wajib dilaksanakan oleh pemerintah pusat maupun pemerintah daerah provinsi dan kabupaten/kota. Pemerintah pusat berkewajiban untuk penetapan target pencapaian konsumsi pangan per kapita per tahun sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG). Pemerintah provinsi mempunyai kewajiban untuk melakukan promosi pencapaian target konsumsi pangan per kapita per tahun sesuai dengan angka kecukupan gizi melalui media provinsi. Kewajiban pemerintah kabupaten/kota adalah melaksanakan pencapaian target konsumsi pangan per kapita per tahun sesuai dengan AKG.

Berbagai kajian di bidang gizi dan kesehatan menunjukkan bahwa untuk dapat hidup sehat dan produktif, manusia memerlukan sekitar 45 zat gizi yang harus diperoleh dari makanan yang dikonsumsi, dan tidak ada satu jenis panganpun yang mampu memenuhi seluruh kebutuhan gizi bagi manusia. Dengan mengonsumsi makanan yang beranekaragam setiap hari, kekurangan zat gizi pada jenis makanan yang satu akan dilengkapi oleh keunggulan susunan zat gizi jenis makanan lain, sehingga diperoleh masukan zat gizi yang seimbang. Selama ini penilaian konsumsi pangan individu dilakukan dengan menghitung kecukupan gizi setiap zat gizi. Skor Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan instrumen sederhana untuk menilai situasi konsumsi pangan penduduk baik jumlah maupun komposisi pangan menurut jenis pangan yang dinyatakan dalam skor PPH. Skor ini merupakan indikator mutu gizi dan keragaman konsumsi pangan (Kementerian Pertanian, 2010). Pola ini dirumuskan berdasarkan kontribusi energi dari berbagai kelompok pangan, seperti padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, sayur, buah, dan sebagainya, yang dinyatakan dalam satuan skor maksimum 100. Semakin tinggi nilai PPH suatu daerah, maka semakin mendekati kondisi konsumsi pangan yang seimbang dan bergizi. Dengan demikian, PPH tidak hanya menjadi alat ukur, tetapi juga berperan sebagai panduan dalam pengembangan kebijakan pangan nasional dan daerah.

Dalam konteks lokal, Kota Medan sebagai ibu kota Provinsi Sumatera Utara merupakan salah satu wilayah strategis di Pulau Sumatera, baik dari segi ekonomi, sosial, maupun budaya. Kota ini memiliki jumlah penduduk yang

tinggi, dengan tingkat urbanisasi yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Dinamika ini menyebabkan terjadinya perubahan dalam pola konsumsi pangan masyarakat. Masyarakat perkotaan seperti di Medan cenderung mengonsumsi pangan siap saji, instan, dan produk olahan, yang sering kali mengandung gula, lemak, dan garam tinggi, namun rendah zat gizi mikro dan serat. Selain itu, dominasi konsumsi bahan pangan pokok seperti beras masih sangat tinggi, sementara kelompok pangan sumber protein nabati, umbi-umbian, buah-buahan, dan sayuran relatif rendah.

Adanya ketimpangan antara ketersediaan dan konsumsi berbagai kelompok pangan mengindikasikan perlunya intervensi kebijakan yang lebih terarah dan terpadu. Beberapa faktor penyebab rendahnya PPH antara lain adalah rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya konsumsi pangan yang beragam dan bergizi, keterbatasan akses ekonomi terhadap pangan sehat, serta perubahan gaya hidup masyarakat perkotaan. Selain itu, ketergantungan terhadap bahan pangan tertentu (terutama beras) mengakibatkan kurang dimanfaatkannya sumber pangan lokal lainnya seperti jagung, singkong, talas, kacang-kacangan, serta sayur dan buah musiman yang sebetulnya tersedia cukup melimpah di wilayah sekitar Medan.

Upaya untuk meningkatkan skor PPH di Kota Medan harus dilakukan secara sistematis, mulai dari edukasi masyarakat mengenai pentingnya pola konsumsi pangan seimbang, promosi pangan lokal, penguatan sistem distribusi pangan sehat dan terjangkau, hingga kebijakan pemerintah daerah yang

mendukung program diversifikasi pangan. Pemerintah Kota Medan melalui Dinas Ketahanan Pangan perlu bekerja sama dengan berbagai pihak, termasuk sektor pendidikan, kesehatan, swasta, dan komunitas masyarakat untuk menyukseskan program PPH ini.

1.2. Maksud dan Tujuan

Maksud dan tujuan pelaksanaan kegiatan Identifikasi Pola Pangan Harapan (PPH) Masyarakat Kota Medan 2024 adalah :

1. Memperoleh data dan informasi tentang Pola Pangan Harapan Masyarakat di tingkat Rumah Tangga Kota Medan.
2. Menganalisis dan menentukan bagaimana Pola Pangan Harapan (PPH) masyarakat di Kota Medan.
3. Merumuskan Kebijakan Dalam Rangka Meningkatkan Kualitas Pangan di Kota Medan.

1.3. Sasaran

Sasaran yang ingin dicapai dalam Penyusunan Kajian Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan adalah sebagai berikut:

1. Teridentifikasinya situasi konsumsi atau ketersediaan pangan, baik jumlah dan komposisi/keragaman pangan di Kota Medan; dan
2. Teridentifikasinya skor Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan.

1.4. Manfaat Kajian

Manfaat dari kajian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui Pola konsumsi masyarakat dan PPH Kota Medan sehingga dapat meningkatkan pola konsumsi yang beragam, dan mendapatkan pola pangan harapan ideal serta dapat meningkatkan kesadaran terhadap kebiasaan makan yang baik di masyarakat dengan harapan menumbuhkan sumber daya manusia yang lebih berkualitas di masa mendatang.
2. Manfaat ilmiah diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan teknologi sebagai bagian pendidikan pengembangan sumber daya manusia bidang pangan dan gizi.
3. Sebagai bahan masukan dalam menyusun suatu kebijakan program pengembangan dan peningkatan konsumsi makanan, khususnya kepada Pemerintah Kota Medan, tentang kebijakan penganeekaragaman konsumsi makanan berbasis PPH.
4. Diharapkan dapat memberikan informasi untuk kajian tentang faktor yang berpengaruh terhadap konsumsi makanan dan upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsumsi makanan masyarakat.

ANALISA KUALITAS KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT
KOTA MEDAN TAHUN 2025



BAB 2

TINJAUAN

PUSTAKA

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Ruang Lingkup dan Wilayah Kota Medan

Kota Medan merupakan ibu kota Provinsi Sumatera Utara dan termasuk kota terbesar ketiga di Indonesia setelah Jakarta dan Surabaya. Didirikan pada 1 Juli 1950, Medan memiliki luas 265,1 km², terdiri dari 21 kecamatan, 151 kelurahan, dan 2.001 lingkungan. Pada tahun 2025, jumlah penduduknya mencapai 2.498.293 jiwa dengan kepadatan sekitar 9.168 jiwa/km². Luas wilayah kecamatan di Kota Medan dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:

Tabel 2.1 Luas Wilayah Kecamatan di Kota Medan, 2025

No.	Kecamatan	Luas (km ²)
1	Medan Tuntungan	25,16
2	Medan Johor	16,73
3	Medan Amplas	10,65
4	Medan Denai	9,37
5	Medan Area	4,24
6	Medan Kota	5,75
7	Medan Maimun	3,02
8	Medan Polonia	8,77
9	Medan Baru	5,43
10	Medan Selayang	16,45

No.	Kecamatan	Luas (km ²)
11	Medan Sunggal	13,26
12	Medan Helvetia	13,05
13	Medan Petisah	5,28
14	Medan Barat	6,34
15	Medan Timur	8,89
16	Medan Perjuangan	4,54
17	Medan Tembung	7,85
18	Medan Deli	18,83
19	Medan Labuhan	35,09
20	Medan Marelان	30,03
21	Medan Belawan	33,27
MEDAN		281,99

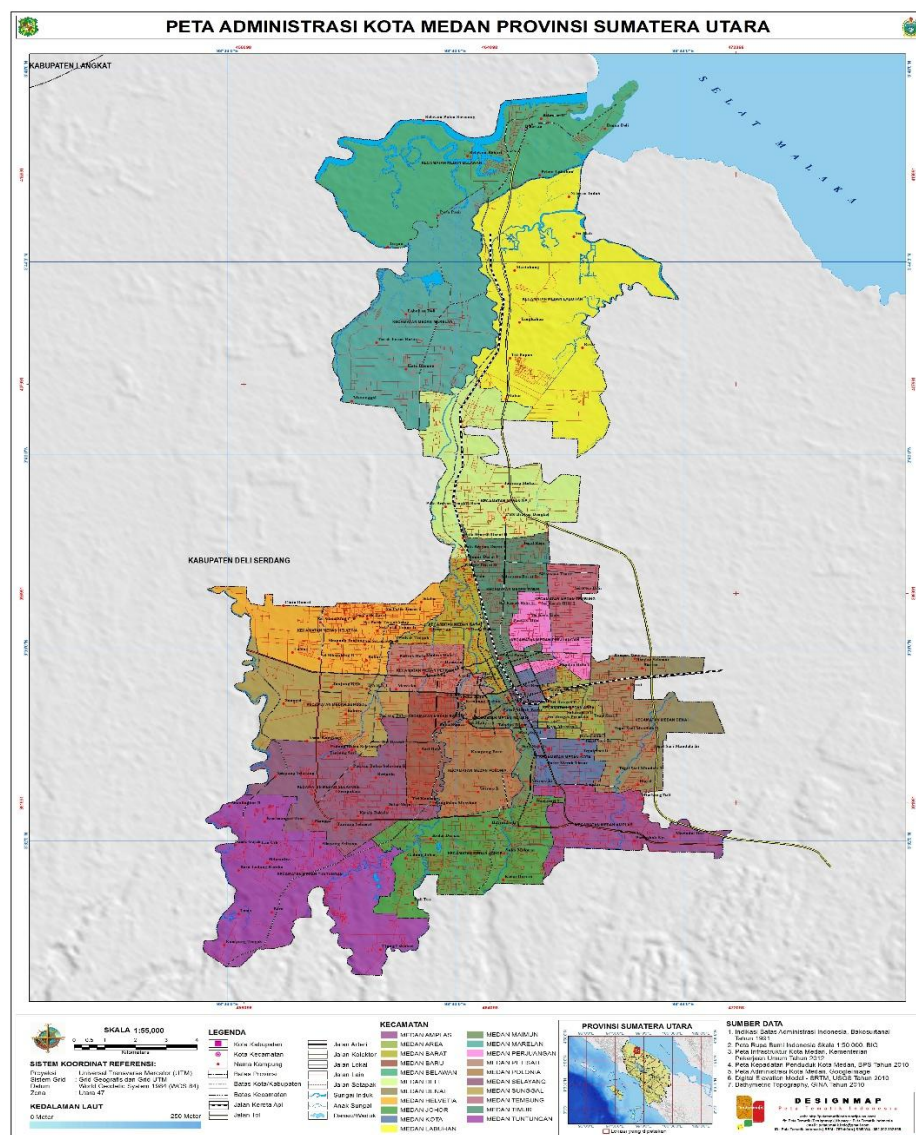
Sumber: BPS (Kota Medan Dalam Angka 2025)

Secara geografis, Medan terletak pada 3°27'–3°47' LU dan 98°35'–98°44' BT, dengan ketinggian antara 2,5–37,5 meter di atas permukaan laut. Wilayahnya didominasi dataran rendah dan dilintasi dua sungai utama, yakni Sungai Babura dan Sungai Deli. Kota ini berbatasan langsung dengan Kabupaten Deli Serdang di semua sisi.

Sebagai pintu gerbang wilayah barat Indonesia, Medan memiliki Pelabuhan Belawan dan Bandara Internasional Kualanamu yang terhubung oleh jalan tol dan kereta api. Medan juga menjadi kota pertama di Indonesia dengan integrasi transportasi bandara dan kereta. Letaknya yang dekat

dengan Selat Malaka menjadikannya pusat perdagangan, industri, dan jasa yang strategis.

Kota ini beriklim tropis, dengan suhu berkisar 21–36°C, kelembaban udara rata-rata 82%, dan kecepatan angin 1,16 m/detik. Topografi yang datar menyebabkan beberapa wilayah rawan genangan saat hujan karena sistem drainase yang terbatas.



Gambar 2.1. Peta Administrasi Kota Medan

2.2 Ketahanan Pangan

Sebagai negara dengan populasi besar dan kekayaan sumber daya alam yang melimpah, Indonesia perlu mewujudkan kedaulatan dan kemandirian pangan. Kedaulatan pangan mengacu pada hak negara untuk menentukan kebijakan pangan sendiri demi menjamin hak rakyat atas pangan, sementara kemandirian pangan merujuk pada kemampuan bangsa dalam memproduksi pangan secara beragam dari sumber daya dalam negeri.

Ketahanan pangan nasional adalah kondisi di mana seluruh penduduk dapat mengakses pangan dalam jumlah yang cukup, aman, bergizi, halal, dan terjangkau. Salah satu indikator pentingnya adalah tingkat ketergantungan terhadap impor pangan. Undang-Undang No. 18 Tahun 2012 menegaskan bahwa ketahanan pangan meliputi aspek ketersediaan, keamanan, keragaman, pemerataan, dan keterjangkauan pangan. Ketahanan pangan mencakup:

1. Ketersediaan pangan yang cukup dari sumber nabati dan hewani.
2. Keamanan pangan, bebas dari zat berbahaya dan sesuai dengan standar halal.
3. Pemerataan pangan, tersedia secara merata di seluruh wilayah dan sepanjang waktu.
4. Keterjangkauan pangan, mudah diakses oleh semua lapisan masyarakat dengan harga yang wajar.

Secara sistemik, ketahanan pangan terdiri dari tiga subsistem utama: ketersediaan, distribusi, dan konsumsi pangan, yang didukung oleh sumber

daya alam, kelembagaan, teknologi, dan budaya. Keberhasilan sistem ini sangat bergantung pada peran serta masyarakat serta dukungan pemerintah.

Penguatan ketahanan pangan hingga tingkat rumah tangga menjadi fondasi penting pembangunan, karena akses terhadap pangan dan gizi seimbang adalah hak dasar manusia, kunci pembentukan SDM berkualitas, serta faktor strategis dalam pembangunan ekonomi dan stabilitas nasional.

Dalam implementasinya, perencanaan pangan dapat dilakukan dengan dua pendekatan:

1. Gizi seimbang, berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan Pola Pangan Harapan (PPH).
2. Kebutuhan aktual, yang mempertimbangkan preferensi masyarakat, harga, pendapatan, nilai sosial, serta budaya konsumsi.

2.3 Penyelenggaraan Pangan

Penyelenggaraan pangan mencakup proses perencanaan, pelaksanaan, hingga pengawasan terhadap ketersediaan, keterjangkauan, konsumsi pangan dan gizi, serta jaminan keamanan pangan. Proses ini dilaksanakan secara terpadu dengan melibatkan partisipasi aktif masyarakat.

Kegiatan ini dilandasi oleh sejumlah prinsip, yakni: kedaulatan, kemandirian, ketahanan, keamanan, kemanfaatan, pemerataan, keberlanjutan, dan keadilan. Tujuannya adalah untuk menjamin terpenuhinya kebutuhan dasar manusia secara adil, merata, dan berkesinambungan dalam kerangka kedaulatan pangan.

Penyelenggaraan pangan bertujuan untuk:

1. Meningkatkan kemampuan memproduksi pangan secara mandiri;
2. Menyediakan pangan yang beraneka ragam dan memenuhi persyaratan keamanan, mutu, dan gizi bagi konsumsi masyarakat;
3. Mewujudkan tingkat kecukupan pangan, terutama pangan pokok dengan harga yang wajar dan terjangkau sesuai dengan kebutuhan masyarakat;
4. Mempermudah atau meningkatkan akses pangan bagi masyarakat, terutama masyarakat rawan pangan dan gizi;
5. Meningkatkan nilai tambah dan daya saing komoditas pangan di pasar dalam negeri dan luar negeri;
6. Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pangan yang aman, bermutu, dan bergizi bagi konsumsi masyarakat;
7. Meningkatkan kesejahteraan bagi Petani, Nelayan, Pembudidaya Ikan, dan Pelaku Usaha Pangan; dan
8. Melindungi dan mengembangkan kekayaan sumber daya pangan nasional.

Berdasarkan Keputusan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional / Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Nasional Nomor KEP 124/M.PPN/HK/10/2021 Tentang Penetapan Rencana Aksi Nasional Pangan Dan Gizi Tahun 2021-2024, strategi dan aksi pelaksanaan pangan dan gizi

dibagi menjadi 4 pilar utama yang meliputi pilar ketersediaan, keterjangkauan, pemanfaatan, dan kelembagaan.

1. PILAR KETERSEDIAAN

Peningkatan Ketersediaan Pangan yang Beragam, Bergizi Seimbang, dan Aman, melalui:

- a) Peningkatan produksi pangan yang beragam;
- b) Penyediaan pangan yang aman (dalam proses produksi);
- c) Pengelolaan cadangan pangan pemerintah pusat, pemerintah daerah, dan masyarakat;
- d) Penanganan kerusakan dan kehilangan hasil panen (*food loss*);
dan
- e) Pengayaan nilai gizi sumber pangan melalui biofortifikasi.

2. PILAR KETERJANGKAUAN

Peningkatan Keterjangkauan Pangan yang Beragam, Bergizi Seimbang, dan Aman, melalui:

- a) Peningkatan stabilitas pasokan dan harga pangan;
- b) Perluasan akses sistem informasi pasar dan harga Pangan;
- c) Penguatan usaha mikro, kecil, dan menengah (UMKM),
koperasi, dan Badan Usaha Milik Desa (BUMDes) di bidang pangan;
- d) Pengembangan sistem jaring pengaman sosial pangan dengan pemanfaatan jenis pangan yang beragam;
- e) Penyediaan dan penyaluran pangan untuk situasi darurat;

- f) Penumbuhan kemandirian pangan untuk masyarakat di daerah rentan rawan pangan dan terdampak bencana; dan
- g) Pengembangan sistem logistik pangan

3. PILAR PEMANFAATAN

Peningkatan Pemanfaatan Pangan dan Pelayanan Gizi (Esensial), melalui:

- a) Penguatan sistem kewaspadaan pangan dan gizi dan pemantauan status gizi;
- b) Pemutakhiran status ketahanan dan kerentanan pangan setiap tahun;
- c) Edukasi pola konsumsi pangan perseorangan dan masyarakat yang Beragam, Bergizi Seimbang, dan Aman (B2SA) sejak usia dini;
- d) Peningkatan frekuensi kegiatan sosialisasi dan edukasi keamanan dan mutu pangan;
- e) Peningkatan konsumsi protein hewani, vitamin, dan mineral bersumber sayur dan buah untuk mengatasi masalah gizi pada sasaran siklus hidup, terutama untuk ibu hamil dan anak balita (di bawah lima tahun) dan kelompok rentan rawan pangan;
- f) Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif serta penyediaan dan pemanfaatan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) berbasis pangan lokal;
- g) Peningkatan layanan kesehatan dan gizi masyarakat;
- h) Pengendalian pemborosan pangan (food waste);

- i) Fortifikasi pada pangan tertentu; dan
- j) Peningkatan jaminan keamanan dan mutu pangan.

4. PILAR KELEMBAGAAN

Penguatan Kelembagaan dan Tata Kelola Pangan dan Gizi, melalui:

- a) Peningkatan koordinasi dalam perencanaan, pelaksanaan, pemantauan dan evaluasi rencana aksi pangan dan gizi di pusat dan daerah;
- b) Penguatan peran sektor non-pemerintah dalam mendukung ketahanan pangan dan gizi di pusat dan daerah;
- c) Penguatan regulasi untuk ketahanan pangan dan gizi;
- d) Penguatan dimensi gender dan pemberdayaan perempuan dalam pembangunan pangan dan gizi; dan
- e) Penguatan dukungan penelitian, pengembangan, dan inovasi untuk ketahanan pangan dan gizi.

2.4 Indeks Ketahanan Pangan

Kerentanan pangan dan gizi merupakan isu yang kompleks dan multidimensional, sehingga memerlukan analisis dari berbagai parameter. Untuk mempermudah pemahaman, indikator kerentanan pangan dapat dikelompokkan ke dalam tiga aspek utama yang saling terkait: ketersediaan pangan, akses terhadap pangan, dan pemanfaatan pangan secara individu, termasuk aspek gizi dan keterjangkauannya.

Pemetaan dan identifikasi wilayah rentan pangan bertujuan mengetahui kondisi pangan suatu daerah agar intervensi dapat dilakukan

secara tepat. Hal ini juga berkaitan dengan penentuan jumlah penduduk yang tergolong rawan pangan di wilayah tersebut.

Global Food Security Index (GFSI) menilai ketahanan pangan di 113 negara berdasarkan 58 indikator yang mencakup keterjangkauan (*affordability*), ketersediaan (*availability*), kualitas dan keamanan pangan (*quality and safety*), serta sumber daya alam dan ketahanan terhadap perubahan iklim. Sejak 2020, aspek *Sumber Daya Alam dan Ketahanan* menjadi bagian utama dalam penilaian GFSI, menggambarkan kerentanan negara terhadap risiko lingkungan dan kemampuan adaptasinya.

Menurut FAO (2000), sistem pemantauan ketahanan pangan umumnya terdiri dari empat pilar utama:

1. *Agricultural Production Monitoring* (APM), umumnya dikombinasikan dengan monitoring terhadap produk peternakan
2. *The Market Information System* (MIS) biasanya digunakan untuk memonitor perdagangan domestik dan terkadang untuk perdagangan internasional (impor/ekspor)
3. *The Social Monitoring of Vulnerable Group* (MVG) atau pemantauan terhadap kelompok masyarakat rentan pangan (kronis, siklus, dan transien)
4. *Food and Nutrition Surveillance System* (NFSS) atau yang dikenal dengan Sistem Kewaspadaan Pangan dan Gizi (SKPG)

Salah satu indikator ketahanan pangan yang direkomendasikan FAO adalah *Starchy Staple Food Ratio* (SSR), yakni proporsi energi dari pangan berpati (seperti sereal dan umbi) terhadap total asupan energi. SSR berguna untuk menilai kualitas konsumsi pangan dan membutuhkan data konsumsi atau ketersediaan pangan. Jika data terbatas, dapat digunakan *proxy indicator* berdasarkan korelasi antara data yang tersedia untuk menggambarkan kondisi ketahanan pangan.

2.5 Pola Pangan Harapan

Pola Pangan Harapan (PPH) pertama kali dikenalkan oleh FAO-RAPA pada tahun 1988. Gagasan ini kemudian dikembangkan lebih lanjut oleh Departemen Pertanian Republik Indonesia melalui sebuah lokakarya yang dilaksanakan bersama FAO pada tahun 1989 (FAO-MOA, 1989; Suhardjo, 1992). Tujuan awal dari pengembangan PPH adalah untuk menetapkan pola konsumsi ideal secara nasional, yang mencerminkan kombinasi pangan beragam guna memenuhi kebutuhan gizi dan tetap sesuai dengan selera masyarakat.

Secara definisi, Pola Pangan Harapan atau *Desirable Dietary Pattern* merupakan susunan konsumsi pangan yang beragam, didasarkan pada kontribusi energi dari kelompok pangan utama, baik dalam aspek ketersediaan maupun konsumsi aktual. PPH menjadi pola yang ideal, baik untuk tingkat konsumsi maupun penyediaan pangan, dan berfungsi sebagai acuan dalam merancang serta mengevaluasi kebijakan terkait ketersediaan

dan konsumsi pangan masyarakat (Badan Ketahanan Pangan, Kementerian Pertanian, 2015).

Pada awalnya, penyusunan PPH untuk wilayah Asia Pasifik dilakukan dengan memanfaatkan data dari Neraca Bahan Makanan (Food Balance Sheet), karena data ini lebih mudah diakses secara rutin. Sementara itu, data konsumsi pangan riil dari negara-negara di kawasan tersebut umumnya tidak tersedia secara berkala.

Dalam perhitungan PPH dikelompokkan menjadi 9 kelompok pangan dari 11 kelompok Bahan Makanan dalam Neraca Bahan Makanan (NBM). Pengelompokan tersebut adalah seperti pada tabel berikut ini.

Tabel 2.2. Kelompok Bahan Makanan

No	Kelompok Pangan	Jenis Komoditas (Kelompok PPH)
1	Padi-padian	Beras & olahannya, jagung & olahannya, gandum & olahannya
2	Umbi-umbian	Ubi kayu & olahannya, ubi jalar, kentang, talas, sagu (termasuk makanan berpati)
3	Pangan hewani	Daging & olahannya, ikan & olahannya, telur, susu & olahannya
4	Minyak & lemak	Minyak kelapa, minyak sawit, margarin, lemak hewani
5	Buah/biji berminyak	Kelapa, kemiri, kenari, cokelat
6	Kacang-kacangan	Kacang tanah, kacang kedelai, kacang hijau, kacang merah, kacang polong, kacang mete, kacang tunggak, kacang lain, tahu, tempe, tauco, oncom, sari kedelai, kecap

No	Kelompok Pangan	Jenis Komoditas (Kelompok PPH)
7	Gula	Gula pasir, gula merah, sirup, minuman jadi dalam botol/kaleng
8	Sayur & buah	Sayur segar & olahannya, buah segar & olahannya, termasuk emping
9	Lain-lain	Aneka bumbu & bahan minuman spt terasi, cengkeh, ketumbar, merica, pala, asam, bumbu masak, teh, kopi

Komposisi pangan merujuk pada jenis dan jumlah makanan dan minuman yang dikonsumsi seseorang, kelompok, atau penduduk untuk memenuhi kebutuhan gizi. Penilaian jumlah dan komposisi pangan dinyatakan dengan skor PPH. Skor PPH dapat digunakan untuk:

- Evaluasi situasi dan kebijakan konsumsi pangan
- Perencanaan konsumsi, penyediaan, dan produksi pangan
- Penelitian, pengembangan, pengkajian, dan penerapan di bidang pangan

Penetapan target skor PPH di tingkat kabupaten/kota merujuk pada dokumen Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD) masing-masing wilayah. Penetapan ini juga memperhatikan target nasional serta rekomendasi dari Kepala Badan Pangan Nasional. Evaluasi terhadap jumlah dan komposisi pangan dalam PPH dilakukan dengan mempertimbangkan beberapa aspek berikut:

- Angka Kecukupan Energi (AKE)
- Kelompok pangan PPH
- Komposisi PPH tingkat nasional atau daerah berdasarkan zonasi

d. Komposisi pemenuhan energi berdasarkan kelompok pangan PPH

e. Bobot berdasarkan kelompok pangan PPH.

Dalam melakukan penilaian terhadap konsumsi energi dan protein secara agregat, digunakan standar/Angka Kecukupan Gizi (AKG) hasil Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG). WNPG X tahun 2012 telah ditetapkan dalam Permenkes Nomor 75 tahun 2013 sebesar 2.150 kilokalori/kapita/hari dan 57 gram protein/kapita/hari. Angka kecukupan Gizi disesuaikan kembali melalui WNPG XI tahun 2018 menganjurkan AKG di tingkat konsumsi pangan sebesar 2.100 kilokalori/kapita/hari dan 57 gram protein/kapita/hari, dan telah ditetapkan dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 28 tahun 2019.

Tabel 2.3 Komposisi Konsumsi Pangan Berdasarkan Pola Pangan Harapan dan Angka Kecukupan Gizi (AKG) Hasil Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG)

No	Kelompok Pangan	Pola Pangan Harapan Nasional							% AKG (FAO-RAPA)
		WNPGX, 2012		WNPG XI, 2018		% AKG	Bobot	Skor PPH	
		Gram /hari	Energi (kkal)	Gram /hari	Energi (kkal)				
1.	Padi-padian	296	1075	289	1050	50.0	0.5	25.0	40.0 - 60.0
2.	Umbi-umbian	108	129	105	126	6.0	0.5	2.5	0.0 - 8.0
3.	Pangan Hewani	161	258	157	252	12.0	2.0	24.0	5.0 - 20.0
4.	Minyak dan Lemak	22	215	21	210	10.0	0.5	5.0	5.0 – 15.0
5.	Buah/Biji Berminyak	11	64	11	63	3.0	0.5	1.0	0.0 – 3.0

No	Kelompok Pangan	Pola Pangan Harapan Nasional							% AKG (FAO-RAPA)
		WNPGX, 2012		WNPG XI, 2018		% AKG	Bobot	Skor PPH	
		Gram /hari	Energi (kkal)	Gram /hari	Energi (kkal)				
6.	Kacang-kacangan	38	108	37	105	5.0	2.0	10.0	2.0 – 10.0
7.	Gula	32	108	31	105	5.0	0.5	2.5	2.0 – 15.0
8.	Sayur dan Buah	269	129	262	126	6.0	5.0	30.0	3.0 – 8.0
9.	Lain-lain	-	64	-	63	3.0	0.0	0.0	0.0 – 5.0
Jumlah		-	2150	-	2100	100.0	-	100.0	

Sumber: Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian, 2019.

Dalam rangka perencanaan dan evaluasi, Angka Kecukupan Gizi (AKG) perlu dikonversi ke dalam satuan yang lebih familiar bagi para pengelola pangan, seperti volume bahan pangan atau kelompok jenis pangan. Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan perwujudan dari konsep Gizi Seimbang yang berlandaskan prinsip Triguna Makanan. Keseimbangan antara kelompok-kelompok pangan menjadi kunci utama tercapainya gizi yang seimbang. PPH disusun sebagai pola ideal yang mencerminkan kondisi konsumsi dan ketersediaan pangan, serta digunakan sebagai acuan dalam merencanakan dan menilai ketahanan serta pola konsumsi pangan masyarakat.

Data yang digunakan dalam penghitungan skor PPH adalah data jumlah konsumsi energi per kelompok pangan. Proporsi konsumsi energi untuk masing-masing kelompok pangan mengacu pada Peraturan Badan Pangan Nasional Nomor 11 Tahun 2023 tentang PPH yaitu:

1. Padi-padian 50%
2. Umbi-umbian 6%
3. Pangan hewani 12%
4. Minyak dan lemak 10%
5. Buah/biji berminyak 3%
6. Kacang-kacangan 5%
7. Gula 5%
8. Sayur dan buah 6%
9. Aneka bumbu dan bahan minuman (lain-lain) 3%.

Selanjutnya, berdasarkan hasil perkalian antara proporsi energi dari masing-masing kelompok pangan dengan masing-masing pembobotnya diperoleh skor PPH. Dalam konsep PPH akan diperoleh skor ideal sebesar 100, yang artinya kualitas konsumsi pangan penduduk disebut ideal apabila mempunyai skor PPH sebesar 100. Dalam penghitungan skor PPH, setiap kelompok pangan diberi bobot yang didasarkan pada fungsi pangan dalam triguna makanan (sumber karbohidrat/zat tenaga, sumber protein/zat pembangun, serta vitamin dan mineral/ zat pengatur). Ketiga fungsi zat gizi tersebut memiliki proporsi yang seimbang, masing-masing sebesar 33.3% (berasal dari 100% dibagi 3). Pembobotan tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Untuk kelompok pangan sumber karbohidrat (padi-padian, umbi-umbian, minyak dan lemak, buah/biji berminyak, dan gula), total kontribusi energi (%AKG) adalah 74%. Bobot untuk kelompok pangan ini adalah 0.5 (berasal dari nilai 33.3% dibagi 74%).

- b. Untuk kelompok pangan sumber protein (kacang-kacangan dan pangan hewani) dengan total kontribusi energi 17%, diperoleh bobot 2.0 (berasal dari nilai 33.3% dibagi 17%).
- c. Untuk kelompok pangan sumber vitamin dan mineral (sayur dan buah) dengan total kontribusi energi 6%, diperoleh bobot 5.0 (berasal dari nilai 33.3% dibagi 6%).
- d. Kelompok pangan lainnya (aneka minuman dan bumbu) dengan kontribusi energi 3% akan diperoleh bobot 0.0 yang berasal dari nilai 0% dibagi 3. Bobot 0.0 untuk kelompok pangan lainnya didasarkan pada pertimbangan bahwa konsumsi bumbu dan minuman tidak dimaksudkan untuk memenuhi kebutuhan gizi.

2.5.1. Tujuan Pola Pangan Harapan

Secara umum tujuan Pola Pangan Harapan adalah untuk menghasilkan suatu komposisi standar pangan untuk memenuhi kebutuhan gizi penduduk, sekaligus juga mempertimbangkan keseimbangan gizi (nutritional balance), yang didukung oleh cita rasa (palability), daya guna (digestability), daya terima (acceptability), kuantitas, dan kemampuan daya beli (affordability) suatu masyarakat. Tujuan analisis Pola Pangan Harapan berdasarkan ketersediaan dan konsumsi pangan adalah untuk;

1. Mengetahui secara detail tentang tingkat kecukupan gizi suatu masyarakat;
2. Mengetahui kesenjangan tingkat mutu gizi dan keragaman konsumsi pangan pada tingkat konsumsi dengan memperhatikan keseimbangan

gizi yang didukung oleh cita rasa, daya terima masyarakat, kualitas dan kemampuan daya beli;

3. Memberikan gambaran kepada pengambil kebijakan tentang rencana Pemerintah dalam rangka meningkatkan tingkat kecukupan gizi masyarakat di masa mendatang.

2.5.2. Faktor yang Mempengaruhi Skor Pola Pangan Harapan

Menurut Argandi, Trimo, dan Noor (2019), terdapat beberapa aspek penting yang berkontribusi terhadap tingginya atau rendahnya skor Pola Pangan Harapan (PPH), yang mencerminkan kualitas keragaman konsumsi pangan dalam rumah tangga. Adapun faktor-faktor tersebut antara lain:

- 1. Jumlah Anggota Keluarga:** Ukuran rumah tangga memiliki kaitan erat dengan distribusi makanan di antara anggotanya. Semakin besar jumlah anggota keluarga, semakin tinggi pula kemungkinan terjadinya ketimpangan dalam pembagian makanan. Hal ini dapat menyebabkan sebagian anggota keluarga tidak mendapatkan asupan yang cukup sesuai dengan kebutuhan gizinya, sehingga berdampak negatif terhadap skor PPH rumah tangga tersebut.
- 2. Pendapatan Rumah Tangga:** Tingkat pendapatan sangat menentukan kemampuan keluarga dalam membeli dan mengakses bahan pangan yang beragam dan bergizi. Rumah tangga dengan penghasilan lebih tinggi cenderung memiliki daya beli yang lebih baik, memungkinkan mereka untuk memenuhi kebutuhan konsumsi pangan yang beragam dan bergizi seimbang. Sebaliknya, rumah

tangga dengan pendapatan rendah umumnya hanya mampu mengonsumsi bahan makanan pokok secara terbatas, yang dapat menurunkan nilai PPH.

- 3. Pendidikan dan Wawasan Gizi:** Pengetahuan tentang gizi, yang biasanya sejalan dengan tingkat pendidikan, sangat memengaruhi perilaku konsumsi makanan dalam keluarga. Keluarga yang memiliki pemahaman baik mengenai nilai gizi cenderung lebih selektif dan rasional dalam memilih makanan, berdasarkan manfaat bagi kesehatan. Sementara itu, keluarga dengan tingkat pendidikan rendah biasanya memilih makanan berdasarkan rasa atau penampilan semata, tanpa mempertimbangkan kandungan gizi, sehingga memengaruhi rendahnya skor PPH.

2.6. Analisis Situasi Pangan dan Gizi

Ketersediaan pangan menunjukkan adanya suplai makanan yang mencukupi secara rata-rata dan tersedia setiap waktu. Stabilitas dalam distribusi pangan merujuk pada kemampuan suatu sistem dalam mengurangi kesenjangan antara ketersediaan dan kebutuhan konsumsi, khususnya pada masa-masa sulit seperti musim paceklik atau tahun krisis. Aspek ketersediaan ini mencakup level nasional, regional, hingga tingkat rumah tangga. Idealnya, ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga harus dapat memenuhi kebutuhan energi sebesar minimal 2.200 kilokalori per orang per hari dan protein sebanyak 57 gram per orang per hari.

Pemenuhan aspek ketersediaan ini tidak hanya berasal dari produksi dalam negeri, tetapi juga dapat diperoleh melalui perdagangan antarwilayah maupun impor dari luar negeri. Keberagaman jenis pangan seperti padi-padian, jagung, kedelai, umbi-umbian, produk peternakan, hasil perikanan, dan sumber pangan lainnya menjadi potensi besar bagi suatu daerah untuk menerapkan diversifikasi pangan. Upaya diversifikasi ini penting untuk menghindari ketergantungan pada satu jenis pangan saja, seperti beras, yang jika pasokannya terganggu dapat menimbulkan kerentanan dalam pemenuhan kebutuhan pangan.

Salah satu elemen penting dalam menjamin ketersediaan pangan adalah keberadaan cadangan pangan. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan sistem cadangan pangan, salah satunya melalui pemanfaatan lahan pekarangan sebagai sumber pangan alternatif yang berkelanjutan bagi rumah tangga.

ANALISA KUALITAS KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT
KOTA MEDAN TAHUN 2025



BAB 3

METODOLOGI

PENELITIAN

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Lokasi dan Ruang Lingkup

Penelitian ini dilaksanakan di Kota Medan yang mencakup 21 kecamatan. Cakupan Analisis Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan Tahun 2025 meliputi survei yang bertujuan untuk mengkaji kualitas konsumsi pangan masyarakat di wilayah tersebut.

3.2 Jenis dan Pengumpulan Data

Untuk melakukan analisis terhadap konsumsi pangan, dibutuhkan berbagai jenis data, yang mencakup data konsumsi pangan serta data pendukung yang diperlukan dalam proses pengolahan.

3.2.1 Data Konsumsi Pangan

Data ini mencakup informasi mengenai jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi oleh individu maupun kelompok dalam kurun waktu tertentu. Data tersebut diperoleh melalui survei konsumsi pangan, baik dari sumber primer maupun sekunder, dengan rincian sebagai berikut:

1. Data Primer (Survei Konsumsi Pangan)

Data primer dikumpulkan langsung melalui survei yang mencatat jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi seseorang selama periode tertentu, biasanya dalam kurun waktu 24 jam. Survei ini mencakup seluruh waktu makan seperti sarapan, makan siang, makan malam, serta makanan selingan. Jika survei dilakukan lebih

dari satu hari, maka konsumsi harian dihitung dengan merata-ratakan konsumsi tiap jenis pangan selama periode survei.

Pengumpulan data dilakukan dengan pendekatan kuantitatif, antara lain:

- a. *Food recall method* (metode mengingat-ingat);
- b. *Food weighing method* (metode penimbangan);
- c. *Food inventory method* (metode inventaris);
- d. *Food record method* (metode pencatatan).

Dari keempat metode tersebut, metode recall merupakan yang paling umum digunakan dalam survei konsumsi pangan.

2. Data Sekunder (Survei Sosial Ekonomi Nasional)

Selain data primer, analisis konsumsi pangan juga dapat menggunakan data sekunder, salah satunya adalah hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) yang dilaksanakan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) setiap tahun. Data ini tersedia dalam cakupan nasional, provinsi, hingga kabupaten/kota. Informasi yang dikumpulkan mencakup pengeluaran rumah tangga, baik untuk kebutuhan makanan maupun non-makanan. Untuk konsumsi pangan, data mencakup kuantitas dan nilai konsumsi berbagai komoditas sebagaimana tercantum dalam kuesioner Susenas.

3.2.2 Data Pendukung

Selain data konsumsi pangan, analisis juga memerlukan sejumlah data pendukung, terutama jika menggunakan survei konsumsi pangan sebagai

dasar. Data/instrumen pendukung tersebut meliputi Daftar Komposisi Bahan Makanan (DBKM), Daftar Ukuran Rumah Tangga (URT), Daftar Pangan Acuan, Daftar Konversi Perubahan Bentuk, Daftar Konversi Kode Kelompok Pangan PPH, Daftar Konversi Mentah Masak (MM), serta Daftar Konversi Penyerapan Minyak.

3.3 Pengolahan Data Analisis

Perhitungan/penentuan PPH dilakukan dengan menghitung konsumsi pangan yang dikelompokkan menjadi sembilan, yaitu:

1. padi-padian (beras, jagung, terigu, dan hasil olahannya);
2. umbi-umbian/pangan berpati (ubi kayu, ubi jalar, kentang, talas, sagu, dan hasil olahannya);
3. pangan hewani (ikan, daging, telur, susu, dan hasil olahannya);
4. minyak dan lemak (minyak kelapa, minyak jagung, minyak goreng/kelapa sawit, dan margarin);
5. biji dan buah berminyak (kelapa, kemiri, kenari, mete, coklat);
6. kacang-kacangan (kedele, kacang tanah, kacang hijau, kacang merah, kacang polong, kacang tunggak, dan kacang lainnya);
7. gula (gula pasir, gula merah/mangkok, dan sirup);
8. sayuran dan buah (semua jenis sayuran dan buah- buahan);
9. aneka bumbu dan bahan makanan.

Secara umum, terdapat beberapa metode yang digunakan untuk menghitung konsumsi pangan, antara lain:

1. Konsumsi Pangan Individu (gram/orang/hari dan kg/orang/tahun)

Jumlah konsumsi pangan dihitung berdasarkan total konsumsi masing-masing jenis komoditas, baik dalam bentuk mentah maupun olahan. Untuk pangan olahan, dilakukan konversi terlebih dahulu ke bentuk mentah menggunakan angka konversi yang telah ditentukan sebelum dihitung totalnya.

2. Klasifikasi Konsumsi Pangan

Total konsumsi dihitung dengan menjumlahkan makanan yang disiapkan dan dikonsumsi di rumah tangga, makanan siap saji, serta sumber konsumsi lainnya. Untuk konsumsi dari makanan jadi atau sumber lain, dilakukan konversi ke bentuk bahan mentah terlebih dahulu sebelum dijumlahkan.

3. Konsumsi Energi (kkal/orang/hari)

Total konsumsi energi dihitung dari sembilan kelompok bahan pangan. Setiap kelompok dikalkulasi berdasarkan total energi dari jenis-jenis pangan di dalamnya, yang diperoleh dari hasil perkalian antara jumlah pangan yang dikonsumsi (dalam gram) dengan kandungan energinya.

Penghitungan ini mengikuti standar dari Permenkes No. 28 Tahun 2019, dengan Angka Kecukupan Energi (AKE) sebesar 2.100 kkal per orang per hari. Tingkat Konsumsi Energi (TKE) dihitung dengan membandingkan total energi yang dikonsumsi dengan AKE tersebut.

4. Konsumsi Protein (gram/orang/hari)

Perhitungan konsumsi protein dilakukan dengan menjumlahkan kandungan protein dari sembilan kelompok bahan pangan. Setiap kelompok dihitung berdasarkan total protein dari jenis-jenis pangan yang dikonsumsi, diperoleh dari perkalian jumlah pangan (gram) dengan kandungan proteinnya.

5. Skor Pola Pangan Harapan (PPH)

Skor PPH digunakan sebagai indikator kualitas dan keberagaman konsumsi pangan, serta membantu dalam perencanaan kebutuhan konsumsi. Skor maksimum adalah 100; semakin tinggi nilainya, semakin baik keragaman dan keseimbangan gizi dalam pola konsumsi masyarakat.

3.4 Perhitungan Pola Pangan Harapan (PPH)

Berdasarkan Peraturan Badan Pangan Nasional Nomor 11 Tahun 2023 tentang PPH, terdapat 10 langkah untuk menghitung skor dan komposisi PPH aktual (susunan PPH), sebagai berikut:

1. Pengelompokan Pangan menjadi 9 (sembilan) kelompok pangan yang mengacu pada PPH.

Zat gizi adalah komponen dalam makanan yang dibutuhkan tubuh untuk menghasilkan energi, memperbaiki jaringan yang rusak, serta membentuk zat penting seperti enzim, hormon, dan antibodi. Zat gizi terbagi menjadi dua kelompok utama, yaitu: (1) Makronutrien:

karbohidrat, lemak, dan protein; (2) Mikronutrien: vitamin dan mineral.

Tingkat kecukupan gizi mengacu pada perbandingan antara jumlah zat gizi yang dikonsumsi dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan. Menurut Kementerian Kesehatan (2015), klasifikasi tingkat kecukupan energi dan protein adalah: (1) Defisit berat: <70% AKG; (2) Defisit sedang: 70-79% AKG; (3) Defisit ringan: 80-89% AKG; (4) Normal: 90-119% AKG; (5) Kelebihan: ≥120% AKG. Sedangkan klasifikasi untuk vitamin dan mineral adalah: (1) Kurang: <77% AKG; (2) Cukup: ≥77% AKG. Kriteria dan besarnya bobot dari setiap kelompok pangan dapat dilihat seperti tabel berikut ini.

Tabel 3.1. Sumbangan Energi dari Sembilan Kelompok Makanan

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

9	Lain-lain	-	60	3,0	0,0	0,0
Jumlah			2.000	100.0	-	100

Keterangan:

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

2. Konversi data dalam bentuk jenis dan satuan yang sama atau disepakati.

Pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga umumnya beragam dalam bentuk dan satuannya, sehingga perlu dikonversi ke dalam satuan berat yang seragam dan jenis komoditas yang disepakati agar dapat dihitung total konsumsinya. Idealnya, konversi dilakukan ke dalam bentuk *berat mentah*. Beberapa hal penting yang harus diperhatikan saat melakukan konversi adalah:

- Jika data berasal dari makanan jadi yang terdiri atas berbagai bahan, maka perlu diuraikan menjadi komponen bahan pangan tunggal. Masing-masing bahan dicatat berdasarkan beratnya. Misalnya 1 porsi lodeh terdiri dari 200 gram labu siam, 150 gram kacang panjang, dan 100 gram tempe.
- Jika data menggunakan ukuran rumah tangga, maka perlu dikonversi ke gram dengan mengacu pada daftar konversi yang

berlaku di daerah setempat. Misalnya 1 sendok makan gula pasir setara dengan 15 gram, sehingga 3 sendok makan = 45 gram.

- Bila informasi yang tersedia adalah berat setelah dimasak, konversikan ke berat mentah menggunakan faktor konversi yang sesuai. Misalnya 250 gram ayam goreng dikonversi menjadi berat mentah dengan mengalikan $250 \times 1,2 = 300$ gram ayam mentah.
- Jika pangan dimasak menggunakan minyak, perlu dihitung berapa banyak minyak yang diserap oleh makanan. Perhitungannya dilakukan dengan mengalikan berat mentah bahan pangan dengan persentase penyerapan minyak. Misalnya 400 gram tempe menyerap $400 \times 5\% = 20$ gram minyak goreng.

3. Penghitungan Energi Berdasarkan Kelompok Pangan

Langkah ini melibatkan perhitungan jumlah energi dari setiap jenis pangan yang dikonsumsi, dengan mengacu pada *Daftar Komposisi Bahan Makanan* (DKBM). Kandungan energi dinyatakan dalam satuan kilokalori (kcal) per 100 gram bagian yang dapat dimakan (BDD), sebagaimana tercantum dalam kolom energi pada DKBM.

4. Penghitungan Total Energi dari 9 Kelompok Pangan

Tahapan ini bertujuan untuk menjumlahkan kandungan energi dari setiap kelompok pangan. Dengan demikian, dapat diketahui total energi aktual yang dikonsumsi dari keseluruhan 9 (sembilan) kelompok pangan yang telah dianalisis sebelumnya.

Total energi dari 9 kelompok pangan = Energi kelompok padi-padian + umbi-umbian + ... + energi kelompok lain-lain.

5. Menghitung Persentase Kontribusi Energi Setiap Kelompok Pangan

Langkah ini bertujuan untuk mengevaluasi pola atau komposisi energi yang berasal dari masing-masing kelompok pangan. Perhitungan dilakukan dengan membagi energi dari satu kelompok pangan terhadap total energi aktual dari seluruh kelompok, kemudian dikalikan 100% untuk memperoleh kontribusi dalam satuan persen.

Kontribusi Energi per Kelompok Pangan (%)

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

6. Menghitung Kontribusi Energi Setiap Kelompok Pangan terhadap AKE (Angka Kecukupan Energi)

Tahapan ini bertujuan untuk menilai seberapa besar konsumsi energi dari masing-masing kelompok pangan dibandingkan dengan AKE. Perhitungannya dilakukan dengan membagi energi dari setiap kelompok pangan terhadap AKE nasional (2.100 kkal/kapita/hari), lalu dikalikan 100% untuk memperoleh kontribusinya dalam satuan persen.

Kontribusi Energi Kelompok Pangan (%AKE)

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

7. Menghitung Skor Aktual Berdasarkan Kontribusi Energi dan Bobot Kelompok Pangan

Langkah ini dilakukan dengan mengalikan persentase kontribusi energi dari masing-masing kelompok pangan dengan bobot yang telah ditetapkan untuk tiap kelompok. Hasil perkalian ini disebut sebagai skor aktual yang mencerminkan peran relatif kelompok pangan tersebut dalam pola konsumsi secara keseluruhan.

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

8. Menghitung Skor Berdasarkan AKE (Angka Kecukupan Energi)

Pada tahap ini, skor AKE dihitung dengan cara mengalikan persentase kontribusi AKE dari tiap kelompok pangan dengan bobot yang telah ditentukan untuk masing-masing kelompok. Hasil dari proses ini menunjukkan kontribusi relatif kelompok pangan terhadap kecukupan energi berdasarkan standar AKE nasional.

Skor AKE = % AKE setiap kelompok pangan x bobot

9. Menghitung Skor PPH per Kelompok Pangan dan Total Skor PPH

Skor Pola Pangan Harapan (PPH) aktual dihitung dengan membandingkan skor AKE tiap kelompok pangan dengan skor maksimum yang mencerminkan komposisi ideal konsumsi pangan. Adapun ketentuan dalam perhitungannya sebagai berikut:

- Jika skor AKE suatu kelompok pangan lebih tinggi dari skor maksimum, maka skor PPH yang digunakan adalah skor maksimum.

- Jika skor AKE suatu kelompok pangan lebih rendah dari skor maksimum, maka skor PPH yang digunakan adalah skor AKE tersebut.

Skor PPH tiap kelompok pangan mencerminkan sejauh mana konsumsi aktual mendekati pola konsumsi ideal pada periode waktu tertentu. Misalnya, jika skor AKE kelompok padi-padian sebesar 26,8, sedangkan skor maksimum kelompok tersebut adalah 25,0, maka skor PPH yang dicatat adalah 25,0.

10. Menghitung Total Skor Pola Pangan Harapan (PPH)

Total skor PPH, yang mencerminkan kualitas dan keragaman konsumsi pangan, diperoleh dari penjumlahan skor sembilan kelompok pangan, mulai dari kelompok padi-padian hingga kelompok lainnya. Skor ini menunjukkan seberapa beragam pola konsumsi pangan masyarakat pada suatu waktu tertentu.

$$\text{Skor PPH} = \text{skor PPH kelompok padi-padian} + \text{umbi-umbian} + \dots + \text{skor PPH kelompok lain-lain}$$

3.5 Teknik Pengambilan Sampel

Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling*, di mana populasi terlebih dahulu diklasifikasikan ke dalam subpopulasi berdasarkan jumlah kecamatan, jumlah penduduk, tingkat pendidikan, serta jenis pekerjaan. Setelah itu, digunakan teknik *purposive sampling* untuk pemilihan sampel yang lebih spesifik.

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh rumah tangga di Kota Medan, dengan mempertimbangkan karakteristik lokal seperti pusat kota, pinggiran, wilayah utara, dan selatan. Sampel yang mewakili populasi berjumlah 500 rumah tangga, ditentukan berdasarkan perhitungan statistik dengan margin of error sebesar 5% dan tingkat kepercayaan 95%.

Proses penentuan sampel mencakup seluruh 21 kecamatan di Kota Medan dan 30% dari total 151 kelurahan, yaitu sebanyak 45 kelurahan yang dipilih berdasarkan tingkat ekonomi dan pendapatan rumah tangga. Dari 45 kelurahan tersebut, diambil 500 rumah tangga sebagai responden penelitian.

Pemilihan rumah tangga sebagai sampel dilakukan secara stratifikasi dengan memperhatikan dua aspek utama, yaitu: (1) tingkat sosial ekonomi (tinggi, sedang, rendah); (2) lokasi tempat tinggal (wilayah kecamatan di pusat kota dan pinggiran kota).

3.6 Pengambilan Data

Kegiatan survei dilaksanakan di 21 kecamatan yang berada di Kota Medan, meliputi: Medan Tuntungan, Medan Johor, Medan Amplas, Medan Denai, Medan Area, Medan Kota, Medan Maimun, Medan Polonia, Medan Baru, Medan Selayang, Medan Sunggal, Medan Helvetia, Medan Petisah, Medan Barat, Medan Timur, Medan Perjuangan, Medan Tembung, Medan Deli, Medan Labuhan, Medan Marelal, dan Medan Belawan.

Penyebaran serta lokasi responden yang menjadi sampel dalam pemantauan kualitas konsumsi pangan masyarakat Kota Medan tahun 2024 disajikan pada tabel berikut.

Tabel 3.2. Penyebaran dan Lokasi Responden Analisa Kualitas Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan Tahun 2025

No	Kecamatan	Kelurahan	Jumlah Sampel	
1	Medan Tuntungan	Namo Gajah	10	20
		Tanjung Selamat	10	
2	Medan Johor	Sukamaju	10	20
		Gedung Johor	5	
		Kedai Durian	5	
3	Medan Amplas	Bangun Mulia	10	25
		Timbang Deli	15	
4	Medan Denai	Binjai	5	25
		Denai	5	
		Tegal Sari Mandala I	5	
		Tegal Sari Mandala II	5	
		Tegal Sari Mandala III	5	
5	Medan Area	Sei Rengas Permata	10	25
		Sukaramai I	10	
		Sukaramai II	5	
6	Medan Kota	Teladan Barat	10	30
		Pasar Baru	5	
		Sudirejo I	5	
		Sudirejo II	5	

No	Kecamatan	Kelurahan	Jumlah Sampel	
		Seirengas I	5	
7	Medan Maimun	Sukaraja	13	23
		Sei Mati	5	
		Jati	5	
8	Medan Polonia	Anggrung	10	30
		Suka Damai	5	
		Polonia	15	
9	Medan Baru	Babura	5	20
		Darat	15	
10	Medan Selayang	Asam Kumbang	10	28
		Sempakata	13	
		Tanjung Sari	5	
11	Medan Sunggal	Lalang	10	25
		Babura Sunggal	5	
		Simpang Tanjung	10	
12	Medan Helvetia	Cinta Damai	10	25
		Dwikora	10	
		Tanjung Gusta	5	
13	Medan Petisah	Sekip	10	23
		Sei Sikambing D	13	
14	Medan Barat	Sei Agul	5	20
		Silalas	15	
15	Medan Timur	Durian	10	25
		Gaharu	10	
		Perintis	5	
16	Medan Perjuangan	Pahlawan	5	21
		Pandau Hilir	5	
		Sei Kera Hulu	11	

No	Kecamatan	Kelurahan	Jumlah Sampel	
17	Medan Tembung	Bandar Selamat	5	20
		Bantan	5	
		Bantan Timur	5	
		Tembung	5	
18	Medan Deli	Kota Bangun	5	15
		Mabar Hilir	5	
		Titi Papan	5	
19	Medan Labuhan	Besar	5	20
		Tangkahan	10	
		Martubung	5	
20	Medan Marelan	Labuhan Deli	5	20
		Paya Pasir	5	
		Rengas Pulau	10	
21	Medan Belawan	Belawan Bahari	5	40
		Belawan Sicanang	15	
		Belawan I	10	
		Belawan II	10	
Jumlah				500

ANALISA KUALITAS KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT
KOTA MEDAN TAHUN 2025



BAB 4

GAMBARAN

UMUM KOTA

MEDAN

BAB IV

GAMBARAN UMUM KOTA MEDAN

4.1 Kondisi Makro Ekonomi

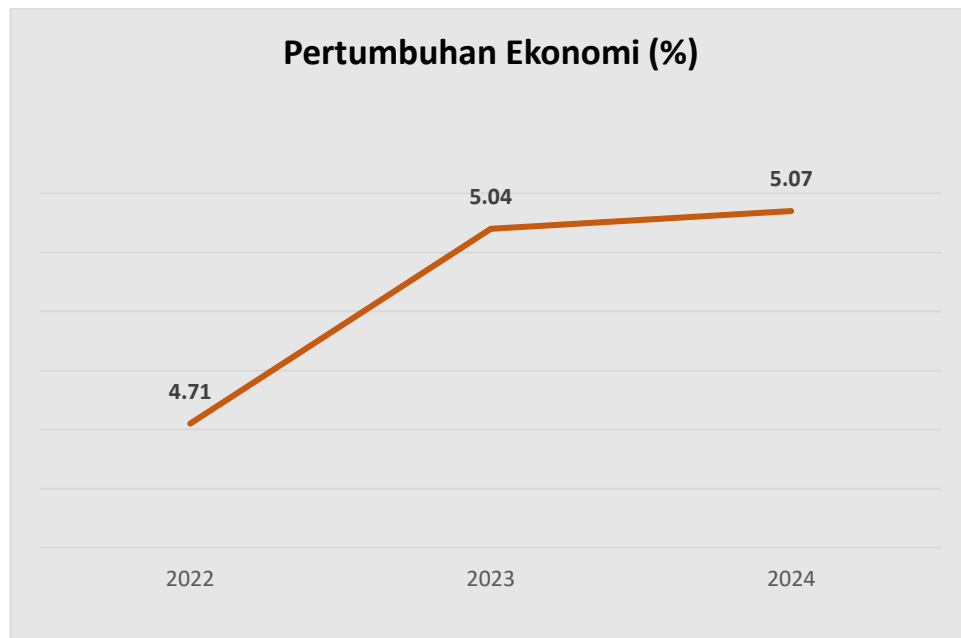
Secara umum, makroekonomi merupakan cabang ilmu yang menganalisis penyebab dan dinamika kekayaan suatu negara melalui pendekatan menyeluruh terhadap aktivitas ekonomi. Untuk itu, analisis dilakukan menggunakan beberapa indikator utama, antara lain Pertumbuhan Ekonomi, Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT), Indeks Pembangunan Manusia (IPM), Indeks Gini, dan Produk Domestik Regional Bruto (PDRB). Pembahasan berikut menyoroti kondisi makroekonomi Kota Medan pada tahun 2025.

4.1.1 Pertumbuhan Ekonomi

Pertumbuhan ekonomi didefinisikan sebagai peningkatan nilai barang dan jasa yang dihasilkan suatu wilayah dalam periode tertentu, yang umumnya diukur melalui persentase Produk Domestik Regional Bruto (PDRB). Indikator ini mencerminkan kemampuan suatu negara atau daerah dalam memanfaatkan sumber daya yang ada untuk menghasilkan output yang lebih besar.

Pentingnya pertumbuhan ekonomi terletak pada kontribusinya dalam memperluas kesempatan kerja, meningkatkan rata-rata pendapatan penduduk, serta mendorong peningkatan kesejahteraan masyarakat. Selain itu, pertumbuhan ekonomi juga menjadi pendorong lahirnya inovasi dan

pengembangan teknologi, sekaligus membuka ruang investasi lebih besar di bidang pendidikan, kesehatan, dan infrastruktur.



Sumber: Kota Medan Dalam Angka 2025

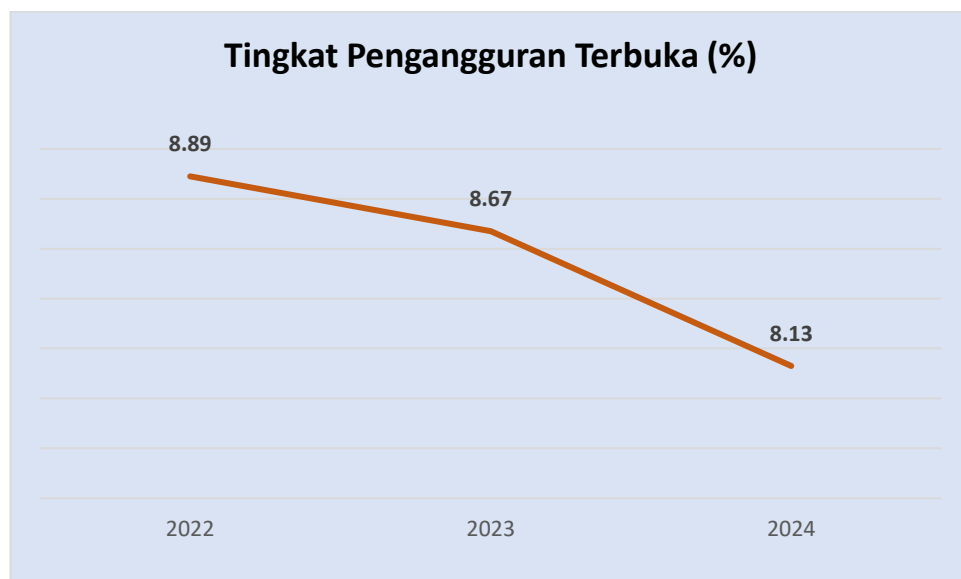
Gambar 4.1 Grafik Pertumbuhan Ekonomi Kota Medan Tahun 2022-2024 (Persen)

Pertumbuhan ekonomi di Kota Medan terus mengalami perubahan dari tahun ke tahun. Pada 2022, laju pertumbuhan ekonomi tercatat sebesar 4,71 persen. Angka ini kemudian meningkat pada 2023 menjadi 5,04 persen. Tren positif tersebut berlanjut di tahun 2024 dengan pertumbuhan mencapai 5,07 persen.

4.1.2 Tingkat Pengangguran Terbuka

Dalam kajian ketenagakerjaan, pengangguran merujuk pada individu yang termasuk ke dalam angkatan kerja namun belum memperoleh pekerjaan, meskipun telah berusaha mencarinya pada tingkat

upah tertentu. Persoalan pengangguran di suatu daerah tidak hanya berdampak pada roda perekonomian, tetapi juga memengaruhi stabilitas sosial masyarakat. Untuk menilai tingkat keparahannya, digunakan ukuran Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT), yakni rasio jumlah pengangguran terhadap total angkatan kerja.



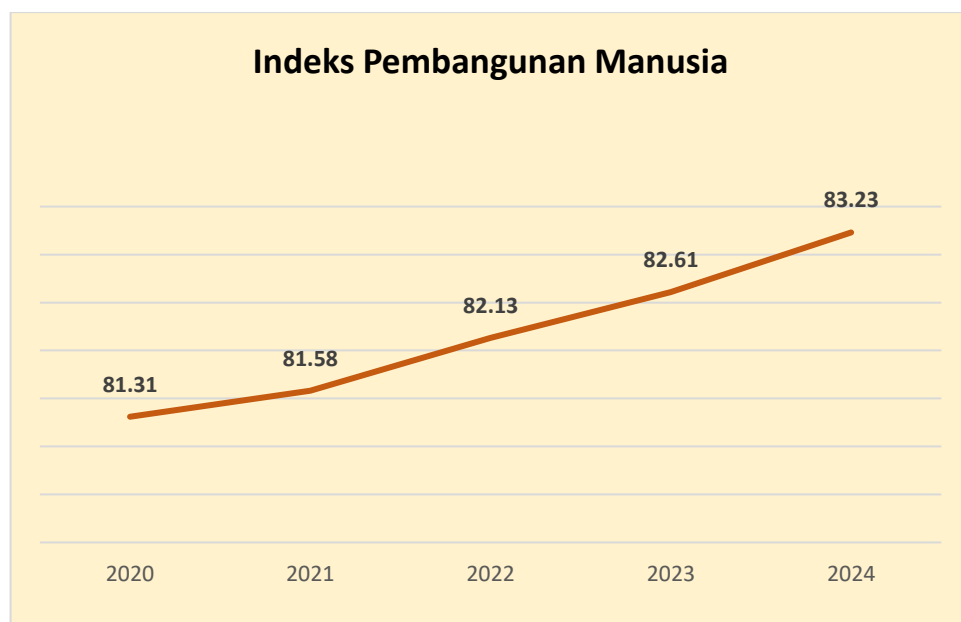
Sumber: Kota Medan Dalam Angka 2025

Gambar 4.2 Grafik Tingkat Pengangguran Terbuka Kota Medan Tahun 2022-2024 (Persen)

Berdasarkan grafik tersebut, Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) di Kota Medan memperlihatkan pola yang berfluktuasi dari tahun ke tahun. Pada 2022, TPT tercatat sebesar 8,89 persen, kemudian sedikit menurun menjadi 8,67 persen pada 2023. Tren penurunan ini berlanjut pada 2024 dengan angka 8,13 persen. Data tersebut menunjukkan bahwa meskipun pergerakan TPT tidak selalu signifikan, secara umum terjadi kecenderungan penurunan dalam tiga tahun terakhir.

4.1.3 Indeks Pembangunan Manusia (IPM)

Indeks Pembangunan Manusia (IPM) atau Human Development Index (HDI) merupakan alat ukur yang digunakan untuk menilai keberhasilan pembangunan manusia berdasarkan kualitas hidup. IPM disusun melalui tiga dimensi utama, yakni kesehatan dan umur panjang, tingkat pengetahuan, serta standar hidup yang layak. Nilai IPM mencerminkan capaian pembangunan manusia secara menyeluruh di suatu negara atau daerah. Semakin tinggi nilai yang diperoleh, semakin baik pula kualitas pembangunan manusianya.



Sumber: Kota Medan Dalam Angka 2025

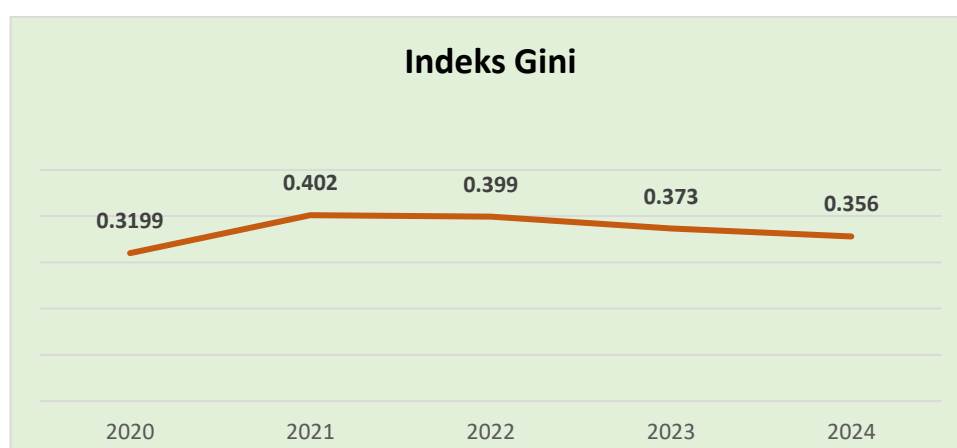
Gambar 4.3 Grafik Indeks Pembangunan Manusia Kota Medan Tahun 2020-2024 (Persen)

Berdasarkan grafik di atas, Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Kota Medan menunjukkan tren yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Pada 2020, nilai IPM tercatat sebesar 81,31 persen, kemudian naik menjadi

81,58 persen pada 2021. Peningkatan berlanjut di tahun 2022 dengan capaian 82,13 persen, dan semakin menguat pada 2023 dengan angka 82,61 persen. Pada 2024, IPM Kota Medan kembali mengalami lonjakan, mencapai 83,23 persen, yang menandakan perbaikan kualitas pembangunan manusia secara konsisten.

4.1.4 Indeks Gini

Koefisien atau Indeks Gini digunakan untuk menggambarkan tingkat ketimpangan distribusi pengeluaran di suatu wilayah. Nilai indeks ini berada pada rentang 0 hingga 1. Angka 0 menunjukkan pemerataan sempurna, sedangkan angka 1 menandakan ketimpangan absolut. Dalam praktiknya, nilai di bawah 0,3 dikategorikan rendah, 0,3–0,5 tergolong moderat, dan di atas 0,5 dianggap tinggi. Semakin besar nilai koefisien Gini, semakin buruk kondisi pemerataan ekonomi. Sebaliknya, semakin mendekati nol, semakin merata distribusi pendapatan masyarakat di wilayah tersebut.



Sumber: Kota Medan Dalam Angka 2025

Gambar 4.4 Grafik Indeks Gini Kota Medan Tahun 2020-2024

Berdasarkan grafik tersebut, terlihat bahwa Indeks Gini Kota Medan dalam lima tahun terakhir cenderung berfluktuasi. Pada tahun 2020, nilai Indeks Gini tercatat sebesar 0,3199, kemudian mengalami peningkatan signifikan di tahun 2021 menjadi 0,4020. Selanjutnya, pada tahun 2022 terjadi sedikit penurunan menjadi 0,3990, dan berlanjut turun lagi di tahun 2023 sebesar 0,3730. Hingga tahun 2024, nilai Indeks Gini kembali menurun ke angka 0,3560. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa meskipun sempat mengalami lonjakan tajam pada 2021, secara umum Indeks Gini Kota Medan menunjukkan tren menurun dalam dua tahun terakhir.

4.1.5 Produk Domestik Regional Bruto (PDRB)

Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) adalah total nilai tambah bruto dari seluruh barang dan jasa yang dihasilkan di suatu wilayah dalam jangka waktu tertentu sebagai hasil dari berbagai aktivitas ekonomi. Penghitungan PDRB dapat dilakukan melalui tiga pendekatan, yakni produksi, pengeluaran, dan pendapatan. Data PDRB biasanya disajikan dalam dua bentuk: harga berlaku dan harga konstan. Harga berlaku digunakan untuk melihat struktur perekonomian suatu daerah, sedangkan harga konstan dipakai untuk menilai pertumbuhan ekonominya. PDRB Kota Medan Atas Dasar Harga Berlaku Menurut Lapangan Usaha selama tahun 2020-2024 dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut ini.

Tabel 4.1 PDRB Atas Dasar Harga Berlaku Menurut Lapangan Usaha di Kota Medan, 2020-2024

Lapangan Usaha	2020	2021	2022	2023	2024
Pertanian, Kehutanan, dan Perikanan	2.695,32	2.502,90	2.675,75	2.818,56	2.959,78
Pertambangan dan Penggalan	2,38	2,50	2,68	2,88	2,91
Industri Pengolahan	34.186,37	36.233,53	39.700,11	42.679,67	46.351,46
Pengadaan Listrik dan Gas	233,49	249,46	265,10	279,92	298,25
Pengadaan Air; Pengelolaan Sampah, Limbah, dan Daur Ulang	489,55	507,70	528,47	556,38	589,37
Konstruksi	45.610,72	49.099,95	53.504,94	56.404,83	60.668,42
Perdagangan Besar dan Eceran; Reparasi Mobil dan Sepeda Motor	62.278,30	66.278,25	73.541,91	80.787,61	87.897,60
Transportasi dan Pergudangan	14.136,93	14.121,61	16.446,01	19.037,94	21.690,73
Penyediaan Akomodasi dan Makan Minum	6.619,81	6.544,29	7.454,45	8.604,06	10.100,82
Informasi dan Komunikasi	13.604,94	14.537,49	16.343,84	18.321,16	19.402,40
Jasa Keuangan dan Asuransi	14.547,51	15.529,46	16.856,17	17.660,96	18.516,67
Real Estat	23.032,95	23.317,70	25.330,01	26.262,54	28.357,86
Jasa Perusahaan	6.721,61	6.986,76	8.107,28	8.982,80	10.075,45
Administrasi Pemerintahan	4.672,05	4.761,18	4.735,90	4.605,67	4.989,17

Lapangan Usaha	2020	2021	2022	2023	2024
, Pertahanan, dan Jaminan Sosial Wajib					
Jasa Pendidikan	6.262,52	6.468,63	6.753,01	7.350,57	7.867,32
Jasa Kesehatan dan Kegiatan Sosial	4.221,91	4.253,98	4.598,93	5.081,29	5.568,02
Jasa Lainnya	2.882,48	2.921,58	3.314,46	3.875,03	4.252,93
Produk Domestik Regional Bruto	242.198,84	254.721,96	280.159,04	303.311,88	329.609,17

Sumber: Kota Medan Dalam Angka 2025

Berdasarkan data PDRB atas dasar harga konstan, dapat dilihat bahwa struktur perekonomian Kota Medan masih didominasi oleh sektor perdagangan besar dan eceran; reparasi mobil dan sepeda motor dengan nilai mencapai 87.897,60 miliar rupiah. Posisi kedua ditempati oleh sektor konstruksi dengan kontribusi sebesar 60.668,42 miliar rupiah, disusul oleh sektor industri pengolahan yang mencatat angka 46.351,46 miliar rupiah. Sementara itu, sektor pertanian, kehutanan, dan perikanan meskipun masih berperan, nilainya relatif lebih kecil yaitu 2.959,78 miliar rupiah dibandingkan dengan sektor-sektor utama lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa roda perekonomian Kota Medan lebih banyak ditopang oleh aktivitas perdagangan, pembangunan fisik, dan industri pengolahan.

4.2 Kondisi Kemiskinan

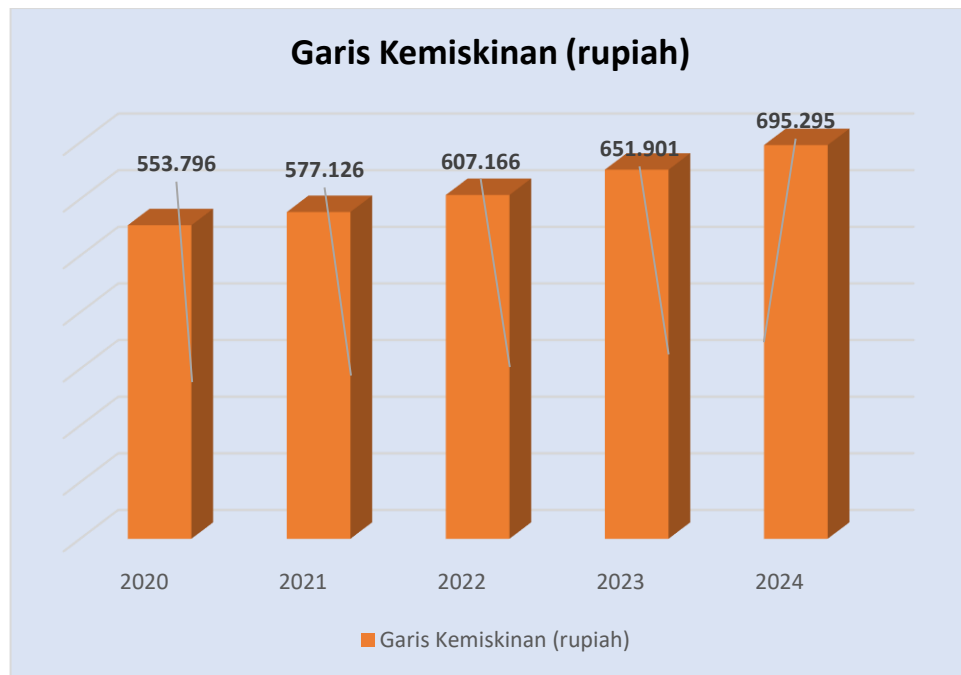
Kemiskinan dipahami sebagai fenomena yang bersifat multidimensi, karena tidak hanya terkait dengan aspek ekonomi, tetapi juga menyentuh dimensi sosial, budaya, politik, serta partisipasi dalam kehidupan bermasyarakat. Secara sederhana, kemiskinan menggambarkan kondisi ketika seseorang tidak memiliki kecukupan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Dalam konteks ekonomi, hal ini berarti ketidakmampuan untuk mencapai standar hidup rata-rata masyarakat di suatu wilayah. Rendahnya pendapatan yang dimiliki menyebabkan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasar seperti pangan, sandang, dan papan, serta berdampak pada keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan maupun pendidikan.

Terdapat 5 karakteristik penduduk miskin antara lain:

- a. Tidak memiliki faktor produksi sendiri
- b. Tidak mempunyai kemungkinan untuk memperoleh aset produksi dengan kekuatan sendiri
- c. Tingkat pendidikan pada umumnya rendah
- d. Banyak di antara mereka yang tidak mempunyai fasilitas
- e. Di antara mereka berusia relatif muda dan tidak mempunyai keterampilan atau pendidikan yang memadai

4.2.1 Garis Kemiskinan

Garis Kemiskinan adalah ukuran yang menunjukkan besarnya pengeluaran minimum dalam rupiah yang dibutuhkan seseorang untuk mencukupi kebutuhan pokok selama satu bulan, baik pangan maupun nonpangan. Nilai ini diperoleh dari penjumlahan garis kemiskinan makanan (GKM) dan garis kemiskinan nonmakanan (GKNM). Individu atau rumah tangga dengan rata-rata pengeluaran per kapita per bulan lebih rendah daripada garis tersebut digolongkan sebagai penduduk miskin.



Sumber: Kota Medan Dalam Angka 2025

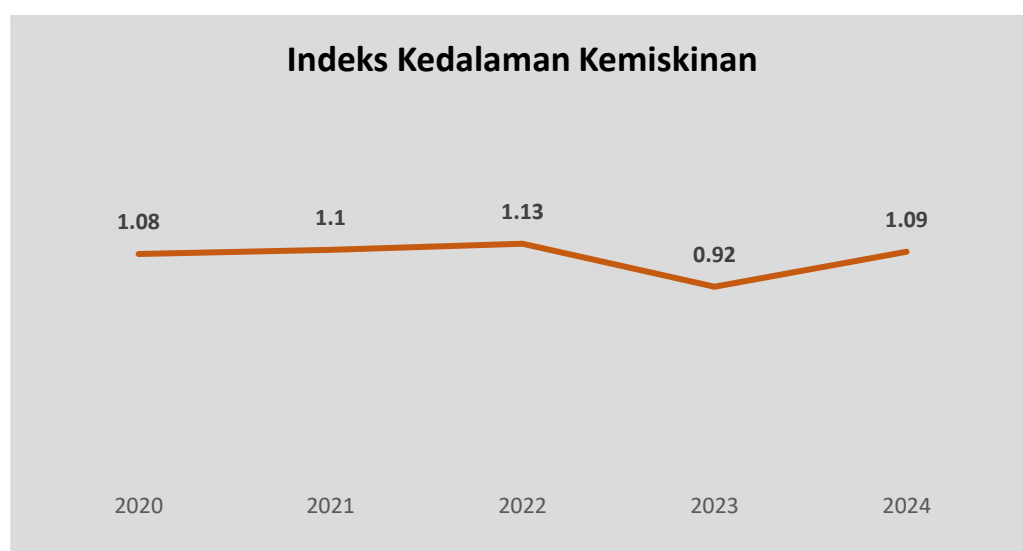
**Gambar 4.5 Grafik Garis Kemiskinan Kota Medan Tahun 2020-2024
(rupiah)**

Grafik di atas memperlihatkan bahwa garis kemiskinan di Kota Medan terus mengalami kenaikan setiap tahunnya selama periode 2020 hingga 2024. Pada tahun 2020, garis kemiskinan tercatat sebesar

Rp553.796. Angka ini meningkat menjadi Rp577.126 pada tahun 2021. Tahun berikutnya, yakni 2022, garis kemiskinan kembali naik menjadi Rp607.166. Tren kenaikan ini berlanjut pada tahun 2023 dengan nilai sebesar Rp651.901, dan pada tahun 2024 mencapai angka tertinggi selama lima tahun terakhir, yaitu Rp695.295. Kenaikan ini menunjukkan adanya peningkatan kebutuhan minimum yang harus dipenuhi penduduk untuk dapat dikategorikan tidak miskin.

4.2.2 Indeks Kedalaman Kemiskinan

Indeks kedalaman kemiskinan digunakan untuk mengukur rata-rata selisih antara pengeluaran penduduk miskin dengan garis kemiskinan. Nilai indeks yang tinggi menunjukkan bahwa rata-rata pengeluaran masyarakat miskin berada semakin jauh di bawah garis kemiskinan.



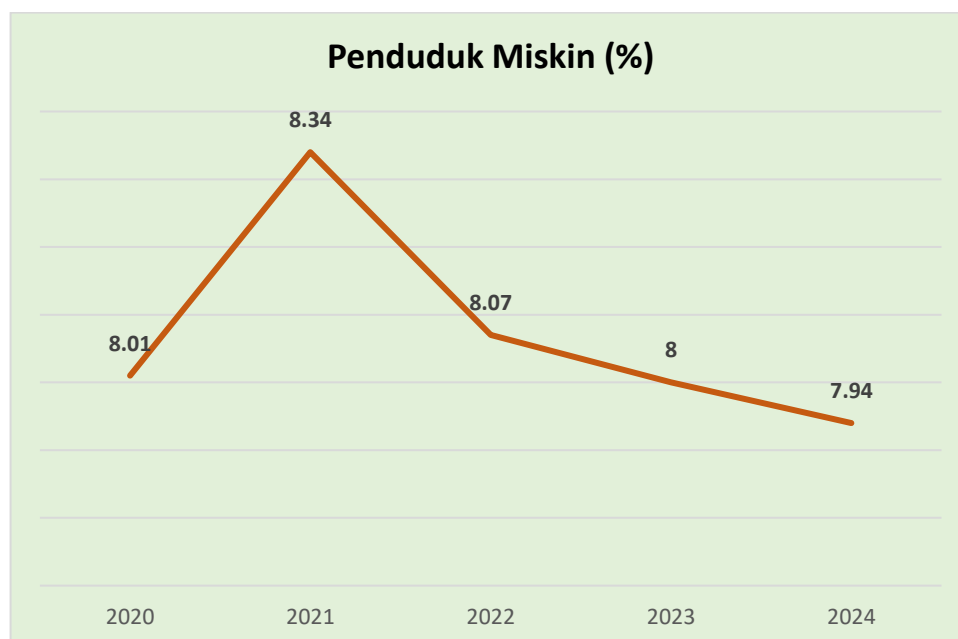
Sumber: Kota Medan Dalam Angka 2025

Gambar 4.6 Grafik Indeks Kedalaman Kemiskinan Kota Medan Tahun 2020-2024 (Persen)

Indeks Kedalaman Kemiskinan Kota Medan dari tahun 2020 hingga 2024 menunjukkan pola yang berfluktuasi. Pada tahun 2020, indeks tercatat sebesar 1,08 persen dan mengalami sedikit kenaikan di tahun 2021 menjadi 1,1 persen. Peningkatan kembali terjadi pada tahun 2022 dengan nilai 1,13 persen. Namun, pada tahun 2023 indeks tersebut menurun cukup signifikan hingga 0,92 persen. Selanjutnya, pada tahun 2024 indeks kembali naik menjadi 1,09 persen.

4.2.3 Penduduk Miskin

Penduduk yang memiliki rata-rata pengeluaran perkapita perbulan dibawah garis kemiskinan.



Sumber: Kota Medan Dalam Angka 2025

**Gambar 4.7 Grafik Penduduk Miskin Kota Medan Tahun 2020- 2024
(Persen)**



Berdasarkan grafik, persentase penduduk miskin di Kota Medan mengalami perubahan dari tahun ke tahun. Pada 2020, persentasenya tercatat sebesar 8,01 persen. Tahun 2021 mengalami kenaikan menjadi 8,34 persen. Namun, pada 2022 persentase tersebut menurun menjadi 8,07 persen, dan kembali turun di tahun 2023 menjadi 8,00 persen. Selanjutnya, pada 2024 angka penduduk miskin terus menurun hingga mencapai 7,94 persen.

ANALISA KUALITAS KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT
KOTA MEDAN TAHUN 2025



BAB 5

HASIL DAN

PEMBAHASAN

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

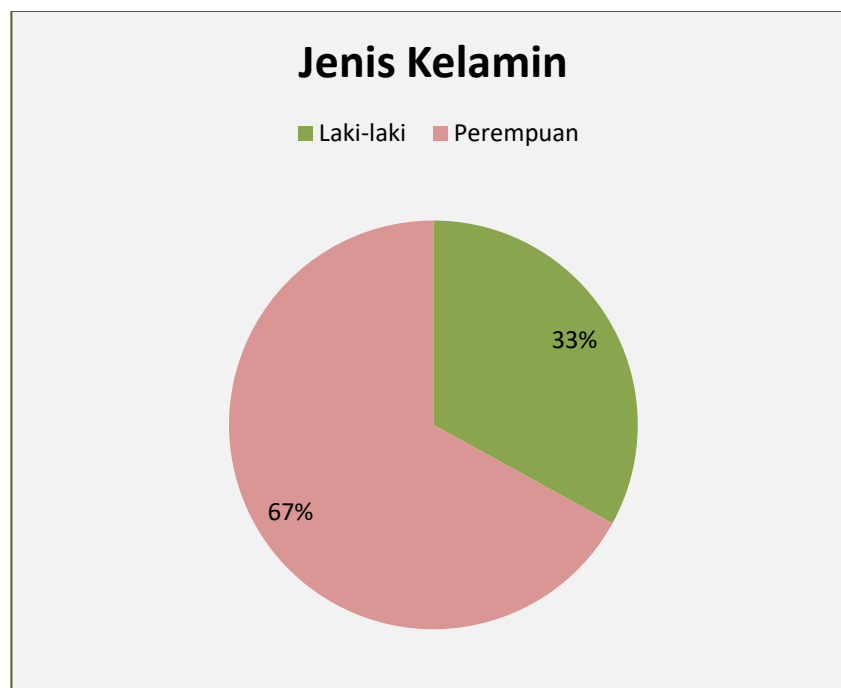
5.1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden merupakan ciri yang menggambarkan identitas responden yang membedakan antara satu responden dengan responden yang lain. Karakteristik responden yang diamati pada penyusunan Kajian Pola Pangan Harapan (PPH) Kota Medan terdiri dari 500 responden yang memenuhi ketentuan dan kriteria yang ditetapkan. Karakteristik responden yang diamati meliputi karakteristik responden berdasarkan pada tingkat jenis kelamin, karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan, karakteristik responden berdasarkan pada jenis pekerjaan, karakteristik responden berdasarkan jumlah anggota rumah tangga serta karakteristik responden berdasarkan pendapatan. Berikut merupakan karakteristik dari masing-masing responden berdasarkan klasifikasi tersebut.

5.1.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terhadap Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan menunjukkan adanya perbedaan kecenderungan pola konsumsi antara laki-laki dan perempuan. Responden laki-laki umumnya memiliki kebutuhan energi yang lebih tinggi karena aktivitas fisik yang relatif lebih berat. Hal ini tercermin dari konsumsi mereka yang cenderung lebih besar pada pangan pokok seperti beras, jagung, serta sumber protein hewani seperti

daging, ikan, dan telur. Sementara itu, responden perempuan lebih memperhatikan variasi konsumsi dengan mengutamakan sayur, buah, serta sumber protein nabati. Perbedaan pola konsumsi ini dipengaruhi oleh faktor fisiologis, peran sosial, serta kesadaran gizi, di mana perempuan umumnya lebih memiliki perhatian terhadap keberagaman pangan keluarga. Persentase responden berdasarkan jenis kelamin adalah sebagai berikut:



Gambar 5.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terhadap Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan memperlihatkan bahwa jumlah responden perempuan lebih dominan, yaitu sebesar 67% atau sebesar 335 responden, sedangkan laki-laki hanya 33% atau sebesar 165 responden. Komposisi ini menunjukkan bahwa mayoritas data yang diperoleh dalam survei PPH lebih banyak dipengaruhi oleh pola konsumsi perempuan. Hal ini sejalan dengan

kenyataan di lapangan bahwa perempuan sering berperan penting dalam menentukan jenis bahan pangan yang dikonsumsi keluarga, mulai dari perencanaan belanja, pengolahan makanan, hingga penyajian. Dengan demikian, kecenderungan perempuan dalam memilih sayuran, buah, serta pangan nabati turut memengaruhi skor keragaman pangan pada hasil PPH di Kota Medan.

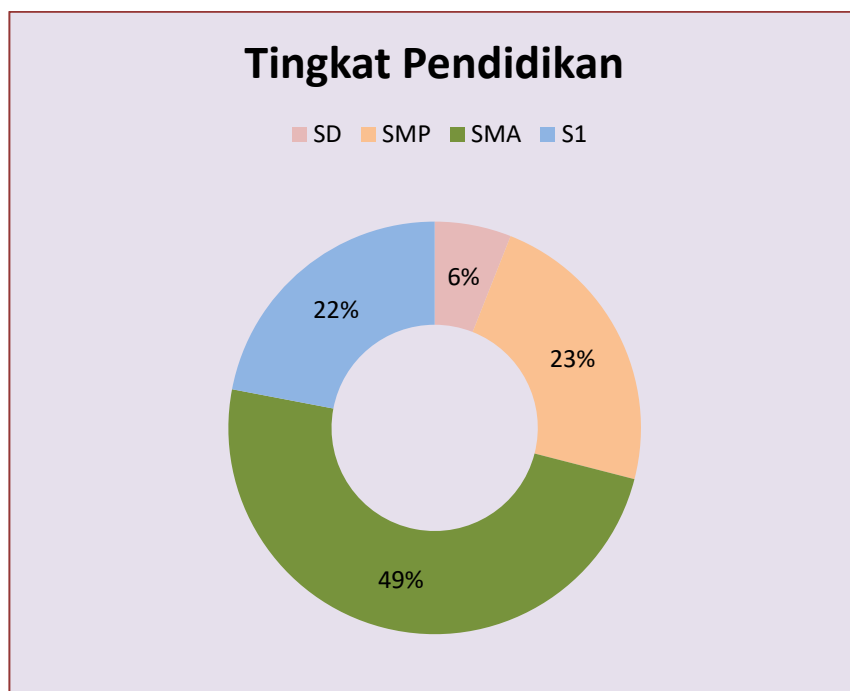
Sementara itu, meskipun jumlah responden laki-laki lebih sedikit, yaitu 33%, kontribusinya tetap penting karena laki-laki cenderung memiliki konsumsi pangan yang berbeda, terutama pada makanan pokok dan sumber protein hewani seperti daging, ikan, dan telur. Namun, jika dibandingkan dengan perempuan, pola konsumsi laki-laki relatif kurang beragam sehingga dapat menyebabkan variasi skor PPH lebih rendah pada aspek asupan sayur dan buah. Dominasi responden perempuan pada penelitian ini justru menjadi keuntungan karena memperlihatkan kecenderungan positif terhadap peningkatan skor PPH, terutama dari segi keragaman pangan. Oleh karena itu, hasil survei dengan komposisi responden 67% perempuan dan 33% laki-laki memberikan gambaran bahwa upaya peningkatan kualitas konsumsi pangan di Kota Medan akan lebih efektif jika melibatkan perempuan sebagai penggerak utama perubahan pola makan sehat dan beragam.

5.1.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan sering dijadikan salah satu indikator untuk menilai tingkat intelektual seseorang. Semakin tinggi jenjang pendidikan yang ditempuh, maka semakin luas pula pengetahuan individu mengenai manfaat kesehatan. Dalam hal

ini, seseorang tidak hanya menilai makanan dari tampilan yang menarik atau rasa yang enak, tetapi juga mempertimbangkan kandungan gizi serta nilai nutrisi di dalamnya. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki kesadaran lebih baik tentang pentingnya gizi seimbang, memahami kebutuhan nutrisi, serta menyadari dampak pola makan terhadap kesehatan. Selain itu, tingkat pendidikan yang lebih tinggi biasanya berhubungan dengan pekerjaan yang lebih mapan dan pendapatan yang lebih baik, sehingga mereka memiliki kemampuan ekonomi untuk membeli bahan pangan bergizi yang sering kali harganya lebih mahal dibandingkan dengan makanan cepat saji atau pangan kurang sehat lainnya.

Dalam kajian Pola Pangan Harapan (PPH) Kota Medan, karakteristik responden juga dianalisis berdasarkan tingkat pendidikan, mulai dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), hingga Strata 1 (S1). Persentase responden dari masing-masing jenjang pendidikan tersebut adalah sebagai berikut:



Gambar 5.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan terhadap Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan menunjukkan variasi yang cukup menarik dan memengaruhi pola konsumsi pangan masyarakat. Berdasarkan data, mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir setingkat SMA yaitu sebesar 49% sebesar 245 responden. Kelompok ini umumnya sudah memiliki pemahaman yang cukup mengenai pentingnya variasi pangan, namun dalam praktiknya masih dipengaruhi oleh faktor ekonomi dan kebiasaan keluarga. Oleh karena itu, konsumsi pangan pada kelompok SMA cenderung lebih seimbang antara makanan pokok, lauk hewani, serta sayur dan buah, meskipun kesadaran terhadap kualitas gizi belum sekuat kelompok dengan pendidikan yang lebih tinggi.

Responden dengan pendidikan SMP sebesar 23% atau sebesar 115 responden menunjukkan kecenderungan konsumsi pangan yang lebih sederhana. Mereka umumnya masih berfokus pada pemenuhan pangan pokok seperti beras, dengan variasi pangan yang terbatas. Hal ini dapat disebabkan oleh rendahnya akses informasi gizi serta pola konsumsi yang dipengaruhi oleh kebiasaan rumah tangga. Sementara itu, kelompok dengan pendidikan SD hanya sebesar 6% atau sebesar 30 responden yang relatif paling kecil. Kelompok ini memiliki pemahaman yang sangat terbatas tentang pentingnya keragaman pangan sehingga pola makan mereka cenderung monoton, lebih menitikberatkan pada bahan pangan pokok dan protein hewani dalam jumlah terbatas, dengan rendahnya konsumsi sayuran serta buah.

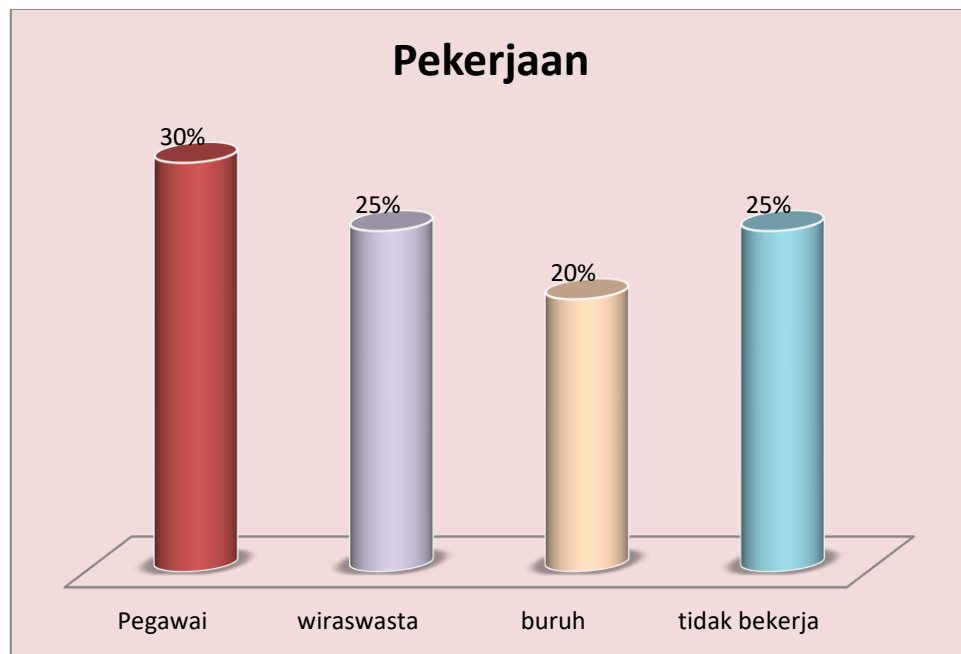
Di sisi lain, kelompok dengan pendidikan S1 sebesar 22% atau sebesar 110 responden menunjukkan karakteristik konsumsi yang lebih baik. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi berhubungan dengan kesadaran gizi yang lebih baik pula, sehingga kelompok ini cenderung memiliki pola makan yang lebih beragam dan seimbang. Konsumsi sayuran, buah, serta sumber protein nabati dan hewani lebih proporsional, yang pada akhirnya dapat meningkatkan skor PPH secara keseluruhan. Dengan demikian, tingkat pendidikan responden berpengaruh signifikan terhadap pola konsumsi pangan di Kota Medan, di mana semakin tinggi pendidikan maka semakin baik pula kualitas dan keragaman konsumsi pangannya.

5.1.3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pekerjaan terhadap Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan memberikan gambaran bahwa jenis pekerjaan memengaruhi pola konsumsi dan keragaman pangan rumah tangga. Responden dengan pekerjaan tetap, seperti pegawai negeri, karyawan swasta, atau wiraswasta dengan pendapatan stabil, umumnya memiliki kemampuan ekonomi yang lebih baik untuk membeli berbagai jenis pangan. Hal ini berdampak pada pola konsumsi mereka yang lebih beragam, mencakup makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah, sehingga skor PPH kelompok ini cenderung lebih tinggi.

Sementara itu, responden yang bekerja di sektor informal dengan pendapatan tidak menentu, seperti buruh harian, pedagang kecil, atau pekerja serabutan, cenderung lebih fokus pada pemenuhan kebutuhan pangan pokok yang lebih murah dan mengenyangkan, seperti beras. Variasi konsumsi pangan pada kelompok ini relatif terbatas, terutama pada sayuran, buah, serta protein hewani yang harganya relatif lebih mahal. Kondisi ini dapat menurunkan skor PPH karena keragaman pangan kurang terpenuhi. Selain itu, terdapat pula responden yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga yang pola konsumsinya sangat dipengaruhi oleh penghasilan kepala keluarga. Kelompok ini biasanya menyesuaikan konsumsi pangan dengan keterjangkauan ekonomi, sehingga variasi pangan masih bergantung pada kondisi keuangan rumah tangga. Secara keseluruhan, tingkat pekerjaan menjadi salah satu faktor penting yang

berhubungan erat dengan daya beli pangan dan pola konsumsi, sehingga semakin stabil pekerjaan dan pendapatan seseorang, maka semakin besar peluang untuk mencapai pola pangan yang beragam dan sesuai dengan standar PPH. Persentase responden berdasarkan pekerjaan adalah sebagai berikut:



Gambar 5.3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pekerjaan terhadap Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan menunjukkan bahwa jenis pekerjaan berpengaruh besar terhadap pola konsumsi dan kualitas keragaman pangan. Berdasarkan data, sebanyak 30% (150) responden bekerja sebagai pegawai baik negeri maupun swasta. Kelompok ini cenderung memiliki pendapatan yang lebih stabil sehingga mampu membeli bahan pangan yang lebih bervariasi, termasuk daging, ikan, sayur, dan buah. Hal ini berdampak positif terhadap peningkatan skor PPH karena keragaman pangan lebih tercapai.

Selanjutnya, 25% (125) responden bekerja sebagai wiraswasta, seperti pedagang atau pelaku usaha kecil. Pola konsumsi mereka relatif beragam, meskipun masih sangat dipengaruhi oleh naik turunnya pendapatan. Pada saat kondisi ekonomi baik, konsumsi pangan dapat lebih bervariasi, namun saat pendapatan menurun, pola makan lebih sederhana dan cenderung kembali fokus pada pangan pokok.

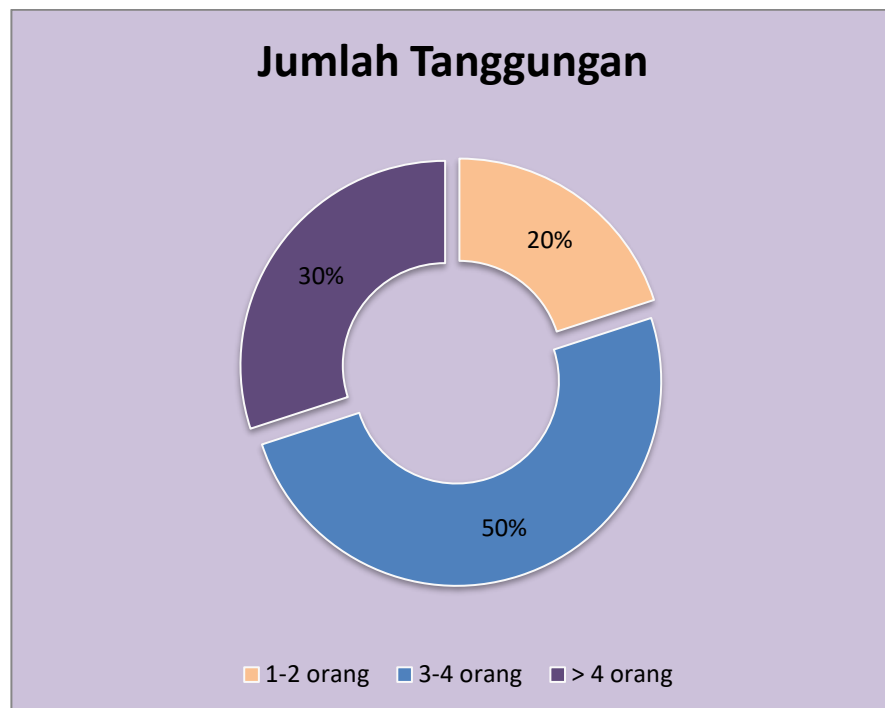
Kemudian, 20% (100) responden bekerja sebagai buruh harian atau pekerja sektor informal. Kelompok ini umumnya memiliki keterbatasan daya beli sehingga konsumsi pangan mereka lebih menekankan pada bahan pangan pokok seperti beras, dengan variasi lauk dan sayur yang masih terbatas. Hal ini dapat menyebabkan skor PPH kelompok buruh cenderung lebih rendah. Sementara itu, 25% (125) responden tidak bekerja atau berstatus ibu rumah tangga, sehingga pola konsumsinya sangat bergantung pada penghasilan kepala keluarga. Dalam kondisi ekonomi cukup, konsumsi pangan bisa lebih beragam, namun pada situasi pendapatan terbatas, konsumsi pangan menjadi sederhana dan monoton. Secara keseluruhan, data ini memperlihatkan bahwa semakin stabil pekerjaan dan pendapatan responden, semakin besar peluang untuk mencapai pola pangan yang beragam sesuai standar Pola Pangan Harapan.

5.1.4. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Tanggungan

Karakteristik responden berdasarkan jumlah tanggungan juga memiliki hubungan erat dengan pencapaian Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan. Jumlah tanggungan dalam rumah tangga berpengaruh langsung terhadap pengeluaran untuk kebutuhan pangan. Responden dengan jumlah tanggungan

keluarga yang lebih sedikit, misalnya 1–2 orang, umumnya dapat mengalokasikan pendapatan rumah tangga secara lebih leluasa untuk membeli pangan yang bervariasi. Kondisi ini memungkinkan tercapainya pola konsumsi yang lebih beragam, mencakup pangan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, dan buah, sehingga skor PPH pada kelompok ini cenderung lebih baik.

Sebaliknya, responden dengan jumlah tanggungan yang lebih besar, misalnya 4 orang atau lebih, menghadapi tantangan dalam memenuhi kebutuhan gizi secara seimbang. Semakin banyak jumlah anggota keluarga yang ditanggung, maka semakin besar pula pengeluaran untuk pangan pokok seperti beras, sehingga anggaran untuk pangan bergizi lain seperti protein hewani, buah, dan sayuran menjadi terbatas. Akibatnya, pola konsumsi rumah tangga cenderung lebih sederhana dan monoton, sehingga skor PPH relatif lebih rendah. Selain itu, jumlah tanggungan juga memengaruhi prioritas dalam memilih jenis makanan. Rumah tangga dengan banyak tanggungan lebih cenderung memilih makanan yang murah dan mengenyangkan dibandingkan makanan yang bervariasi dan bernilai gizi tinggi. Dengan demikian, jumlah tanggungan merupakan faktor penting yang dapat memengaruhi keberagaman pangan dan pencapaian kualitas konsumsi masyarakat di Kota Medan. Persentase responden berdasarkan jumlah tanggungan adalah sebagai berikut:



Gambar 5.4. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Tanggungan

Karakteristik responden berdasarkan jumlah tanggungan terhadap Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan menunjukkan bahwa besarnya anggota keluarga yang harus ditanggung memengaruhi pola konsumsi pangan. Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 20% (100) responden memiliki tanggungan 1–2 orang. Rumah tangga dengan jumlah tanggungan sedikit umumnya mampu mengalokasikan pendapatan secara lebih optimal untuk membeli pangan yang bervariasi, sehingga konsumsi mereka lebih seimbang antara pangan pokok, lauk hewani, nabati, sayuran, dan buah. Kondisi ini membuat skor PPH pada kelompok ini cenderung lebih baik.

Selanjutnya, 50% (250) responden memiliki tanggungan 3–4 orang, yang merupakan kelompok terbesar. Rumah tangga dengan tanggungan sedang masih

dapat menjaga keragaman pangan, tetapi sering kali harus menyesuaikan jenis konsumsi dengan kemampuan ekonomi. Dalam situasi tertentu, mereka lebih fokus pada pangan pokok, sedangkan asupan sayur, buah, atau protein hewani bisa saja berkurang jika terjadi keterbatasan anggaran. Kemudian, 30% (150) responden memiliki tanggungan lebih dari 4 orang. Kelompok ini menghadapi tantangan terbesar dalam memenuhi kebutuhan gizi secara seimbang, karena sebagian besar pengeluaran rumah tangga digunakan untuk pangan pokok. Akibatnya, konsumsi pangan tambahan seperti lauk hewani, buah, dan sayur sering kali terbatas. Hal ini berimplikasi pada skor PPH yang lebih rendah karena keragaman pangan kurang terpenuhi.

Dengan demikian, semakin sedikit jumlah tanggungan, semakin besar peluang rumah tangga untuk mencapai pola konsumsi pangan yang sesuai dengan standar PPH. Sebaliknya, semakin banyak jumlah tanggungan, semakin besar pula kemungkinan pola konsumsi menjadi sederhana dan kurang beragam.

5.1.5. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendapatan memiliki keterkaitan langsung dengan pencapaian Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan. Tingkat pendapatan menjadi faktor penentu daya beli rumah tangga terhadap pangan, sehingga semakin tinggi pendapatan maka semakin besar pula peluang untuk mengonsumsi makanan yang beragam dan bergizi. Responden dengan pendapatan tinggi umumnya mampu membeli berbagai jenis pangan, baik pangan pokok, lauk hewani, nabati, sayuran, maupun buah, sehingga skor PPH

pada kelompok ini relatif lebih baik. Mereka juga lebih memiliki kesadaran untuk memilih makanan sehat, meskipun harga pangan bergizi lebih mahal dibandingkan pangan cepat saji atau pangan sederhana lainnya.

Sebaliknya, responden dengan tingkat pendapatan menengah cenderung masih memperhatikan keragaman pangan, namun pemilihan jenis konsumsi disesuaikan dengan keterjangkauan harga. Kelompok ini biasanya lebih mengutamakan pangan pokok, dengan tambahan lauk hewani dan sayuran yang porsinya disesuaikan dengan kondisi keuangan keluarga. Hal ini membuat skor PPH berada pada kategori cukup, tetapi belum sepenuhnya ideal.

Adapun responden dengan pendapatan rendah menghadapi keterbatasan paling besar. Konsumsi pangan mereka lebih banyak berfokus pada bahan pangan pokok yang murah dan mengenyangkan, seperti beras atau umbi-umbian, sedangkan asupan protein hewani, buah, dan sayuran sering kali sangat terbatas. Akibatnya, skor PPH kelompok ini cenderung lebih rendah karena keragaman pangan tidak terpenuhi. Dengan demikian, tingkat pendapatan merupakan salah satu faktor yang paling signifikan dalam memengaruhi pola konsumsi pangan masyarakat di Kota Medan, dan menjadi dasar penting dalam perumusan kebijakan peningkatan gizi serta ketahanan pangan. Persentase responden berdasarkan pendapatan adalah sebagai berikut:



Gambar 5.5. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendapatan terhadap Pola Pangan Harapan (PPH) di Kota Medan menunjukkan perbedaan pola konsumsi pangan yang cukup signifikan. Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 35% (175) responden berada pada kelompok pendapatan rendah ($\leq$ Rp2.000.000 per bulan). Rumah tangga pada kelompok ini umumnya lebih banyak mengalokasikan penghasilan untuk pangan pokok yang murah dan mengenyangkan, seperti beras dan mie instan. Konsumsi sayur, buah, maupun protein hewani relatif terbatas karena daya beli yang rendah, sehingga skor PPH pada kelompok ini cenderung rendah.

Selanjutnya, 45% (225) responden berada pada kelompok pendapatan menengah (Rp2.000.000 – Rp4.000.000 per bulan). Kelompok ini masih berfokus pada pemenuhan pangan pokok, tetapi sudah mampu menambahkan lauk nabati, lauk hewani, serta sayuran secara lebih rutin dalam konsumsi sehari-hari. Meski variasi pangan lebih baik dibandingkan kelompok pendapatan rendah, namun konsumsi buah dan protein hewani berkualitas masih bergantung pada kondisi keuangan keluarga. Dengan demikian, skor PPH kelompok ini berada pada kategori sedang hingga cukup baik.

Kemudian, 20% (100) responden termasuk dalam kelompok pendapatan tinggi (> Rp4.000.000 per bulan). Rumah tangga pada kelompok ini umumnya memiliki daya beli yang lebih besar untuk membeli pangan yang beragam, baik lauk hewani, nabati, sayuran, maupun buah-buahan. Kesadaran akan pentingnya gizi seimbang juga lebih tinggi, sehingga pola makan mereka lebih seimbang dan skor PPH lebih optimal. Secara keseluruhan, semakin tinggi pendapatan rumah tangga maka semakin besar pula peluang untuk mencapai pola konsumsi yang beragam sesuai standar PPH. Sebaliknya, rumah tangga dengan pendapatan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan pangan bergizi, sehingga keragaman konsumsi tidak optimal.

5.2. Tingkat Konsumsi Pangan Di Kota Medan

Data mengenai tingkat konsumsi pangan diperoleh melalui survei primer yang menggunakan metode *food recall*. Metode ini memungkinkan peneliti untuk mengetahui secara rinci jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi responden dalam periode waktu tertentu. Hasil pengukuran kemudian dinyatakan dalam satuan gram per kapita per hari, yang dihitung berdasarkan berat atau bobot dari setiap kelompok pangan yang dikonsumsi. Dengan cara ini, dapat diperoleh gambaran yang lebih akurat mengenai pola konsumsi masyarakat.

Tingkat konsumsi pangan yang dihasilkan dari perhitungan tersebut mencerminkan kemampuan rata-rata masyarakat Kota Medan dalam memenuhi kebutuhan gizinya melalui berbagai kelompok pangan. Data ini juga penting untuk mengidentifikasi sejauh mana keseimbangan konsumsi pangan tercapai, baik dari segi jumlah maupun keragaman. Melalui informasi tersebut, dapat diketahui kelompok pangan mana yang lebih mudah dipenuhi oleh masyarakat karena ketersediaannya atau karena faktor harga yang lebih terjangkau, serta kelompok pangan mana yang masih sulit dipenuhi akibat keterbatasan akses, distribusi, atau daya beli. Dengan demikian, analisis tingkat konsumsi pangan tidak hanya berfungsi sebagai indikator kecukupan gizi masyarakat, tetapi juga dapat menjadi dasar dalam merumuskan kebijakan pangan daerah. Hasil survei ini dapat memberikan masukan bagi pemerintah daerah maupun pihak terkait untuk merancang program peningkatan gizi masyarakat, memperkuat ketahanan

pangan, serta mengatasi ketimpangan konsumsi antar kelompok pangan di Kota Medan. Adapun tingkat konsumsi pangan masyarakat Kota Medan Tahun 2025 sebagai berikut:

Tabel 5.1. Tingkat Konsumsi Pangan Masyarakat Kota Medan Tahun 2025

No.	Kelompok Pangan	Berat Pangan	
		Gram/Kapita/Hari	Kilogram/kapita/Tahun
1.	Padi-padian		
	Tepung gandum	27,13	9,90
	Padi	267,42	97,60
	Jagung	8,28	3,02
	Subtotal padi-padian	302,82	110,52
2	Umbi-umbian		
	Ubi Jalar	5,21	1,900
	Ubi kayu	8,30	3,019
	Kentang	17,39	6,347
	Sagu	1,49	0,544
	Lainnya	0,89	0,315
	Subtotal Umbi-umbian	33,27	12,13
3	Pangan Hewani		
	Daging ruminansia	6,647	2,419
	Daging unggas	18,714	6,827
	Telur	18,027	6,574
	Susu	9,833	3,584
	Ikan	104,652	38,195
	Subtotal Pangan Hewani	157,873	57,598
4	Minyak dan Lemak		
	Minyak sawit	34,357	12,53
	Minyak kelapa	3,192	1,16
	Minyak kacang tanah	0,438	0,16
	Lainnya	0,204	0,07
	Subtotal Minyak dan Lemak	38,190	13,922
5	Buah/biji berminyak		
	Kelapa	17,533	5,130

No.	Kelompok Pangan	Berat Pangan	
		Gram/Kapita/Hari	Kilogram/kapita/Tahun
	kemiri	5,15	3,15
	Subtotal Buah/biji berminyak	22,638	8,28
6	Kacang-Kacangan		
	Kacang kedelai	19,533	7,130
	Kacang hijau	9,321	3,399
	Kacang tanah	2,137	0,774
	Subtotal Kacang-Kacangan	30,991	11,303
7	Gula		
	Gula pasir	20,347	7,431
	Gula merah	2,377	0,862
	Subtotal Gula	22,723	8,293
8.	Sayur dan Buah		
	Sayur	262,800	95,914
	Buah	49,586	18,096
	Subtotal Sayur dan Buah	312,387	114,010
9.	Lainnya	0,538	0,15

Sumber : Data Diolah (2025)

Berdasarkan hasil perhitungan konsumsi pangan, diketahui bahwa kelompok padi-padian masih menjadi sumber pangan utama masyarakat. Konsumsi tepung gandum mencapai 27,13 gram per kapita per hari atau sekitar 9,90 kilogram per kapita per tahun. Sementara itu, konsumsi padi sebagai bahan pangan pokok mencapai 267,42 gram per kapita per hari atau setara 97,60 kilogram per kapita per tahun. Untuk jagung, tingkat konsumsinya relatif lebih kecil, yaitu 8,28 gram per kapita per hari atau 3,02 kilogram per tahun. Secara keseluruhan, subtotal konsumsi kelompok padi-padian mencapai 302,82 gram per kapita per hari atau 110,52 kilogram per kapita per tahun.

Selanjutnya, pada kelompok umbi-umbian, tingkat konsumsi ubi jalar sebesar 5,21 gram per kapita per hari (1,90 kilogram per tahun), ubi kayu sebesar 8,30 gram per hari (3,019 kilogram per tahun), kentang sebesar 17,39 gram per hari (6,347 kilogram per tahun), sagu 1,49 gram per hari (0,544 kilogram per tahun), dan jenis umbi lainnya sebesar 0,89 gram per hari (0,315 kilogram per tahun). Jika dijumlahkan, konsumsi kelompok umbi-umbian mencapai 33,27 gram per kapita per hari atau 12,13 kilogram per tahun.

Pada kelompok pangan hewani, konsumsi daging ruminansia tercatat sebesar 6,647 gram per kapita per hari (2,419 kilogram per tahun), sedangkan daging unggas jauh lebih tinggi, yaitu 18,714 gram per hari (6,827 kilogram per tahun). Konsumsi telur mencapai 18,027 gram per hari (6,574 kilogram per tahun), susu 9,833 gram per hari (3,584 kilogram per tahun), dan ikan menjadi sumber pangan hewani paling dominan dengan konsumsi sebesar 104,652 gram per hari atau 38,195 kilogram per tahun. Secara total, konsumsi kelompok pangan hewani mencapai 157,873 gram per kapita per hari atau 57,598 kilogram per kapita per tahun.

Untuk kelompok minyak dan lemak, konsumsi minyak sawit mencapai 34,357 gram per hari (12,53 kilogram per tahun), minyak kelapa 3,192 gram per hari (1,16 kilogram per tahun), minyak kacang tanah 0,438 gram per hari (0,16 kilogram per tahun), dan jenis minyak lainnya 0,204 gram per hari (0,07 kilogram per tahun). Total konsumsi kelompok minyak dan lemak adalah 38,190 gram per kapita per hari atau 13,922 kilogram per tahun.

Pada kelompok buah dan biji berminyak, konsumsi kelapa mencapai 17,533 gram per hari (5,13 kilogram per tahun), sedangkan kemiri dikonsumsi sebesar 5,15 gram per hari (3,15 kilogram per tahun). Subtotal konsumsi kelompok ini adalah 22,638 gram per hari atau 8,28 kilogram per tahun. Sementara itu, pada kelompok kacang-kacangan, konsumsi kacang kedelai cukup dominan dengan 19,533 gram per hari (7,13 kilogram per tahun). Kacang hijau dikonsumsi sebesar 9,321 gram per hari (3,399 kilogram per tahun), dan kacang tanah 2,137 gram per hari (0,774 kilogram per tahun). Total konsumsi kacang-kacangan mencapai 30,991 gram per kapita per hari atau 11,303 kilogram per kapita per tahun.

Pada kelompok gula, konsumsi gula pasir mencapai 20,347 gram per hari (7,431 kilogram per tahun), sedangkan gula merah sebesar 2,377 gram per hari (0,862 kilogram per tahun). Subtotal konsumsi kelompok gula adalah 22,723 gram per kapita per hari atau 8,293 kilogram per tahun. Untuk kelompok sayur dan buah, konsumsi sayur sangat tinggi yaitu mencapai 262,800 gram per hari atau 95,914 kilogram per kapita per tahun. Sementara konsumsi buah sebesar 49,586 gram per hari atau 18,096 kilogram per tahun. Total konsumsi sayur dan buah adalah 312,387 gram per kapita per hari atau 114,010 kilogram per tahun, menjadikannya kelompok pangan dengan angka konsumsi tertinggi. Selain itu, terdapat kategori lainnya dengan konsumsi sebesar 0,538 gram per kapita per hari atau 0,15 kilogram per tahun.

5.3. Konsumsi Energi dan Protein

Tingkat konsumsi energi dan protein pada setiap individu tidak bersifat seragam, karena terdapat banyak faktor yang memengaruhi kebutuhan energi harian seseorang. Faktor tersebut meliputi usia, jenis kelamin, berat badan, tingkat aktivitas fisik, kondisi fisiologis seperti kehamilan dan menyusui, serta status kesehatan. Selain itu, aspek sosial ekonomi, kebiasaan makan, budaya lokal, dan akses terhadap pangan juga turut menentukan besar kecilnya energi yang dikonsumsi. Oleh karena itu, meskipun terdapat standar umum mengenai kebutuhan energi, dalam praktiknya kebutuhan setiap individu bisa lebih tinggi atau lebih rendah dari angka acuan tersebut.

Dalam kerangka kebijakan pangan nasional, Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) telah menetapkan pedoman mengenai kebutuhan energi masyarakat Indonesia. WNPG XI tahun 2018, rata-rata kebutuhan energi per orang per hari ditetapkan sebesar 2.100 kkal. Sedangkan Anjuran konsumsi protein menurut Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) sebesar 57 gram/kapita/hari. Angka tersebut kemudian menjadi acuan dasar dalam berbagai penelitian, survei gizi, maupun perencanaan pembangunan ketahanan pangan. Namun, perubahan pola konsumsi masyarakat, perkembangan ilmu gizi, serta tantangan kesehatan masyarakat menuntut adanya pembaruan terhadap standar tersebut.. Penetapan angka ini juga memperhatikan kondisi aktual masyarakat Indonesia yang semakin kompleks, termasuk meningkatnya aktivitas masyarakat

perkotaan, perubahan gaya hidup, serta tantangan gizi ganda yang meliputi masalah kekurangan gizi sekaligus kelebihan gizi.

Dalam konteks daerah, gambaran konsumsi energi masyarakat dapat memberikan informasi penting untuk menilai sejauh mana kebutuhan gizi tercukupi. Di Kota Medan, data konsumsi energi masyarakat dikumpulkan melalui survei primer menggunakan metode *food recall*. Metode ini dianggap cukup representatif karena mampu merekam jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi dalam kurun waktu tertentu, sehingga dapat dihitung total asupan energi harian.

Dengan adanya perbandingan antara standar kebutuhan energi nasional dan capaian konsumsi energi dan protein di Kota Medan, pemerintah daerah dapat menggunakan informasi ini sebagai bahan evaluasi sekaligus perencanaan. Hal ini penting untuk menyusun kebijakan ketahanan pangan, meningkatkan akses masyarakat terhadap sumber pangan bergizi seimbang, serta mengantisipasi potensi permasalahan gizi seperti stunting, obesitas, maupun penyakit degeneratif yang berkaitan dengan pola makan.

**Tabel 5.2. Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Masyarakat Kota Medan
Tahun 2025**

No	Kelompok Pangan	Konsumsi Energi Per Hari			Konsumsi Protein Per Hari		
		Kkal/kapita	%	%AKE	Gram/kapita	%	%AKP
1.	Padi-padian	1087,51	52,25	50,58	302,82	32,86	39,09
2.	Umbi-umbian	30,64	1,47	1,42	33,27	3,61	0,93
3.	Pangan Hewani	205,51	9,87	9,56	157,873	17,13	43,91
4.	Minyak dan Lemak	341,62	16,41	15,89	38,190	4,14	0,21
5.	Buah/Biji Berminyak	81,29	3,91	3,78	22,638	2,46	1,86
6.	Kacang-kacangan	115,49	5,55	5,37	30,991	3,36	16,53
7.	Gula	82,86	3,98	3,85	22,723	2,47	0,04
8.	Sayur dan Buah	133,26	6,40	6,20	312,387	33,90	8,44
9.	Lainnya	3,36	0,16	0,16	0,538	0,06	0,02
TOTAL		2.081,53	100,00	96,82	921,43	100,00	111,03

Sumber : Data Diolah (2025)

Tabel di atas menunjukkan tingkat konsumsi energi dan protein masyarakat Kota Medan tahun 2025 yang dikelompokkan berdasarkan jenis pangan utama. Secara keseluruhan, total konsumsi energi tercatat sebesar 2.081,53 kkal per kapita per hari, sementara total konsumsi protein mencapai 92,81 gram per kapita per hari. Angka ini menunjukkan bahwa kebutuhan energi dan protein masyarakat relatif tercukupi bahkan melebihi standar Angka Kecukupan Energi (AKE) dan Angka Kecukupan Protein (AKP) yang dianjurkan.

Hal ini terlihat dari total %AKE yang mencapai 96,82% dan total %AKP sebesar 111,03%.

Dari sisi kontribusi energi, kelompok pangan padi-padian memberikan sumbangan terbesar yaitu 52,25% dari total energi dengan kalori sebesar 1.087,51 kkal. Pangan hewani menempati posisi kedua dengan kontribusi energi sebesar 9,87%, disusul minyak dan lemak sebesar 16,41%. Sementara itu, kelompok pangan seperti umbi-umbian, kacang-kacangan, buah/biji berminyak, gula, serta sayur dan buah memberikan kontribusi energi yang lebih kecil. Dominasi padi-padian ini menggambarkan pola konsumsi masyarakat Medan yang masih beras-sentris.

Jika ditinjau dari kontribusi protein, pola konsumsi terlihat sedikit berbeda. Pangan hewani menjadi penyumbang protein terbesar yaitu 43,91% dari total protein, atau setara dengan 40,72 gram per kapita per hari. Padi-padian berada pada posisi kedua dengan kontribusi 39,09% protein, sedangkan kelompok kacang-kacangan juga cukup signifikan yakni 16,53%. Sementara itu, minyak, lemak, dan gula praktis hampir tidak memberikan kontribusi protein karena kandungannya yang sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sumber utama protein masyarakat Medan berasal dari konsumsi pangan hewani dan padi-padian.

Dari total perhitungan, terlihat bahwa masyarakat Kota Medan sudah mampu memenuhi kebutuhan protein melebihi standar yang dianjurkan (111,03%), sementara pemenuhan energi masih berada di bawah 100%

(96,82%). Kondisi ini menandakan pola konsumsi yang relatif baik dari sisi gizi, namun tetap menunjukkan ketergantungan yang tinggi pada beras sebagai sumber energi utama, serta dominasi pangan hewani sebagai sumber protein. Ketergantungan yang besar terhadap dua kelompok pangan ini dapat menjadi perhatian ke depan agar diversifikasi pangan lebih ditingkatkan demi ketahanan pangan yang berkelanjutan.

5.4. Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Kota Medan

Pola Pangan Harapan (PPH) adalah salah satu ukuran untuk menilai mutu dan keragaman konsumsi pangan masyarakat. Konsep ini digunakan untuk melihat sejauh mana pola konsumsi aktual mendekati pola ideal yang beragam, bergizi seimbang, dan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Semakin tinggi skor PPH, maka semakin baik kualitas pola konsumsi masyarakat, karena asupan energi dan zat gizi diperoleh dari berbagai kelompok pangan, tidak hanya terfokus pada satu sumber.

Di Kota Medan, pola konsumsi masyarakat masih sangat bergantung pada kelompok padi-padian, khususnya beras, sebagai sumber utama energi. Ketergantungan yang tinggi pada satu sumber pangan menunjukkan bahwa diversifikasi pangan belum optimal. Padahal, keragaman konsumsi pangan penting agar kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral dapat terpenuhi secara seimbang. Penghitungan PPH Kota Medan tahun 2025 diperoleh hasil sebagai mana tabel dibawah ini:

Tabel 5.3. Skor Pola Pangan Harapan Kota Medan Tahun 2025

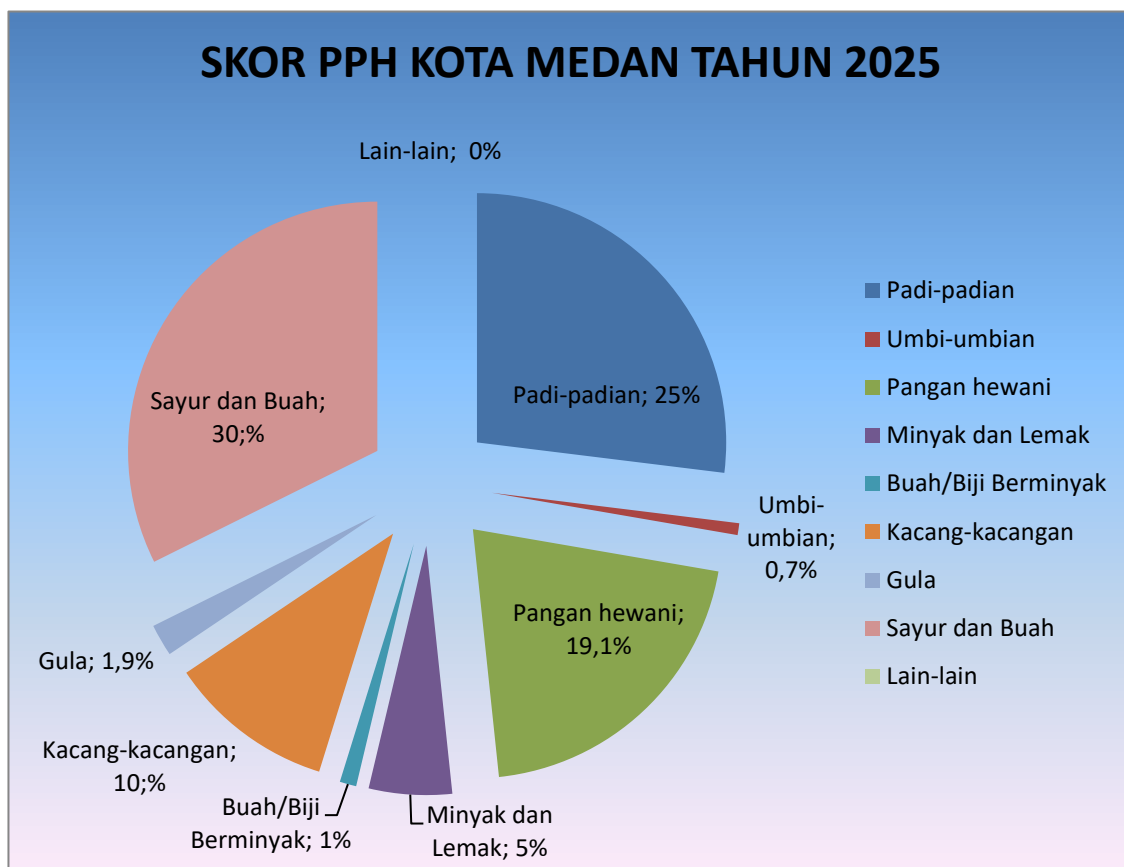
Kelompok Pangan	Kalori	% Aktual	%AKE	Bobot	Skor Aktual	Skor AKE	Skor Maks	Gap skor ake dan skor maks	Skor PPH
Padi-padian	1087,51	52,25	50,58	0,5	26,12	25,29	25	0,29	25
Umbi-umbian	30,64	1,47	1,42	0,5	0,74	0,71	2,5	-1,79	0,7
Pangan hewani	205,51	9,87	9,56	2,0	19,75	19,12	24	-4,88	19,1
Minyak dan Lemak	341,62	16,41	15,89	0,5	8,21	7,94	5	2,94	5
Buah/Biji Berminyak	81,29	3,91	3,78	0,5	1,95	1,89	1	0,89	1
Kacang-kacangan	115,49	5,55	5,37	2,0	11,10	10,74	10	0,74	10
Gula	82,86	3,98	3,85	0,5	1,99	1,93	2,5	-0,57	1,9
Sayur dan Buah	133,26	6,40	6,20	5,0	32,01	30,99	30	0,99	30
Lain-lain	3,36	0,16	0,16	0,0	0,00	0,00	0	0,00	0,0
TOTAL	2081,53	100,00	96,82	11,5	101,86	98,62	100,00		92,76

Sumber : Data Diolah (2025)

Keterangan:

- Angka Kecukupan Energi (AKE) : 2150.0 Kkal/kap/hari
- % Aktual diperoleh dari kalori kelompok pangan dibagi total kalori dibagi 100%
- %AKE*) diperoleh dari kalori dibagi AKE dibagi 100%
- Bobot merupakan angka ketentuan
- Skor aktual diperoleh dari %aktual dikali bobot
- Skor AKE diperoleh dari %AKE dikali bobot

- Skor Maks merupakan ketentuan
- Gap skor AKE dan Skor Maks diperoleh dari Skor AKE dikurangi Skor Maks
- Skor PPH diperoleh dengan ketentuan : jika Skor AKE > Skor maks maka yang digunakan Skor Maks, dan jika Skor AKE < Skor Maks maka yang digunakan Skor AKE



Gambar 5.5. Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Kota Medan Tahun 2025

Berdasarkan perhitungan skor PPH Kota Medan diatas menunjukkan bahwa Skor PPH Kota Medan tahun 2025 sebesar 92,76% dari skor maksimum 100. Angka ini menandakan bahwa pola konsumsi pangan masyarakat Medan

sudah cukup baik dan mendekati pola pangan ideal, meskipun masih terdapat beberapa ketidakseimbangan konsumsi pada kelompok pangan tertentu. Namun hasil tersebut sedikit menurun dibandingkan dengan PPH tahun sebelumnya (2024) yang mencapai 93,2%. Penurunan sekitar 0,44 poin ini terlihat kecil, namun cukup penting untuk menggambarkan adanya perubahan pada pola konsumsi masyarakat Kota Medan. Skor PPH sendiri digunakan untuk menilai kualitas konsumsi pangan dengan melihat keseimbangan antar kelompok bahan pangan. Semakin mendekati angka 100, berarti pola pangan masyarakat semakin beragam dan seimbang sesuai rekomendasi gizi.

Jika ditelusuri lebih lanjut, terdapat beberapa penyebab utama penurunan skor PPH tersebut. Pertama, konsumsi pangan hewani dari tabel terlihat bahwa pangan hewani memberikan skor sebesar 19,1 dari skor maksimal 24, artinya masih terdapat gap sekitar -4,88. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, misalnya daya beli masyarakat yang menurun akibat inflasi harga pangan hewani (daging, ayam, telur, ikan), sehingga masyarakat lebih banyak mengandalkan sumber protein nabati atau pangan pokok. Penurunan konsumsi pangan hewani ini sangat mempengaruhi kualitas gizi karena protein hewani umumnya lebih tinggi mutu biologisnya dibandingkan protein nabati.

Kedua, konsumsi padi-padian masih sangat dominan dalam pola makan masyarakat Medan. Tahun ini, kontribusinya terhadap energi mencapai lebih dari 52%, dan memberikan skor penuh yaitu 25. Walaupun angka ini terlihat positif karena mencapai skor maksimum, tingginya proporsi padi-padian justru

mengindikasikan kurangnya diversifikasi sumber karbohidrat. Idealnya, sebagian energi juga dipenuhi oleh umbi-umbian sebagai pangan lokal alternatif. Namun, konsumsi umbi-umbian di Kota Medan masih rendah, hanya menyumbang skor 0,7 dari potensi skor 2,5. Kondisi ini relatif tidak banyak berubah dari tahun sebelumnya, sehingga masalah kurangnya diversifikasi pangan pokok masih berulang setiap tahun.

Faktor ketiga yang turut berpengaruh adalah tingginya konsumsi minyak dan lemak. Tahun ini kontribusi energi dari kelompok minyak dan lemak mencapai 16,41%, lebih tinggi dibandingkan rekomendasi. Memang dalam perhitungan skor PPH, minyak dan lemak sudah mencapai skor maksimal 5, tetapi tingginya proporsi ini justru menjadi catatan negatif dari sisi kualitas pola makan karena berpotensi meningkatkan risiko penyakit degeneratif (seperti obesitas, diabetes, dan hipertensi). Jika dibandingkan dengan tahun lalu, pola konsumsi minyak dan lemak cenderung sama, tetapi semakin kuat ketergantungannya, sehingga berdampak pada turunnya keseimbangan keseluruhan skor PPH.

Keempat, kelompok pangan seperti buah dan biji berminyak, gula, dan umbi-umbian masih menunjukkan konsumsi yang relatif rendah. Buah dan biji berminyak hanya berkontribusi skor 1 dari maksimal 1,5, gula memberikan skor 1,9 dari maksimal 2,5, dan umbi-umbian seperti disebutkan sebelumnya hanya 0,7 dari skor 2,5. Jika pola ini tidak berubah dari tahun ke tahun, maka peluang untuk meningkatkan skor PPH ke angka lebih tinggi akan tetap terbatas. Sebaliknya, salah satu komponen yang tetap menjadi kekuatan adalah konsumsi

sayur dan buah. Pada tahun ini, kelompok sayur dan buah berhasil mencapai skor penuh yaitu 30, sama seperti tahun sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat Kota Medan dalam mengonsumsi sayur dan buah relatif stabil dan cukup baik. Tingginya skor ini juga menjadi faktor yang mampu menahan penurunan skor PPH lebih tajam, karena sayur dan buah merupakan indikator penting dalam keberagaman dan kualitas pola pangan.

Dengan demikian, penurunan skor PPH dari 93,2% pada tahun lalu menjadi 92,76% pada tahun ini dipengaruhi oleh kombinasi beberapa faktor, yaitu:

1. Menurunnya konsumsi pangan hewani
2. Masih tingginya ketergantungan pada padi-padian tanpa diimbangi umbi-umbian sebagai pangan alternative
3. Konsumsi minyak dan lemak yang berlebihan
4. Rendahnya kontribusi gula, umbi-umbian, dan buah/biji berminyak.

Walaupun demikian, skor PPH Kota Medan masih tergolong tinggi dan mendekati pola ideal, yang berarti masyarakat sudah cukup baik dalam menjaga kualitas konsumsi, khususnya dalam hal sayur dan buah. Upaya peningkatan dapat difokuskan pada penguatan konsumsi pangan hewani dengan harga terjangkau, promosi diversifikasi pangan pokok melalui umbi-umbian lokal, serta pengendalian konsumsi minyak dan lemak agar pola pangan masyarakat lebih seimbang dan mendekati skor ideal 100.

Tabel 5.4. Perbandingan Skor PPH Per Kelompok Pangan

No.	Kelompok Pangan	Skor Maks	Tahun 2024		Tahun 2025	
			Skor AKE	Skor PPH	Skor AKE	Skor PPH
1.	Padi-padian	25	31,6	25	25,29	25
2.	Umbi-umbian	2,5	0,7	0,7	0,71	0,7
3.	Pangan hewani	24	19,7	19,7	19,12	19,1
4.	Minyak dan Lemak	5	8,1	5	7,94	5
5.	Buah/Biji Berminyak	1	1,9	1	1,89	1
6.	Kacang-kacangan	10	11,0	10	10,74	10
7.	Gula	2,5	1,8	1,8	1,93	1,9
8.	Sayur dan Buah	30	31,9	30	30,99	30
9.	Lain-lain	0	0	0	0,00	0,0
TOTAL		100,00	106,73	93,2	98,62	92,76

Sumber : Data Diolah (2025)

Berdasarkan Tabel 5.4 yang memperlihatkan perbandingan skor Pola Pangan Harapan (PPH) per kelompok pangan tahun 2024 dan 2025 di Kota Medan, dapat dilihat bahwa terjadi sedikit penurunan skor total PPH, yaitu dari 93,2 pada tahun 2024 menjadi 92,76 pada tahun 2025. Meski penurunan ini relatif kecil, hal tersebut tetap menunjukkan adanya ketidak seimbangan dalam konsumsi pangan masyarakat. Secara umum, hampir semua kelompok pangan berada mendekati skor ideal, namun ada beberapa pergeseran kecil dalam pola konsumsi.

Pada kelompok padi-padian, skor PPH tetap stabil di angka 25 (skor maksimum), meskipun skor AKE menurun dari 31,6 pada tahun 2024 menjadi 25,29 pada tahun 2025. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi beras yang sebelumnya berlebih mulai menurun, tetapi secara kualitas tidak mengurangi capaian skor PPH karena masih sesuai dengan standar. Kelompok umbi-umbian dan kacang-kacangan juga relatif stabil, masing-masing tetap pada skor 0,7 dan 10. Sementara itu, kelompok pangan hewani mengalami sedikit penurunan dari skor AKE 19,7 menjadi 19,12, meskipun skor PPH tetap 19,2. Kondisi ini menunjukkan adanya sedikit penurunan konsumsi pangan hewani, kemungkinan dipengaruhi oleh daya beli masyarakat dan harga komoditas yang cenderung berfluktuasi.

Selanjutnya, kelompok minyak dan lemak menunjukkan penurunan skor AKE dari 8,1 menjadi 7,94, tetapi skor PPH tetap ideal di angka 5. Begitu juga pada kelompok buah/biji berminyak dan gula, skor PPH relatif stabil, meski konsumsi riil (AKE) menunjukkan fluktuasi. Hal yang paling konsisten terlihat pada kelompok sayur dan buah, di mana skor AKE mencapai 31,9 di tahun 2024 dan sedikit menurun menjadi 30,99 di tahun 2025, namun skor PPH tetap pada posisi ideal yaitu 30.

Penurunan skor PPH dari 93,2 menjadi 92,76 terutama dipengaruhi oleh fluktuasi konsumsi pangan hewani dan minyak/lemak, serta kecenderungan konsumsi beras yang masih dominan meski mulai berkurang. Faktor penyebabnya bisa berasal dari perubahan daya beli masyarakat, harga bahan

pangan yang tidak stabil, hingga pola kebiasaan konsumsi masyarakat yang masih berfokus pada pangan pokok dan belum sepenuhnya berimbang dengan asupan protein hewani maupun nabati. Dengan demikian, meski penurunannya kecil, hal ini menunjukkan perlunya perhatian untuk menjaga keragaman konsumsi pangan agar skor PPH tetap optimal.

5.5. Kontribusi Energi Per Kecamatan

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

Kontribusi energi per kelompok pangan menurut kecamatan adalah gambaran mengenai seberapa besar sumbangan energi (kalori) yang berasal dari berbagai kelompok pangan utama—seperti padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, kacang-kacangan, minyak/lemak, sayur dan buah, serta gula—terhadap total energi yang dikonsumsi masyarakat di tiap kecamatan. Dengan kata lain, indikator ini digunakan untuk melihat pola konsumsi pangan penduduk, sekaligus membandingkan perbedaan sumbangan energi antar kelompok pangan di berbagai kecamatan.

Melalui analisis kontribusi energi ini, dapat diketahui apakah pola konsumsi masyarakat masih didominasi oleh satu jenis pangan (misalnya beras), atau sudah mulai beragam dengan adanya tambahan konsumsi dari kelompok pangan lain. Data tersebut juga bermanfaat untuk menilai kualitas konsumsi pangan di tingkat wilayah kecil (kecamatan), sehingga dapat digunakan sebagai dasar dalam merumuskan kebijakan peningkatan gizi, ketahanan pangan, dan

perbaikan Pola Pangan Harapan (PPH). Rata-rata konsumsi energi per kelompok pangan pada 21 Kecamatan di Kota Medan disajikan pada tabel 5.5. sebagai berikut :

Tabel 5.5. Rata-Rata Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (Kkal per Kapita Per Hari).

Kode Wilayah	Kode Sampel	Rata-rata Konsumsi Energi Per Kelompok Pangan (kcal/Kapita/hari)									
		Padi-padian	Umbi-umbian	Pangan Hewani	Minyak/Lemak	Buah/Biji Berminyak	Kacang-Kacangan	Gula	Sayur/Buah	Lain-lain	Total
1	Kec. Medan Tuntungan	1003.8	39.8	154.6	203.8	40.1	52.3	114.9	181.5	5.9	1796.6
2	Kec. Medan Johor	969.0	37.5	152.2	264.6	51.0	193.3	170.7	175.2	6.6	2020.0
3	Kec. Medan Amplas	1249.7	42.3	183.5	345.2	84.2	129.2	137.7	143.4	4.6	2119.7
4	Kec. Medan Denai	1216.5	27.9	135.8	326.3	72.2	38.3	71.6	135.4	3.3	2027.2
5	Kec. Medan Area	1215.1	31.8	125.0	361.7	39.4	128.2	132.0	165.1	6.0	2204.3
6	Kec. Medan Kota	1206.4	33.5	175.2	341.9	44.0	103.2	91.0	162.9	2.9	2161.0
7	Kec. Medan Maimun	999.2	39.7	142.5	330.7	54.4	137.2	138.7	153.0	8.7	1885.9
8	Kec. Medan Polonia	1025.2	40.4	166.6	264.2	35.6	141.0	116.1	164.5	2.9	1956.6
9	Kec. Medan Baru	1062.9	41.8	188.6	198.4	45.9	225.6	109.1	105.9	4.5	1982.7
10	Kec. Medan Selayang	1191.0	16.9	172.0	95.2	61.4	47.5	107.3	182.8	8.1	1882.1
11	Kec. Medan Sunggal	1131.1	25.5	187.6	285.6	49.3	39.5	77.8	128.3	3.7	1628.3
12	Kec. Medan Helvetia	1149.0	18.1	143.0	235.7	44.9	59.3	63.1	123.8	3.0	1839.9
13	Kec. Medan Petisah	1424.0	58.4	234.5	317.7	39.7	77.6	156.4	160.9	4.6	2473.8
14	Kec. Medan Barat	1117.0	48.6	224.0	419.2	57.6	105.6	112.9	177.5	4.2	2266.5
15	Kec. Medan Timur	1321.4	19.2	175.6	415.0	45.9	121.4	117.2	170.5	3.4	2199.5
16	Kec. Medan Perjuangan	1396.1	49.4	182.8	380.1	60.7	145.2	141.1	175.4	7.2	1938.0
17	Kec. Medan Tembung	1320.0	26.7	184.4	436.2	33.8	95.5	85.9	146.1	6.5	2335.1
18	Kec. Medan Deli	1425.6	39.2	145.3	492.2	32.8	56.5	75.5	146.4	2.5	2216.0
19	Kec. Medan Labuhan	1398.2	41.7	96.1	395.3	28.1	126.0	111.2	141.0	4.7	2342.3

Kode Wilayah	Kode Sampel	Rata-rata Konsumsi Energi Per Kelompok Pangan (kkal/Kapita/hari)									
		Padi-padian	Umbi-umbian	Pangan Hewani	Minyak/Lemak	Buah/Biji Berminyak	Kacang-Kacangan	Gula	Sayur/Buah	Lain-lain	Total
20	Kec. Medan Marelan	1312.0	20.0	196.6	467.8	44.0	44.6	82.0	179.9	2.8	2349.6
21	Kec. Medan Belawan	1207.0	34.6	79.0	175.1	40.4	102.6	106.2	128.2	2.3	1875.4
KOTA MEDAN		1206.7	34.9	164.0	321.5	47.9	103.3	110.4	154.7	4.7	2081.53

Sumber: Data diolah (2025)

Tabel kontribusi energi per kelompok pangan menurut kecamatan di Kota Medan memperlihatkan bagaimana setiap jenis pangan memberikan sumbangan terhadap total energi masyarakat di berbagai wilayah. Secara umum, terlihat bahwa padi-padian merupakan sumber energi terbesar hampir di seluruh kecamatan dengan kisaran kontribusi antara 969,0 hingga 1424,0, yang menunjukkan dominasi beras sebagai makanan pokok utama masyarakat. Selain itu, pangan hewani juga berperan penting dengan kontribusi relatif tinggi di beberapa kecamatan seperti Medan Barat (224,0), Medan Baru (188,6), dan Medan Tembung (184,4), sedangkan kontribusinya lebih rendah di kecamatan Medan Belawan (79,0).

Kontribusi dari minyak dan lemak juga cukup besar, bahkan di beberapa kecamatan angkanya sangat tinggi, misalnya Medan Kota (341,9) dan Medan Timur (450,1). Hal ini menandakan tingginya konsumsi pangan berbasis minyak dalam pola makan masyarakat. Sebaliknya, kelompok umbi-umbian memberi kontribusi energi yang relatif kecil dibandingkan kelompok pangan lain,

meskipun ada kecamatan dengan angka cukup tinggi seperti Medan Petisah (58,4) dan Medan Barat (48,6).

Pada kelompok sayur dan buah, kontribusi energi berkisar antara 123,9 di Medan Belawan hingga 186,1 di Medan Polonia. Artinya, meskipun masyarakat mengonsumsi sayur dan buah, sumbangan energinya relatif lebih rendah dibanding padi-padian atau minyak dan lemak, namun tetap penting untuk memenuhi keragaman pangan. Sedangkan kacang-kacangan memberikan variasi sumbangan, misalnya tinggi di Medan Baru (225,6) namun relatif rendah di Medan Helvetia (77,9). Jika dilihat secara total, kontribusi energi tertinggi terdapat di Kecamatan Medan Timur (2438,7) dan Medan Kota (2162,8), sementara yang terendah ada di Medan Belawan (1874,5). Secara rata-rata, total kontribusi energi Kota Medan adalah 2081,7, yang memperlihatkan adanya variasi antar kecamatan dalam konsumsi pangan. Perbedaan ini dipengaruhi oleh faktor sosial-ekonomi, daya beli masyarakat, serta ketersediaan pangan di masing-masing wilayah.

5.5.2. Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (%)

Hasil kontribusi energi per kelompok pangan berdasarkan hasil survey konsumsi pangan dapat dilihat pada tabel 4.16 di bawah ini:

Tabel 5.6. Kontribusi Energi Per Kelompok Pangan (%)

Kode Sampel	KONTRIBUSI ENERGI (%) PER KECAMATAN									Total
	Padi-padian	Umbi-umbian	Pangan Hewani	Minyak dan Lemak	Buah/Biji Berminyak	Kacang-Kacangan	Gula	Sayur/Buah	Lain-lain	
Kec. Medan Tuntungan	55,87	2,21	8,60	11,34	2,23	2,91	6,39	10,10	0,33	100,00
Kec. Medan Johor	47,97	1,85	7,53	13,10	2,53	9,57	8,45	8,67	0,33	100,00
Kec. Medan Amplas	58,96	2,00	8,66	16,29	3,97	6,09	6,50	6,76	0,22	100,00
Kec. Medan Denai	60,01	1,38	6,70	16,10	3,56	1,89	3,53	6,68	0,16	100,00
Kec. Medan Area	55,12	1,44	5,67	16,41	1,79	5,82	5,99	7,49	0,27	100,00
Kec. Medan Kota	55,83	1,55	8,11	15,82	2,04	4,78	4,21	7,54	0,13	100,00
Kec. Medan Maimun	52,98	2,11	7,56	17,53	2,88	7,28	7,35	8,11	0,46	100,00
Kec. Medan Polonia	52,40	2,07	8,52	13,50	1,82	7,21	5,93	8,41	0,15	100,00
Kec. Medan Baru	53,61	2,11	9,51	10,01	2,32	11,38	5,50	5,34	0,23	100,00
Kec. Medan Selayang	63,28	0,90	9,14	5,06	3,26	2,52	5,70	9,71	0,43	100,00
Kec. Medan Sunggal	69,46	1,56	11,52	17,54	3,03	2,43	4,78	7,88	0,23	100,00
Kec. Medan Helvetia	62,45	0,98	7,77	12,81	2,44	3,22	3,43	6,73	0,17	100,00

Kode Sampel	KONTRIBUSI ENERGI (%) PER KECAMATAN									
	Padi-padian	Umbi-umbian	Pangan Hewani	Minyak dan Lemak	Buah/Biji Berminyak	Kacang-Kacangan	Gula	Sayur/Buah	Lain-lain	Total
Kec. Medan Petisah	57,56	2,36	9,48	12,84	1,60	3,14	6,32	6,50	0,19	100,00
Kec. Medan Barat	49,28	2,14	9,88	18,49	2,54	4,66	4,98	7,83	0,19	100,00
Kec. Medan Timur	60,08	0,87	7,98	18,87	2,08	5,52	5,33	7,75	0,15	100,00
Kec. Medan Perjuangan	72,04	2,55	9,43	19,61	3,13	7,49	7,28	9,05	0,37	100,00
Kec. Medan Tembung	56,53	1,14	7,90	18,68	1,45	4,09	3,68	6,26	0,28	100,00
Kec. Medan Deli	64,33	1,77	6,56	22,21	1,48	2,55	3,40	6,61	0,11	100,00
Kec. Medan Labuhan	59,69	1,78	4,10	16,88	1,20	5,38	4,75	6,02	0,20	100,00
Kec. Medan Marelan	55,84	0,85	8,37	19,91	1,87	1,90	3,49	7,65	0,12	100,00
Kec. Medan Belawan	64,36	1,84	4,21	9,34	2,16	5,47	5,66	6,84	0,12	100,00
KOTA MEDAN	58,46	1,69	7,96	15,35	2,35	5,01	5,36	7,52	0,23	100,00

Sumber : Data Primer (Diolah), 2025.

Tabel di atas menggambarkan kontribusi energi (%) per kelompok pangan menurut kecamatan di Kota Medan. Data ini memberikan gambaran mengenai pola konsumsi masyarakat di setiap wilayah dan sejauh mana kelompok pangan tertentu menyumbangkan energi terhadap total kebutuhan kalori harian. Secara umum, terlihat bahwa padi-padian masih menjadi sumber energi terbesar di seluruh kecamatan. Misalnya, kontribusi energi dari padi-padian mencapai angka

tertinggi di Kecamatan Medan Perjuangan sebesar 72,04%, sementara angka terendah berada di Kecamatan Medan Johor dengan 47,37%. Perbedaan ini menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat masih menggantungkan kebutuhan energi pada beras sebagai makanan pokok, meskipun terdapat variasi konsumsi antar wilayah, kemungkinan dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, preferensi budaya, maupun tingkat akses terhadap bahan pangan.

Selain padi-padian, kelompok pangan dengan kontribusi energi cukup signifikan adalah minyak dan lemak. Misalnya, di Kecamatan Medan Deli, kontribusinya mencapai 22,21%, sedangkan di Kecamatan Medan Belawan hanya sebesar 9,34%. Hal ini dapat mengindikasikan bahwa masyarakat di wilayah tertentu cenderung mengonsumsi makanan olahan dengan kadar minyak dan lemak lebih tinggi, baik dari minyak goreng, santan, maupun produk pangan siap saji. Tingginya konsumsi minyak dan lemak ini perlu dicermati, karena meskipun memberikan energi cepat, konsumsi berlebih dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif seperti obesitas, diabetes, dan hipertensi.

Kontribusi dari pangan hewani juga terlihat bervariasi antar kecamatan. Misalnya, Kecamatan Medan Sunggal menunjukkan kontribusi energi cukup tinggi dari pangan hewani sebesar 11,52%, sementara di Kecamatan Medan Denai hanya 6,70%. Perbedaan ini bisa dipengaruhi oleh tingkat pendapatan dan daya beli masyarakat, mengingat pangan hewani seperti daging, ikan, dan telur umumnya memiliki harga yang lebih tinggi dibanding sumber protein nabati. Tingginya konsumsi pangan hewani di beberapa kecamatan dapat menjadi

indikator baik dari segi kualitas gizi, namun tetap perlu diseimbangkan dengan pangan nabati.

Sementara itu, kontribusi energi dari umbi-umbian relatif kecil di seluruh kecamatan, berkisar antara 0,85% di Medan Marelan hingga 2,55% di Medan Perjuangan. Angka ini menunjukkan bahwa umbi-umbian seperti singkong, ubi jalar, dan talas tidak menjadi sumber energi utama masyarakat Kota Medan. Rendahnya konsumsi umbi-umbian dapat dikaitkan dengan perubahan pola makan modern yang lebih berfokus pada beras, meskipun sebenarnya umbi-umbian bisa menjadi alternatif sumber karbohidrat lokal yang lebih murah dan kaya serat.

Kontribusi energi dari sayur dan buah juga relatif rendah, rata-rata sekitar 6–10%. Kecamatan Medan Selayang tercatat memiliki persentase tertinggi untuk sayur dan buah yakni 9,71%, sedangkan angka terendah berada di Kecamatan Medan Barat sebesar 4,86%. Kondisi ini memperlihatkan bahwa konsumsi buah dan sayur masyarakat Medan masih jauh dari rekomendasi gizi seimbang. Padahal, sayur dan buah berperan penting sebagai sumber vitamin, mineral, dan serat yang tidak hanya menunjang kesehatan tetapi juga meningkatkan kualitas pola pangan harapan (PPH).

Kelompok pangan lain seperti kacang-kacangan dan gula memberikan kontribusi energi tambahan. Misalnya, gula cukup tinggi di Kecamatan Medan Baru dengan 11,38%, yang menunjukkan tingginya konsumsi makanan atau minuman manis. Sementara itu, kacang-kacangan relatif lebih rendah, misalnya

hanya 1,45% di Medan Timur, padahal pangan ini kaya protein nabati dan lemak sehat yang mendukung gizi seimbang.

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa pola konsumsi energi masyarakat Kota Medan masih sangat bergantung pada padi-padian, diikuti oleh minyak/lemak dan pangan hewani, sementara kontribusi dari umbi-umbian, sayur-buah, serta kacang-kacangan masih rendah. Kondisi ini mencerminkan bahwa pola konsumsi belum sepenuhnya seimbang sesuai dengan prinsip Pola Pangan Harapan (PPH). Ketergantungan tinggi terhadap beras menjadikan masyarakat rentan apabila terjadi gangguan pasokan pangan pokok. Oleh karena itu, upaya diversifikasi pangan melalui peningkatan konsumsi sayur, buah, kacang-kacangan, serta sumber karbohidrat lokal seperti umbi-umbian sangat penting untuk mendukung ketahanan pangan sekaligus perbaikan gizi masyarakat di Kota Medan.

5.5.3 Skor Pola Pangan Harapan Per Kecamatan

Pola Pangan Harapan (PPH) per Kecamatan merupakan gambaran kualitas dan keragaman konsumsi pangan masyarakat pada tingkat kecamatan. PPH digunakan untuk menilai sejauh mana pola makan penduduk sudah beragam, bergizi seimbang, serta sesuai dengan anjuran gizi. Dengan melakukan analisis PPH di tingkat kecamatan, dapat diketahui jenis pangan yang dominan dikonsumsi, kecukupan gizi masyarakat, serta ketidakseimbangan pola makan yang terjadi, misalnya terlalu tinggi konsumsi padi-padian tetapi rendah pada sayur, buah, atau pangan hewani. Hasil PPH per kecamatan juga bermanfaat untuk

membandingkan kondisi antar kecamatan dalam satu kota atau kabupaten, sehingga pemerintah dapat merumuskan kebijakan pangan dan gizi yang lebih tepat sasaran sesuai dengan kebutuhan masyarakat di wilayah tersebut. Skor Pola Pangan Harapan (PPH) per kecamatan di Kota Medan disajikan pada tabel 5.7. berikut:

Tabel 5.7. Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Per Kecamatan

Kode Wilayah	Kode Sampel	Skor Pola Pangan Harapan									
		Padi-padian	Umbi-umbian	Pangan Hewani	Minyak/Lemak	Buah/ Biji Berminyak	Kacang-Kacangan	Gula	Sayur/ Buah	Lain-lain	Total
1	Kec. Medan Tuntungan	25.2	0.7	19.2	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	92.8
2	Kec. Medan Johor	25.2	0.8	19.6	5.3	1.2	10.5	2.2	30.4	0.0	95.8
3	Kec. Medan Amplas	25.2	0.7	19.2	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	92.8
4	Kec. Medan Denai	25.2	0.7	19.6	5.0	1.0	9.7	1.8	29.9	0.0	93.4
5	Kec. Medan Area	25.2	0.7	19.1	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	92.7
6	Kec. Medan Kota	25.2	0.7	19.6	5.0	1.0	10.0	2.1	29.9	0.0	94.4
7	Kec. Medan Maimun	22.0	0.7	19.6	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	93.5
8	Kec. Medan Polonia	23.3	0.7	19.6	5.0	1.0	10.0	2.2	30.0	0.0	94.4
9	Kec. Medan Baru	24.3	0.7	19.6	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	92.6
10	Kec. Medan Selayang	25.2	0.7	19.6	5.1	1.1	10.0	2.0	29.9	0.0	93.6
11	Kec. Medan Sunggal	25.2	0.7	19.1	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	92.7
12	Kec. Medan Helvetia	25.2	0.7	19.6	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	93.8
13	Kec. Medan Petisah	25.2	0.7	19.6	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	93.2
14	Kec. Medan Barat	25.2	0.7	19.6	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	93.2
15	Kec. Medan Timur	25.2	0.7	19.0	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	92.6

Kode Wilayah	Kode Sampel	Skor Pola Pangan Harapan									
		Padi-padian	Umbi-umbian	Pangan Hewani	Minyak/Lemak	Buah/ Biji Berminyak	Kacang-Kacangan	Gula	Sayur/ Buah	Lain-lain	Total
16	Kec. Medan Perjuangan	25.2	0.7	19.4	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	93.0
17	Kec. Medan Tembung	25.2	0.7	19.2	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	92.8
18	Kec. Medan Deli	25.2	0.7	18.2	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	91.8
19	Kec. Medan Labuhan	22.3	0.7	18.0	5.0	1.0	10.0	1.8	29.9	0.0	88.7
20	Kec. Medan Marelan	25.2	0.6	18.2	4.8	1.0	9.7	1.8	29.8	0.0	91.1
21	Kec. Medan Belawan	21.5	0.5	17.2	4.5	0.8	9.4	1.7	29.6	0.0	86.8
KOTA MEDAN		25	0.7	19.1	5.0	1.0	10.0	1.9	30	0.0	92.76

Sumber: Data diolah (2025)

Pola Pangan Harapan (PPH) per kecamatan di Kota Medan merupakan indikator penting yang digunakan untuk menilai kualitas konsumsi pangan masyarakat dengan memperhatikan keragaman, keseimbangan, dan kecukupan gizi. Data PPH menunjukkan variasi skor antar kecamatan, yang mencerminkan kondisi sosial-ekonomi, ketersediaan bahan pangan, serta pola konsumsi masyarakat di wilayah tersebut. Misalnya, kecamatan dengan tingkat ekonomi yang lebih baik seperti Medan Polonia, Medan Maimun, atau Medan Petisah cenderung memiliki skor PPH yang lebih tinggi. Hal ini karena masyarakat di wilayah tersebut relatif memiliki daya beli yang cukup untuk mengakses berbagai jenis pangan, mulai dari sumber karbohidrat, protein hewani maupun nabati, hingga sayur dan buah yang mendukung terpenuhinya gizi seimbang. Sebaliknya, beberapa kecamatan dengan kondisi ekonomi yang lebih terbatas, seperti Medan

Belawan, Medan Marelan, dan Medan Labuhan, menunjukkan skor PPH yang lebih rendah. Rendahnya skor ini seringkali dipengaruhi oleh keterbatasan akses terhadap pangan bergizi serta ketergantungan pada sumber pangan pokok yang monoton, sehingga asupan gizi masyarakat kurang beragam.

Perbedaan skor antar kecamatan tersebut menunjukkan adanya ketimpangan konsumsi pangan yang erat kaitannya dengan faktor kemiskinan, tingkat pendidikan, serta ketersediaan fasilitas distribusi pangan. Kecamatan dengan infrastruktur perdagangan dan pasar yang baik biasanya lebih mudah mendapatkan berbagai jenis pangan, sementara wilayah dengan keterbatasan akses lebih bergantung pada jenis pangan tertentu, yang akhirnya menurunkan skor PPH. Selain itu, kebiasaan konsumsi masyarakat juga berperan penting—ada wilayah yang masih kuat dengan pola makan tradisional berbasis karbohidrat utama, namun minim variasi protein dan sayuran. Dengan demikian, rendahnya skor PPH di beberapa kecamatan tidak hanya menggambarkan keterbatasan daya beli, tetapi juga tantangan dalam mengedukasi masyarakat tentang pentingnya pola konsumsi yang beragam dan bergizi seimbang.

5.6. Kebijakan Dalam Meningkatkan Kualitas Pangan di Kota Medan

Untuk meningkatkan kualitas pangan di Kota Medan, diperlukan kebijakan yang berfokus pada ketersediaan, keterjangkauan, dan perubahan perilaku konsumsi masyarakat.

Pertama, pemerintah kota dapat memperkuat diversifikasi pangan lokal dengan mendorong masyarakat agar tidak hanya bergantung pada beras sebagai

sumber energi utama, tetapi juga meningkatkan konsumsi umbi-umbian, jagung, sagu, kacang-kacangan, sayur, dan buah-buahan. Diversifikasi ini dapat didukung melalui program penyuluhan, promosi pangan lokal, serta pemberian insentif bagi pelaku usaha kecil dan petani lokal.

Kedua, perlu diterapkan kebijakan peningkatan akses dan distribusi pangan bergizi. Hal ini dapat dilakukan dengan membangun jaringan distribusi yang lebih merata antar kecamatan, khususnya untuk sayur, buah, ikan, dan pangan hewani. Pemerintah juga dapat menjalin kemitraan dengan pasar tradisional, supermarket, dan pelaku usaha pertanian untuk memastikan harga tetap stabil dan terjangkau bagi masyarakat menengah ke bawah.

Ketiga, diperlukan edukasi gizi dan perubahan perilaku konsumsi. Program penyuluhan gizi di sekolah, puskesmas, maupun melalui media massa dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya konsumsi pangan beragam, bergizi seimbang, dan aman (B2SA). Edukasi ini juga dapat diarahkan pada kelompok rumah tangga miskin, ibu hamil, dan anak-anak sebagai kelompok rentan gizi.

Keempat, pemerintah kota dapat mendukung pengembangan urban farming dan kebun gizi di lingkungan masyarakat. Program ini selain meningkatkan ketersediaan pangan bergizi di tingkat rumah tangga, juga dapat menekan biaya pengeluaran pangan serta mendorong kemandirian keluarga.

ANALISA KUALITAS KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT
KOTA MEDAN TAHUN 2025



BAB 6

KESIMPULAN

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Skor PPH Kota Medan tahun 2025 yang berada pada angka 92,76 menunjukkan bahwa secara umum konsumsi pangan masyarakat sudah mendekati pola ideal, namun masih terdapat ketimpangan antar kecamatan dan sedikit menurun dibandingkan tahun 2024 yang sebesar 93,34.
2. Perbedaan skor PPH memperlihatkan bahwa faktor sosial-ekonomi dan akses pangan menjadi penentu utama kualitas konsumsi masyarakat, sehingga kebijakan pangan tidak bisa dibuat seragam untuk seluruh wilayah.
3. Kecamatan dengan skor tinggi umumnya memiliki akses pangan beragam, infrastruktur memadai, dan daya beli masyarakat yang lebih baik, sementara kecamatan dengan skor rendah didominasi oleh kemiskinan, keterbatasan distribusi, serta pola konsumsi monoton.
4. Peningkatan kualitas pangan di Kota Medan memerlukan kebijakan terpadu yang mencakup diversifikasi pangan lokal, pemerataan akses dan distribusi pangan bergizi, edukasi gizi untuk perubahan perilaku konsumsi, serta pengembangan urban farming guna menjamin ketersediaan, keterjangkauan, dan keberlanjutan pangan masyarakat.

6.2 Saran

1. Meningkatkan akses pangan bergizi di kecamatan dengan skor rendah melalui penguatan pasar lokal, distribusi yang merata, dan harga pangan terjangkau.
2. Menyelenggarakan program edukasi gizi untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya keragaman pangan.
3. Mengembangkan potensi pangan lokal seperti umbi-umbian, kacang-kacangan, dan sayur-buah sebagai alternatif konsumsi selain padi-padian.
4. Memberikan intervensi pemerintah daerah berupa bantuan pangan dan pemberdayaan ekonomi bagi masyarakat miskin, terutama di kawasan Medan Utara (Belawan, Marelan, dan Labuhan).
5. Melakukan pemantauan rutin skor PPH tiap tahun sebagai dasar perumusan kebijakan pangan dan gizi yang lebih tepat sasaran.

Dinas Ketahanan Pangan, Pertanian dan
Perikanan Kota Medan

2025