

Laporan Akhir:
**Hasil Survei Literasi, Pola
Konsumsi, dan Akses
Pangan Masyarakat
di Kota Depok dan Kota
Solo Tahun 2018**



Daftar isi

Bab 1 PENDAHULUAN	5
1.1 Latar belakang	5
1.2 Tujuan	6
Bab 2 TINJUAN PUSTAKA	7
2.1 Gambaran umum	7
2.2 Pola Makan Sehat	15
2.3 Faktor Penentu Perilaku Konsumsi (Pola Makan) Sehat	16
Bab 3 METODE PENELITIAN	17
3.1 Kerangka Konseptual	17
3.2 Metode	17
Bab 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	19
4.1 Profil Responden Survei	19
4.2 Gambaran Pola Makan	21
4.3 Gambaran Pola Belanja dan Akses Terhadap Pangan	37
4.4 Gambaran Tingkat Literasi	47
Bab 5 KESIMPULAN DAN SARAN	51
5.1 Kesimpulan	51
5.2 Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	54

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehidupan masyarakat pada saat ini tidak terlepas dari pola konsumsi. Tidak dapat dipungkiri di era modern dimana berbagai jenis pangan dan hasil olahannya yang semakin beragam menuntut masyarakat sebagai konsumen untuk lebih selektif memilih. Karena apa yang dikonsumsi sehari-hari dapat berpengaruh pada kualitas hidup, terutama kesehatan di masa depan.

Saat ini Indonesia telah mengalami fenomena “*Triple Burden Diseases*”, dimana penyakit menular saat ini belum sepenuhnya tertanggulangi, sudah mulai tingginya angka kejadian penyakit tidak menular, dan penyakit menular yang dahulu telah berhasil tertanggulangi kini kasusnya muncul kembali. Penyakit tidak menular seperti hipertensi, penyakit jantung koroner (PJK), diabetes melitus, dan kanker prevalensinya semakin meningkat selama satu dekade terakhir. Terutama di wilayah perkotaan (Risksdas 2007 & 2013). Perkotaan sebagai wilayah yang sudah seharusnya sangat lekat dengan modernisasi menjadi cerminan bagaimana perubahan pola konsumsi masyarakat terjadi. Kesehatan individu salah satunya ditentukan dari bagaimana pola konsumsi.

Dalam teori eko-sosial kesehatan, Dahlgren dan Whitehead (1991) mengemukakan bahwa kesehatan atau penyakit yang dialami individu dipengaruhi oleh faktor-faktor yang terletak di berbagai lapisan lingkungan, dan sebagian besar determinan (faktor penentu) kesehatan tersebut sesungguhnya dapat diubah (modifiable factors). Dari sekian banyak faktor penentu yang dapat diubah tersebut, pola makan dalam keluarga, serta aspek literasi terhadap kesehatan dan pangan memainkan peran yang cukup

penting. Kuat atau lemahnya literasi pangan konsumen menentukan tingkat keberdayaan dan kemampuan konsumen untuk dapat mengakses pangan yang sehat, dan mengubah pola konsumsinya ke arah yang sehat pula.

Berdasarkan masalah di atas, Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) yang merupakan lembaga nirlaba swadaya masyarakat yang bergerak untuk memperjuangkan hak konsumen menyusun suatu survei terkait pola konsumsi, literasi dan akses pangan masyarakat di kalangan rumah tangga perkotaan. Survei dilakukan di 2 (dua) kota yang hasilnya akan menjadi bahan advokasi ke Pemerintah Daerah, serta bahan kampanye pemberdayaan konsumen perkotaan.

1.2 Tujuan

Adapun tujuan dilaksanakan survei ini dijabarkan sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi faktor yang menentukan pola makan sehat di rumah tangga
2. Mengidentifikasi tingkat literasi pangan masyarakat
3. Mengidentifikasi akses masyarakat terhadap bahan pangan sehat
4. Menyusun rekomendasi untuk meningkatkan literasi pangan dan pola makan sehat masyarakat

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Gambaran Umum

2.1.1 Kota Depok

A. Kondisi Geografis Daerah

Kota Depok adalah sebuah kota di Provinsi Jawa Barat, Indonesia. Kota ini terletak tepat di selatan Jakarta, yakni antara Jakarta dan Bogor. Dahulu, Depok adalah kota kecamatan dalam wilayah Kabupaten Bogor, yang kemudian mendapat status kota administratif pada tahun 1982. Sejak 20 April 1999, Depok ditetapkan menjadi kotamadya (sekarang:kota) yang terpisah dari Kabupaten Bogor. Kota Depok terdiri atas 11 kecamatan dan 63 kelurahan.

Depok merupakan kota penyangga Jakarta. Ketika menjadi kota administratif pada tahun 1982, penduduknya hanya 240.000 jiwa, dan ketika menjadi kotamadya pada tahun 1999 penduduknya 1,2 juta jiwa. Universitas Indonesia berada di wilayah Kota Depok. Sejak bulan Juni 2012, Wali Kota Depok Nur Mahmudi Ismail telah menetapkan program One Day No Rice, yaitu program satu hari tanpa nasi. Program ini dilakukan setiap hari Selasa.

One Day No Rice (ODNR) adalah sebuah program yang dicanangkan Walikota Depok Nur Mahmudi Ismail demi menggalakkan diversifikasi pangan di wilayahnya. Program ini diawali dengan diterbitkannya SK Walikota Depok no. 010/27-um tanggal 10 Februari 2012 yang memerintahkan seluruh penjual makanan di kantin di balai kota Depok untuk tidak menjual nasi yang terbuat dari beras setiap hari Selasa, namun menyediakan makanan pengganti seperti kentang, singkong, dan umbi-umbian lainnya. Kebijakan ini muncul setelah diskusi antara Nur Mahmudi Ismail antara dan profesor Djoko Said Damardjati mengenai kesuksesan program serupa di Korea Selatan. Melalui program One Day No Rice ini, masyarakat diminta untuk mengurangi konsumsi beras dan

beralih ke makanan pokok lain seperti umbi-umbian yang sebenarnya tersedia dalam jumlah besar di pasar tradisional.

Program ini telah mendapatkan apresiasi dan penghargaan dari pemerintah pusat[4] dan penghargaan rekor MURI. Nur Mahmudi Ismail juga telah didaulat sebagai Walikota teladan karena pelaksanaan program ini. Program ini bahkan telah diliput oleh saluran televisi internasional, CNN. Menteri Pertanian mempertimbangkan program ini untuk menjadi program nasional.

Pada tahun 2015, Depok merupakan satu dari 10 kota di Indonesia yang mendapatkan 'Penghargaan Laporan Penyelenggaraan Pemerintahan Daerah. Penghargaan ini diberikan kepada pemerintah daerah yang mampu meningkatkan pendapatan daerah. Setiap tahun, Laporan Penyelenggaraan Pemerintahan Daerah (LPPD) "disetor" ke Kementerian Dalam Negeri sebagai indikator tingkat keberhasilan suatu pemerintahan daerah dalam melaksanakan otonomi daerah.

Depok bermula dari sebuah Kecamatan yang berada di lingkungan Kewedanaan (Pembantu Bupati) wilayah Parung Kabupaten Bogor, kemudian pada tahun 1976 perumahan mulai dibangun baik oleh Perum Perumnas maupun pengembang yang kemudian diikuti dengan dibangunnya kampus Universitas Indonesia (UI), serta meningkatnya perdagangan dan Jasa yang semakin pesat sehingga diperlukan kecepatan pelayanan.

Pada tahun 1981 Pemerintah membentuk Kota Administratif Depok berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 43 tahun 1981 yang peresmiannya pada tanggal 18 Maret 1982 oleh Menteri dalam Negeri (H. Amir Machmud) yang terdiri dari 3 (tiga) Kecamatan dan 17 (tujuh belas) Desa, yaitu:

1. Kecamatan Pancoran Mas, terdiri dari 6 (enam) Desa, yaitu Desa Depok, Desa Depok Jaya, Desa Pancoran Mas, Desa Mampang, Desa Rangkapan Jaya, Desa Rangkapan Jaya Baru.
2. Kecamatan Beji, terdiri dari 5 (lima) Desa, yaitu: Desa Beji, Desa Kemiri Muka, Desa Pondok Cina, Desa Tanah Baru, Desa Kukusan.
3. Kecamatan Sukmajaya, terdiri dari 6 (enam) Desa, yaitu: Desa Mekarjaya, Desa Sukma Jaya, Desa Sukamaju, Desa Cisalak, Desa Kalibaru, Desa Kalimulya.

Selama kurun waktu 17 tahun Kota Administratif Depok berkembang pesat baik dibidang Pemerintahan, Pembangunan dan Kemasyarakatan. Khususnya bidang Pemerintahan semua Desa berganti menjadi Kelurahan dan adanya pemekaran Kelurahan, sehingga pada akhirnya Depok terdiri dari 3 (Kecamatan) dan 23 (dua puluh tiga) Kelurahan, yaitu:

1. Kecamatan Pancoran Mas, terdiri dari 6 (enam) Kelurahan, yaitu: Kelurahan Depok, Kelurahan Depok Jaya, Kelurahan Pancoran Mas, Kelurahan Rangkapan Jaya, Kelurahan Rangkapan Jaya Baru.
2. Kecamatan Beji terdiri dari (enam) Kelurahan, yaitu: Kelurahan Beji, Kelurahan Beji Timur, Kelurahan Pondok Cina, Kelurahan Kemirimuka, Kelurahan Kukusan, Kelurahan Tanah Baru.
3. Kecamatan Sukmajaya, terdiri dari 11 (sebelas) Kelurahan, yaitu: Kelurahan Sukmajaya, Kelurahan Sukamaju, Kelurahan Mekar Jaya, kelurahan Abadijaya, Kelurahan Bakti Jaya, Kelurahan Cisalak, Kelurahan Kalibaru, Kelurahan Kalimulya, Kelurahan Cilodong, Kelurahan Jatimulya, Kelurahan Tirtajaya.

Berdasarkan Undang–Undang Nomor 15 Tahun 1999, wilayah Kota Depok meliputi wilayah Administratif Kota Depok, terdiri dari 3 (tiga) kecamatan sebagaimana tersebut di atas ditambah dengan sebagian wilayah Kabupaten Daerah Tingkat II Bogor, yaitu:

1. Kecamatan Cimanggis, yang terdiri dari 1 (satu) kelurahan dan 12 (dua belas) desa, yaitu: Kelurahan Cilangkap, Desa Pasir Gunung Selatan, Desa Tugu, Desa Mekarsari, Desa Cisalak Pasar, Desa Curug, Desa Hajarmukti, Desa Sukatani, Desa Sukamaju Baru, Desa Cijajar, Desa Cimpaeun, Desa Leuwinanggung.
2. Kecamatan Sawangan, yang terdiri dari 14 (empat belas) desa, yaitu: Desa Sawangan, Desa Sawangan Baru, Desa Cinangka, Desa Kedaung, Desa Serua, Desa Pondok Petir, Desa Curug, Desa Bojong Sari, Desa Bojong Sari Baru, Desa Duren Seribu, Desa Duren Mekar, Desa Pengasinan Desa Bedahan, Desa Pasir Putih.
3. Kecamatan Limo yang terdiri dari 8 (delapan) desa, yaitu: Desa Limo, Desa Meruyung, Desa Cinere, Desa Gandul, Desa Pangkalan Jati, Desa Pangkalan Jati Baru, Desa Krukut, Desa Grogol.
4. Dan ditambah 5 (lima) desa dari Kecamatan Bojong Gede, yaitu: Desa Cipayung, Desa Cipayung Jaya, Desa Ratu Jaya, Desa Pondok Terong, Desa Pondok Jaya.

Pemekaran Kecamatan

Pemekaran Kecamatan di Kota Depok dari 6 (enam) menjadi 11 (sebelas) kecamatan merupakan implementasi dari Perda Kota Depok Nomor 08 Tahun 2007 tentang Pembentukan Kecamatan di Kota Depok, yang diharapkan akan berdampak positif bagi masyarakat. Dengan bertambahnya jumlah kecamatan tersebut, akan semakin mendekatkan pelayanan sehingga memudahkan masyarakat dalam mengurus berbagai keperluannya yang membutuhkan layanan aparatur pemerintah di kecamatan.

Di samping itu, dengan pemekaran ini menjadikan setiap kecamatan hanya akan membawahi empat hingga tujuh kelurahan saja, di mana sebelumnya 6 hingga 14 Kelurahan, diharapkan camat dapat lebih intensif untuk berkoordinasi dengan para Lurah dan aparaturnya sehingga dapat memperkokoh fungsinya dalam mensukseskan program-program yang digulirkan Pemkot melalui berbagai OPD.

Adapun selengkapnya nama kecamatan dan kelurahan hasil pemekaran berdasarkan Peraturan Daerah Nomor 08 Tahun 2007 yang disahkan oleh DPRD Kota Depok, sebagai berikut:

1. Kecamatan Pancoran Mas meliputi wilayah kerja: Kelurahan Pancoran Mas, Kelurahan Depok, Kelurahan Depok Jaya, dan Kelurahan Mampang.
2. Kecamatan Beji meliputi wilayah kerja: Kelurahan Beji, Kelurahan Beji Timur, Kelurahan Kemiri Muka, Kelurahan Pondok Cina, Kelurahan Kukusan, dan Kelurahan Tanah Baru. Kelurahan Rangkapan Jaya, dan Kelurahan Rangkap Jaya Baru.
3. Kecamatan Cipayung meliputi wilayah kerja: Kelurahan Cipayung, Kelurahan Cipayung Jaya, Kelurahan Ratu Jaya, Kelurahan Bojong Pondok Terong, dan Kelurahan Pondok Jaya.
4. Kecamatan Sukmajaya meliputi wilayah kerja: Kelurahan Sukmajaya, Kelurahan Mekarjaya, Kelurahan Baktijaya, Kelurahan Abadijaya, Kelurahan Tirtajaya, dan Kelurahan Cisalak.
5. Kecamatan Cilodong meliputi wilayah kerja: Kelurahan Sukamaju, Kelurahan Cilodong, Kelurahan Kalibaru, Kelurahan Kalimulya, dan Kelurahan Jatimulya.
6. Kecamatan Limo meliputi wilayah kerja: Kelurahan Limo, Kelurahan Meruyung, Kelurahan Grogol, dan Kelurahan Krukut.
7. Kecamatan Cinere meliputi wilayah kerja: Kelurahan Cinere, Kelurahan Gandul, Kelurahan Pangkal Jati Lama, dan Kelurahan Pangkal Jati Baru.

8. Kecamatan Cimanggis meliputi wilayah kerja: Kelurahan Cisalak Pasar, Kelurahan Mekarsari, Kelurahan Tugu, Kelurahan Pasir Gunung Selatan, Kelurahan Harjamukti, dan Kelurahan Curug.
9. Kecamatan Tapos meliputi wilayah kerja: Kelurahan Tapos, Kelurahan Leuwinanggung, Kelurahan Sukatani, Kelurahan Sukamaju Baru, Kelurahan Jatijajar, Kelurahan Cilangkap, dan Kelurahan Cimpaeun.
10. Kecamatan Sawangan meliputi wilayah kerja: Kelurahan Sawangan, Kelurahan Kedaung, Kelurahan Cinangka, Kelurahan Sawangan Baru, Kelurahan Bedahan, Kelurahan Pengasinan, dan Kelurahan Pasir Putih.
11. Kecamatan Bojongsari meliputi wilayah kerja: Kelurahan Bojongsari, Kelurahan Bojongsari Baru, Kelurahan Serua, Kelurahan Pondok Petir, Kelurahan Curug, Kelurahan Duren Mekar, dan Kelurahan Duren Seribu.

Kota Depok selain sebagai kota otonom yang berbatasan langsung dengan Daerah Khusus Ibu Kota Jakarta juga merupakan wilayah penyangga Ibu Kota Negara yang diarahkan untuk kota pemukiman, kota pendidikan, pusat pelayanan perdagangan dan jasa, kota pariwisata, dan sebagai kota resapan air.

B. Keadaan Sosio-Ekonomi dan Budaya

Perkembangan Kota Depok dari aspek geografis, demografis maupun sumber pendapatan begitu pesat, terutama di bidang administrator pembangunan. Ada beberapa indikator yang dapat dipergunakan sebagai acuan tentang pertumbuhan ekonomi di Kota Depok.

Pertama, Indeks daya beli masyarakat Depok semakin meningkat dari tahun ke tahun. Sisi daya beli terjadi peningkatan indeks daya beli dari 576,76 pada tahun 2006 menjadi 586,49 pada tahun 2009.

Kedua, capaian Laju Pertumbuhan Ekonomi (LPE) Kota Depok pada tahun tahun 2009: 6,22%. Kontribusi paling dominan terhadap PDRB (Produk Domestik Regional Bruto) dan LPE, dari subsektor perdagangan dan jasa.

Ketiga, terjadi peningkatan dari tahun ke tahun pada peranan sektor tersier, yaitu dari 50,42% pada tahun 2006 menjadi 52,77% pada tahun 2009. Indikasi tersebut menandakan bahwa masyarakat Depok sudah dapat memenuhi kebutuhan sektor primer maupun sekunder.

Laju ekonomi yang meningkat tersebut, telah menjadikan Depok sebagai kota jasa dan perdagangan. Hal itu terlihat secara nyata dengan semakin banyaknya layanan sektor jasa dan perdagangan yang bermunculan di Kota Depok, seperti restoran, Mall, tempat-tempat usaha dan layanan jasa lainnya. Pada tahun 2011, perekonomian Depok dijadikan percontohan oleh Timor Leste dengan hadirnya Menteri Ekonomi dan Pembanguna Timore Leste, Joe Mendes Gonzales.

Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat pada 2012 pertumbuhan perekonomian Kota Depok mencapai 7,1%. Angka tersebut jauh melebihi pertumbuhan ekonomi di Jawa Barat sebesar 6,2%. Usaha jasa perorangan di Depok turut mendorong laju pertumbuhan ekonomi sekitar 10,56 persen. Layanan jasa yang menyokong perekonomian Depok antara lain dari jasa pencucian baju (laundry), servis motor, salon dan guru privat. Usaha-usaha itu berada di tengah-tengah pemukiman masyarakat.

C. Kebijakan Pemerintah Terkait Literasi, Pangan, dan Kesehatan

Pemerintah Kota (Pemkot) Depok terus mendorong warga untuk dapat memanfaatkan pangan secara beragam. Terlebih, untuk memenuhi kebutuhan karbohidrat bagi tubuh, banyak jenis pangan alternatif selain nasi yang bisa dikonsumsi.

Kepala Bidang Tanaman Pangan dan Hortikultura Dinas Ketahanan Pangan Pertanian dan Perikanan (DKPPP) Kota Depok, Hermin Kusmiati mengatakan, saat ini pola konsumsi pangan penduduk Indonesia masih didominasi pada konsumsi nasi. Sedangkan untuk konsumsi pangan seperti protein hewani, umbi-umbian, serta sayuran dan buah masih rendah.

Bergizi, Beragam, Sehat, Aman dan Halal (B2SAH) merupakan pola pangan harapan yang saat ini sedang dikumandangkan oleh pemerintah dan berazas pada upaya peningkatan kualitas makanan yang baik. B2SAH adalah Beragam, Bergizi, Seimbang, Aman dan Halal yang memiliki tujuan bahwa setiap orang, jumlah kalori dalam makan yang ia makan, tidak boleh berlebih namun cukup bervariasi jenis lauknya. Berbagai sosialisasi dan propaganda telah dilakukan Pemkot Depok untuk merubah mindset masyarakat bahwa makan tidak hanya enak, namun mengandung B2SAH.

2.1.2 Kota Solo (Surakarta)

A. Kondisi Geografis Daerah

Kota Surakarta (Hanacaraka: (---)), juga disebut Solo atau Sala (), adalah wilayah otonom dengan status kota di bawah Provinsi Jawa Tengah, Indonesia, dengan penduduk 503.421 jiwa (2010) dan kepadatan 13.636/km². Kota dengan luas 44 km², ini berbatasan dengan Kabupaten Karanganyar dan Kabupaten Boyolali di sebelah utara, Kabupaten Karanganyar dan Kabupaten Sukoharjo di sebelah timur dan barat, dan Kabupaten Sukoharjo di sebelah selatan. Kota ini juga merupakan kota terbesar ketiga di pulau Jawa bagian selatan setelah Bandung dan Malang menurut jumlah penduduk. Sisi timur kota ini dilewati sungai yang terabadikan dalam salah satu lagu keroncong, Bengawan Solo. Bersama dengan Yogyakarta, Surakarta merupakan pewaris Kesultanan Mataram yang dipecah melalui Perjanjian Giyanti, pada tahun 1755. Setelah Karesidenan Surakarta dihapuskan pada tanggal 4 Juli 1950, Surakarta menjadi kota di bawah administrasi Provinsi Jawa Tengah. Semenjak berlakunya UU Pemerintahan Daerah yang memberikan banyak hak otonomi bagi pemerintahan daerah, Surakarta menjadi daerah berstatus kota otonom.

Kota Surakarta dan kabupaten - kabupaten di sekelilingnya, Karanganyar, Sragen, Wonogiri, Sukoharjo, Klaten, Boyolali, secara kolektif masih sering disebut sebagai eks-Karesidenan Surakarta. Surakarta dibagi menjadi 5 kecamatan yang masing-masing dipimpin oleh seorang camat dan 51 kelurahan yang masing-masing dipimpin oleh seorang lurah. Kelima kecamatan di Surakarta adalah:

- Kecamatan Pasar Kliwon (57110): 9 kelurahan
- Kecamatan Jebres (57120): 11 kelurahan
- Kecamatan Banjarsari (57130): 13 kelurahan
- Kecamatan Laweyan (disebut juga Laweyan, 57140): 11 kelurahan
- Kecamatan Serengan (57150): 7 kelurahan

B. Keadaan Sosio-Ekonomi dan Budaya

Industri batik menjadi salah satu industri khas Surakarta. Sentra kerajinan batik dan perdagangan batik antara lain di Laweyan dan Kauman. Pasar Klewer serta beberapa pasar batik tradisional lain menjadi salah satu pusat perdagangan batik di Indonesia. Perdagangan di Surakarta berada di bawah naungan Dinas Industri dan Perdagangan.

Selain Pasar Klewer, Surakarta juga memiliki banyak pasar tradisional, di antaranya Pasar Gedhe (Pasar Besar), Pasar Legi, dan Pasar Kembang. Pasar-pasar tradisional yang lain menggunakan nama-nama dalam bahasa Jawa, antara lain nama pasaran (hari) dalam Bahasa Jawa: Pasar Pon, Pasar Legi, sementara Pasar Kliwon saat ini menjadi nama kecamatan dan nama pasarnya sendiri berubah menjadi Pasar Sangkrah. Selain itu ada pula pasar barang antik yang menjadi tujuan wisata, yaitu Pasar Triwindu/Windu Jenar (setiap Sabtu malam diubah menjadi Pasar Ngarsopuro) serta Pasar Keris dan Cenderamata Alun-Alun Utara Keraton Surakarta.

Pusat bisnis kota Surakarta terletak di sepanjang Jalan Slamet Riyadi. Beberapa bank, hotel, pusat perbelanjaan, restoran internasional, hingga tujuan wisata dan hiburan terletak di sepanjang jalan protokol ini, termasuk Graha Soloraya, Loji Gandrung (rumah dinas wali kota). Pada hari minggu pagi, jalanan Slamet Riyadi khusus ditutup bagi kendaraan bermotor, untuk digunakan sebagai ajang Solo Car Free Day, sebagai bagian dari tekad pemda untuk mengurangi polusi. Beberapa mal modern di Surakarta antara lain Solo Square, Solo Grand Mall (SGM), Solo Paragon, Solo Center Point (SCP), Singosaren Plaza, Pusat Grosir Solo (PGS), Beteng Trade Center (BTC), Hartono Mall Solo Baru, Pusat Perbelanjaan Luwes (Ratu Luwes, The Park Mall, Transmart, Sami Luwes, Luwes Sangkrah, Luwes Gading, Luwes Nusukan, Luwes Mojosongo, Luwes Palur), dan Palur Plaza.

Sebagai salah satu kota yang maju, tentu saja di Surakarta juga telah berdiri usaha penginapan dari mulai homestay, losmen, bintang kelas melati hingga hotel berbintang 4 (empat) dan 5 (lima) diantaranya adalah Red Planet (hotel bintang 2, Mangkubumen), Amarelo Hotel (hotel bintang 3, Kemlayan), Grand Amira Hotel (hotel bintang 2, Pasar Kliwon), Amaris Hotel (hotel bintang 2, Sriwedari), Grand Orchid Hotel (hotel bintang 3, Timuran), The Sunan Hotel (hotel bintang 4, Kerten), Hotel Sahid Jaya (hotel bintang 5, Timuran), Simple In Solo (hotel bintang 1, Manahan), Novotel (hotel bintang 4, Timuran), Hotel Alila (Bintang 5, Farokah), Aston Hotel-Pop & Harris Hotel (Bintang 3, Purwosari), Swissbellin (Bintang 3, Saripetodjo)

Surakarta memiliki beberapa pabrik yang mempekerjakan karyawan dalam jumlah yang besar antara lain Sritex, Konimex, dan Jamu Air Mancur. Selain itu masih ada banyak pabrik-pabrik lain di zona industri Palur. Industri batik juga menjadi salah satu industri khas Surakarta.

C. Kebijakan Pemerintah Terkait Literasi, Pangan, dan Kesehatan

Pemerintah Kota Solo memiliki program melalui Dinas Ketahanan Pangan berupa promosi hidup sehat melalui B2SA (Beragam, Bergizi, Seimbang, dan Aman). Program ini diwujudkan salah satunya menggandeng Universitas dan tim penggerak PKK untuk membuat lomba cipta menu tanpa nasi dan tanpa gandum berdasarkan dengan pedoman kategori B2SA. Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Solo menggelar Lomba Cipta Menu Beragam Bergizi Seimbang dan Aman (B2SA) dan Kudapan Nonberas serta Nongandum.

2.2 Pola Makan Sehat

Istilah makanan 4 Sehat 5 Sempurna sudah pasti tidak asing lagi di telinga semua orang Indonesia. Menu makan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran, dan buah-buahan ditambah susu tersebut mulai dikenalkan pemerintah di tahun 1952. Namun, slogan itu dianggap sudah tidak memenuhi perkembangan dan pemenuhan gizi manusia masa kini. Oleh sebab itu, pemerintah mengganti prinsip makanan 4 Sehat 5 Sempurna dengan Pedoman Gizi Seimbang.

Pola makan sehat adalah pengaturan makanan dengan mempertimbangkan asupan kandungan zat gizi di dalamnya. Gizi adalah sari makanan yang bermanfaat untuk kesehatan, dan zat gizi terdapat dalam makanan yang berasal dari hewan (hewani) dan tumbuh-tumbuhan (nabati).

Konsep “Piring Makanku”

Istilah "you are what you eat" sudah cukup banyak didengar masyarakat. Namun makna dari istilah tersebut perlu diresapi dan diinternalisasi oleh setiap individu bahwa zat-zat yang terkandung di dalam makanan dan minuman yang kita konsumsi membawa pengaruh terhadap sistem tubuh. Maka tidak salah bila dikatakan bahwa asupan makanan menentukan kesehatan.

Makan bukan untuk sekadar kenyang, tetapi perlu memenuhi kebutuhan nutrisi dan menjaga kesehatan tubuh. Karena itu, masyarakat hendaknya mengetahui apa itu piring makanku yang dapat menjadi acuan bagi kita setiap kali makan. Piring sajian sebaiknya diisi dengan asupan karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral seimbang. Hal ini dikarenakan tidak ada satupun jenis makanan yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Untuk itu, konsumsilah pangan yang beragam. Dalam satu porsi sajian, sayur-sayuran dan

buah-buahan memiliki porsi paling banyak, yakni separuh bagian piring setiap makan (satu kali sajian).

Sementara itu, separuh bagian piring lainnya dapat diisi dengan makanan pokok yang biasanya mengandung karbohidrat dan lauk-pauk yang banyak mengandung protein (porsi protein harus lebih banyak dibanding karbohidrat).

2.3 Faktor Penentu Perilaku Konsumsi (Pola Makan) Sehat

2.3.1 Literasi Pangan dan Kesehatan

Literasi pangan dan kesehatan merupakan pengetahuan dan pemahaman terhadap memilih pangan dan dampaknya terhadap kesehatan, lingkungan, komunitas, dan bangsa. Literasi disini juga mencakup pemahaman dan kemampuan individu untuk menerapkan perilaku pola makan yang sehat. Pentingnya literasi karena di dalamnya mencakup penyediaan informasi dan pengetahuan terkait pangan bagi masyarakat. Karena dengan terinformasi lebih lanjut terkait bagaimana konsep pola makan yang sehat, serta hal apa saja yang harus diperhatikan ketika ingin memilih sumber pangan yang sehat, masyarakat dapat lebih diberdayakan. Dampak literasi apabila mengakar dengan baik, maka akan dapat mengubah perilaku.



“the behaviours involved in planning, purchasing, preparing, and eating food, and is critical for achieving healthy dietary intake.”

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Kerangka Konseptual



3.2 Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian survei deskriptif yang bertujuan menggambarkan situasi di suatu kelompok responden pada wilayah tertentu secara umum. Waktu pelaksanaan survei adalah pada tanggal 21 Maret - 11 April 2018 untuk Kota Depok, dan 19 Maret - 9 April 2018 untuk Kota Solo. Sasaran responden pada survei ini adalah penentu belanja rumah tangga (Ibu rumah tangga), dengan kriteria rumah tangga yang tidak memiliki usaha warung makan di rumahnya, dan dilokalisir hanya lingkaran keluarga yg tinggal di rumah tersebut.

Untuk metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, dimana jumlah sampel responden sudah ditentukan sejak awal baik kriteria dan jumlahnya. Berikut adalah penjabaran perhitungan sampel pada survei ini:

1. Tingkat kota: Solo dan Depok
2. Tingkat kecamatan: Pemilihan 3 kecamatan per kota secara purposive
3. Tingkat kelurahan: Pemilihan 3 kelurahan per kecamatan secara purposive = ada 9 kelurahan
4. Tingkat RW: Pemilihan 3 RW per kelurahan secara purposive = ada 27 RW
5. Tingkat rumah tangga: Pemilihan 8 rumah tangga per RW tangga secara random = ada 216 responden

Dalam survei ini jumlah surveyor atau enumerator yang ditugaskan sejumlah 20 orang, yang dibagi menjadi 2 (dua) tim, yaitu 10 orang untuk survei di Kota Depok dan 10 orang untuk survei di Kota Solo. Surveyor merupakan gabungan dari relawan muda YLKI yang merupakan mahasiswa dari beberapa universitas, serta staf dari LSM yang bekerjasama dalam program survei.

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Profil Responden Survei

Responden pada survei ini merupakan mereka yang menjadi penentu belanja dalam rumah tangga, yaitu ibu rumah tangga. Salah satu syarat responden adalah rumah tangga yang tidak memiliki usaha warung makan yang akan berpotensi bias pada kebutuhan belanja harian untuk keluarga. Setiap responden survei menceritakan gambaran pola makan, pola belanja, persepsi tentang akses pangan, serta pengetahuan terkait pangan dan kesehatan baik di tingkat lokal maupun lebih luas. Keluarga responden yang masuk dalam kriteria survei juga merupakan keluarga inti, yaitu ayah, ibu, dan anak (1 sampai 4 orang anak yang tinggal dalam satu rumah). Kebanyakan responden survei di kedua kota juga menunjukkan bahwa yang tinggal di rumah mereka rata-rata hanya keluarga inti (ayah, ibu, dan anak).

Status Keluarga	Depok		Surakarta	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Ibu	216	100%	214	99.10%
Ayah	199	92.10%	190	88.00%
Anak	196	90.70%	189	87.50%
Orang Tua/Mertua	18	8.30%	28	13.00%
Saudara (Keponakan, Sepupu, Paman, dll)	16	7.40%	8	3.70%
Asisten Rumah Tangga	5	2.30%	5	2.30%

Berdasarkan hasil survei, karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan ayah dan ibu dalam keluarga rata-rata merupakan tamatan sekolah menengah atas (SMA) baik di Kota Depok maupun Kota Solo. Namun, apabila diperhatikan lebih lanjut responden yang mengenyam pendidikan rendah (SD, bahkan tidak tamat pendidikan formal / tidak mengenyam pendidikan formal sama sekali) masih lebih banyak ditemukan pada responden Kota Solo dibandingkan responden Kota Depok. Kemudian jika dilihat dari sisi jenis pekerjaannya, ternyata di kedua kota rata-rata ayah bekerja sebagai di sektor swasta aktif, dan rata-rata ibu sebagai ibu rumah tangga. Ketika dianalisis lebih lanjut, ibu di Kota Solo yang bekerja di sektor wirausaha jauh lebih tinggi dibandingkan ibu di Kota Depok. Hal ini menunjukkan bahwa cukup banyak ibu yang menjadi responden survei ini menjalani peran sebagai penentu belanja rumah tangga sekaligus sebagai sumber penghasilan keluarga. Sebaran tingkat pendidikan dan jenis pekerjaan responden dapat dilihat pada tabel 4.2 dan tabel 4.3 di bawah ini.

Tingkat Pendidikan	Ayah		Ibu	
	Depok	Surakarta	Depok	Surakarta
Tidak pernah mengenyam pendidikan formal	1.50%	2.06%	2.78%	1.40%
SD	2.00%	12.89%	7.41%	13.95%
SLTP	17.00%	11.34%	23.61%	20.93%
SLTA	52.00%	45.88%	47.69%	41.86%
Diploma	7.50%	5.15%	6.02%	8.37%
Sarjana	20.00%	19.07%	12.04%	12.56%
Pasca sarjana	0.00%	3.61%	0.46%	0.93%
Total	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%

Pekerjaan	Ayah		Ibu	
	Depok	Surakarta	Depok	Surakarta
PNS/ASN aktif	5.00%	4.62%	2.31%	1.86%
PNS/ASN pensiunan	6.00%	5.13%	1.85%	0.93%
TNI/POLRI aktif	1.00%	1.03%	0.00%	0.00%
TNI/POLRI pensiunan	0.00%	1.03%	0.00%	0.00%
Swasta aktif	59.00%	55.38%	3.24%	13.49%
Swasta pensiunan	2.00%	1.54%	0.93%	0.00%
Wirausaha	20.50%	29.23%	8.33%	21.86%
Ibu rumah tangga / Tidak bekerja	4.00%	2.05%	82.87%	61.86%
Buruh	2.50%	0.00%	0.46%	0.00%
Total	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%

Terkait jumlah anak dalam keluarga, tercatat ada total 354 anak usia 5-18 tahun yang menjadi anggota keluarga responden dalam survei ini. Dimana sebanyak 198 orang anak tercatat dari keluarga responden di Kota Depok, dan 156 orang anak tercatat dari keluarga responden di Kota Solo.

4.2 Gambaran Pola Makan

Terdapat beberapa hasil survei yang dapat menggambarkan bagaimana pola makan responden di setiap kota. Berdasarkan hasil survei, komponen bahan pangan yang diamati sebagai bagian dari identifikasi pola makan dalam keluarga adalah konsumsi nasi putih sebagai karbohidrat utama, pilihan lain sebagai sumber alternatif karbohidrat selain nasi putih, sumber protein, pilihan jenis susu yang dikonsumsi, jenis sayuran, dan jenis buah-buahan. Kemudian bagaimana proses pengolahan pangan keluarga, preferensi kesukaan anggota keluarga terhadap jenis makanan tertentu, perilaku jajan keluarga, kebiasaan membawakan bekal anak-anak, serta kebiasaan konsumsi makanan di luar jam makan.

1. Pola makan, penyajian bahan makanan dan pengolahan makanan dalam keluarga

Untuk rata-rata konsumsi nasi, berdasarkan hasil survei didapatkan bahwa jumlah rata-rata nasi putih yang ditanak setiap harinya antara Kota Depok dan Kota Solo hampir sama, dimana responden di Kota Depok menanak 0,24 liter beras per orang per hari, dan responden di Kota Solo menanak 0,23 liter beras per orang per hari (tabel 4.4).

Kota	Jumlah Orang Per Keluarga	Liter/Hari	Liter/Hari/Orang
Depok	4.00	0.92	0.24
Surakarta	3.81	0.83	0.23
Total	3.91	0.88	0.23

Tentunya jika melihat sumber karbohidrat, tidak hanya nasi putih saja yang dapat dijadikan sumber utama. Terdapat banyak alternatif lain sebagai sumber karbohidrat keluarga yang dapat dipilih, seperti nasi merah, umbi-umbian, sereal, jagung, dan kentang. Berdasarkan hasil survei ditemukan bahwa di kedua kota masih belum banyak responden yang mengonsumsi jenis karbohidrat lain selain nasi putih kurang dari 25% responden yang tercatat sudah sering mengonsumsi alternatif sumber karbohidrat selain nasi. Untuk variasinya, responden di Kota Depok masih lebih tinggi menyebutkan bahwa keluarganya mengonsumsi roti, kentang dan mie sebagai alternatif pengganti nasi putih. Sedangkan untuk Kota Solo jenis alternatif yang dikonsumsi lebih bervariasi, responden menyebutkan bahwa keluarganya lebih sering mengonsumsi roti, kentang, jagung, singkong, dan mie. Perbedaan ini sangat dimungkinkan oleh pengaruh budayadan kebiasaan masyarakat di daerah masing-masing, dimana orang Jawa yang berada di Kota Solo lebih akrab atau terbiasa dengan sumber karbohidrat seperti jagung dan singkong untuk berbagai jenis makanan yang disajikan sehari-hari, walaupun belum terbukti apakah makanan tersebut dimaksudkan sebagai pengganti nasi putih.

Sangat disayangkan untuk beberapa sumber alternatif karbohidrat lainnya yang sebenarnya masuk sebagai kategori pangan sehat masih kurang diminati. Misalnya jenis nasi merah, di Kota Depok masih ada 57,41% dan 27,78%

untuk jenis sereal dimana responden yang dalam keluarganya belum pernah sama sekali mencoba mengonsumsi. Sedangkan di Kota Solo terdapat 58,8% responden yang dalam keluarganya belum pernah mencoba nasi merah, dan 47,69% belum pernah mencoba untuk mengonsumsi sereal.

Selain karbohidrat sebagai sumber energi dalam komponen pemenuhan gizi keluarga, protein juga memainkan peranan penting yang sangat perlu disajikan dalam menu harian keluarga. Sumber protein bisa diperoleh dari hewani maupun nabati. Berdasarkan hasil survei terlihat bahwa jenis pangan sumber protein yang sering dikonsumsi oleh responden di Kota Depok adalah tahu/tempe (94%), telur (89%), dan daging ayam (54%). Sedangkan di Kota Solo juga lebih sering mengonsumsi tahu/tempe (96%), telur (82%), dan daging ayam (59%). Untuk jenis sumber protein yang sangat jarang atau bahkan tidak pernah dikonsumsi oleh keluarga responden adalah jenis daging merah (sapi & kambing), ikan air tawar, dan seafood. Angka sajian untuk jenis sumber protein yang jarang dikonsumsi ini rendah (hanya 1-41%) jika diukur dari pernah tidaknya disajikan dalam kurun waktu 1 (satu) minggu.

Kemudian untuk sumber protein lainnya yang biasa atau akrab dijadikan pelengkap sajian keluarga, yaitu susu dalam survei ini kami menanyakan jenis susu apa yang biasa diberikan kepada anak. Karena susu bias juga dikaitkan dengan sumber gizi yang baik bagi penunjang masa pertumbuhan anak. Berdasarkan hasil survei pada bagian pola makan anak dan remaja dalam keluarga dalam rentang usia 5-18 tahun ditemukan bahwa anak pada keluarga responden di Kota Depok lebih banyak mengonsumsi susu dalam kemasan kotak (cair dalam kemasan) yaitu sebesar 40,40%. Sedangkan anak dalam keluarga responden di Kota Solo lebih banyak mengonsumsi susu kental manis (35,26%). Susu cair kemasan kotak yang banyak dijual di pasaran biasanya adalah jenis susu UHT dan susu pasteurisasi, dimana kandungan zat gizi penting seperti protein, kalsium, dan vitamin di dalam susu masih lebih lengkap dan terjaga. Sedangkan susu kental manis merupakan jenis minuman campuran susu sapi dan gula yang dikentalkan dengan komponen susu yang sangat sedikit, yang tentunya nilai gizinya tidak bisa disandingkan dengan susu cair ataupun susu bubuk. Selain itu kandungan gula yang tinggi pada susu kental manis (mencapai 50%) juga berpotensi memicu obesitas dan masalah kesehatan lainnya apabila dikonsumsi secara berlebihan. (tabel 4.5)

Jenis Susu	Depok		Surakarta		Total	
	n	%	N	%	105	29.66%
Susu Bubuk	57	28.79%	48	30.77%	97	27.40%
Susu Kental Manis	42	21.21%	55	35.26%	105	29.66%
Susu Kotak	80	40.40%	25	16.03%	41	11.58%
Susu Segar	18	9.09%	23	14.74%	6	1.69%
Tidak Minum	1	0.51%	5	3.21%	354	100.00%
Total	198	100.00%	156	100.00%	354	100.00%

Kebutuhan tubuh akan gizi seimbang salah satunya juga ditunjang oleh konsumsi serat yang berasal dari sayuran dan buah-buahan. Dalam survei ini responden mewakili keluarga juga ditanyakan perihal frekuensi penyajian sayuran dan buah-buahan jenis sayur dan buah apa saja yang sering disajikan, serta bagaimana bentuk pengolahan sajian sayuran untuk keluarga sehari-hari. Berikut adalah tabel 4.6 dimana dalam tabel tersebut terlihat bahwa responden di Kota Depok maupun Kota Solo sudah cukup baik dalam menyediakan sayuran dalam menu keluarga dimana sebanyak 86,11% responden di Kota Depok menyajikan sayuran dalam menu keluarganya setiap hari. Sedangkan responden di Kota Solo sebanyak 90,28% menyiapkan sayuran dalam menu keluarganya setiap hari. Namun, belum semua responden dalam survei menyajikan sayuran pada setiap sesi makan, yaitu baru 42,59% pada kelompok responden di Kota Depok, dan 47,22% di kelompok responden Kota Solo.

Intensitas	Depok		Surakarta	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Setiap Makan Harus Tersedia Sayuran	92	42.59	102	47.22
Setiap Hari Setidaknya Sekali Tersedia Sayuran	94	43.52	93	43.06
Dalam 3-4 Hari Setidaknya Sekali Tersedia Sayuran	23	10.65	17	7.87
Seminggu Setidaknya Sekali Tersedia Sayuran	5	2.31	1	0.46
Jarang/Kurang Dari Seminggu Sekali Tersedia Sayuran	2	0.93	3	1.39
Total	216	100.00	216	100.00

Bayam, kangkung, dan wortel adalah sayuran yang sering disiapkan sehari-hari dalam keluarga responden di Kota Depok maupun Kota Solo. (tabel 4.7)

Depok			Oslo		
Ranking	Skor	Jenis Sayuran	Ranking	Skor	Jenis Sayuran
1	1.19	Bayam	1	1.00	Bayam
2	1.04	Kangkung	2	0.96	Wortel
3	0.74	Wortel	3	0.83	Kangkung
4	0.67	Sawi	4	0.75	Sawi
5	0.54	Kacang Panjang	5	0.45	Kacang Panjang
6	0.47	Buncis	6	0.43	Brokoli
7	0.34	Daun Singkong	7	0.40	Kembang Kol
8	0.33	Brokoli	8	0.33	Buncis
9	0.24	Kembang Kol	9	0.26	Daun Singkong
10	0.11	Ketimun	10	0.12	Terong

Kemudian untuk cara mengolah atau memasak sayuran dalam menu keluarga, rata-rata keluarga responden baik di Kota Depok maupun Kota Solo memilih mengolah sayuran menjadi sayur bening/sop, tumis/oseng, dan kukus/rebus. (tabel 4.8)

Depok		Depok	
Skor	Rata-Rata	Skor	Rata-Rata
2.42	Sayur Bening/Sop	2.48	Sayur Bening/Sop
1.90	Tumis/Oseng	1.97	Tumis/Oseng
0.81	Kukus/Rebus	0.81	Kukus/Rebus
0.55	Sayur Santan/Lodeh	0.52	Sayur Santan/Lodeh
0.31	Mentah/Lalap	0.17	Mentah/Lalap

Jenis buah yang sering disiapkan dalam keluarga responden baik di Kota Depok, maupun Kota Solo adalah pisang, jeruk, dan pepaya. (tabel 4.9)

Depok			Depok		
Ranking	Skor	Buah Non-Musiman	Ranking	Skor	Buah Non-Musiman
1	1.69	Pisang	1	2.11	Pisang
2	1.62	Jeruk	2	1.35	Pepaya
3	1.46	Pepaya	3	0.73	Jeruk
4	0.29	Semangka	4	0.55	Semangka
5	0.27	Melon	5	0.35	Melon
6	0.22	Apel	6	0.25	Apel
7	0.13	Alpukat	7	0.25	Lainnya
8	0.11	Anggur	8	0.23	Pear
9	0.1	Pear	9	0.06	Alpukat
10	0.07	Lainnya	10	0.05	Nanas
11	0.04	Nanas	11	0.02	Anggur

Tabel 4.9 Rata-rata skor jenis buah-buahan yang tersering disiapkan untuk keluarga diurutkan berdasarkan skor total (skor 3 = tersering, skor 2 = kedua tersering, skor 1 = ketiga tersering, dan skor 0 = tidak disebutkan dalam tiga tersering)

Berikut adalah frekuensi penyediaan buah-buahan dalam keluarga responden di Kota Depok dan Kota Solo, dimana Kota Depok masih lebih tinggi untuk penyediaan buah dalam keluarga (sering) yaitu 80,56%, sedangkan Kota Solo 73,61%. Hal ini masih dalam kategori baik karena ternyata dari para responden survei sudah cukup sering menyajikan buah dalam keluarga, namun memang apabila dilihat dari frekuensi penyajian setiap hari masih belum mencapai 50% responden di kedua kota menyajikannya. (tabel 4.10)

Intensitas	Depok		Surakarta	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Setiap Hari	93	43.06%	85	39.35%
Setiap 2-3 Hari Sekali	81	37.50%	74	34.26%
Seminggu Sekali	34	15.74%	44	20.37%
Setiap 2-3 Minggu Sekali	7	3.24%	1	0.46%
Sebulan Sekali	1	0.46%	8	3.70%
Beberapa Bulan Sekali	0	0.00%	3	1.39%
Tidak Pernah	0	0.00%	1	0.46%
Grand Total	216	100.00%	216	100.00%

Tabel 4.10 Intensitas penyediaan buah-buahan untuk anggota keluarga

Untuk proses pengolahan bahan makanan sehari-hari, penggunaan penyedap rasa juga menjadi salah satu poin yang ditanyakan kepada responden. Intensitas penambahan penyedap rasa pada masakan yang disajikan dalam keluarga responden di Kota Depok lebih sering dibandingkan keluarga responden di Kota Solo. Terlihat bahwa terdapat 78,24% responden menggunakan tambahan penyedap rasa setiap hari dengan 66,67% di antaranya menggunakan tambahan penyedap rasa pada setiap kali memasak. Sedangkan di Kota Solo, tercatat ada 67,59% responden yang menggunakan tambahan penyedap rasa setiap hari dan 63,89% di antaranya menggunakan tambahan penyedap rasa pada setiap kali memasak.

2. Preferensi kesukaan terhadap bahan makanan tertentu dalam keluarga

Dalam keluarga terdapat preferensi kesukaan terhadap berbagai jenis bahan makanan, anggota keluarga tertentu pasti punya kecenderungan lebih suka terhadap salah satu jenis makanan. Berikut adalah gambaran kesukaan atau preferensi terhadap beberapa jenis makanan bagi ayah, ibu, dan anak yang dinilai menggunakan skor. Nilai skor untuk anak pada survei ini dinilai rata-rata per individu anak dalam survei, dan bukan nilai rata-rata jumlah anak dalam keluarga. (tabel 4.11).

Makanan	Status	Depok	Surakarta	Rata-Rata Total
Sayuran	Ayah	3.77	3.58	3.68
	Ibu	4.06	4.13	4.09
	Rata-Rata Anak	1.75	1.58	1.67
Buah-Buahan	Ayah	3.76	3.62	3.69
	Ibu	4.09	4.04	4.06
	Rata-Rata Anak	1.52	1.36	1.44
Daging	Ayah	3.58	3.38	3.48
	Ibu	3.87	3.71	3.79
	Rata-Rata Anak	2.19	2.11	2.15
Ikan	Ayah	3.64	3.38	3.51
	Ibu	3.94	3.82	3.88
	Rata-Rata Anak	2.58	2.44	2.51
Susu	Ayah	3.59	3.22	3.41
	Ibu	3.81	3.52	3.66
	Rata-Rata Anak	2.41	2.33	2.37
Telur	Ayah	3.73	3.53	3.63
	Ibu	4.00	3.96	3.98
	Rata-Rata Anak	3.07	2.90	2.98

Terlihat bahwa kesukaan terhadap berbagai jenis bahan makanan, terutama sayuran dan buah lebih banyak pada ibu baik di Kota Depok maupun Kota Solo. Sedangkan rata-rata anak justru malah tidak suka dengan sayur dan buah. Terlepas dari apakah ibu benar-benar sangat menyukai buah dan sayur, atau karena anggota keluarga lainnya kurang suka sehingga buah dan sayur yang disediakan terpaksa dihabiskan oleh ibu.

3. Perilaku jajan keluarga, kebiasaan membawakan bekal anak sekolah

Ketika membahas permasalahan pola makan, tentunya perilaku jajan atau makan makanan dengan membeli di luar rumah, baik makanan utama ataupun selingan (ringan) juga termasuk dalam perhitungan konsumsi sehari-hari. Berdasarkan hasil survei, ternyata baik di Kota Depok maupun Kota Solo penentu menu harian dalam rumah tangga rata-rata merupakan arahan dari ibu, walaupun di Kota Solo pendapat dari anak cukup menjadi perhatian dan pertimbangan dalam perencanaan menu harian. Sedangkan untuk frekuensi pengaturan menu makanan rata-rata keluarga responden mengatur harian. Untuk intensitas pembelian makanan (lauk jadi) di luar rumah, dalam frekuensi 2-3 hari sekali responden di Kota Solo (25,93%) lebih banyak melakukan pembelian makanan jadi dibandingkan responden di Kota Depok (19,91%). Dan responden di Kota Solo juga lebih banyak yang pada akhir pekan membeli lauk jadi di luar rumah (4,35%) dibandingkan responden di Kota Depok (13,43%). Rata-rata alasan responden kedua kota memilih membeli lauk jadi di luar rumah adalah karena lebih praktis, dan menghemat waktu, serta tidak sempat/terlalu sibuk. Sedangkan untuk intensitas keluarga responden membeli/jajan makanan ringan di luar rumah dalam rentang waktu 2-3 hari sekali lebih banyak dilakukan oleh responden di kota Depok (32,87% vs 16,20%). Sedangkan intensitas jajan makanan ringan setiap hari lebih banyak dilakukan oleh responden di Kota Solo (15,28% vs 10,19%).

Berikut adalah jenis jajanan yang sering dibeli keluarga (tabel. 4.12)

Depok			Depok		
Ranking	Skor	Jenis Jajanan	Ranking	Skor	Jenis Jajanan
1	2.11	Bakso/mie ayam	1	0.88	Biskuit
2	1.39	Siomay/batagor/ cilok	2	0.77	Siomay/batagor/ cilok
3	0.60	Biskuit	3	0.65	Bakso/mie ayam
4	0.57	Martabak	4	0.56	Martabak
5	0.53	Es krim/es potong	5	0.56	Rujak/buah dingin
6	0.32	Rujak/buah dingin	6	0.51	Chips
7	0.30	Chips	7	0.50	Es krim/es potong

Tabel 4.12 Jajanan yang paling sering keluarga beli (Diurutkan berdasarkan Skor Total, skor 3 = tersering, skor 2 = kedua tersering, skor 1 = ketiga tersering, skor 0 = tidak disebutkan dalam tiga tersering)

Sebanyak 62,96% responden Kota Depok mengatakan bahwa ada banyak pedagang keliling yang lewat di depan rumahnya. Sedangkan sebanyak 51,39% responden Kota Solo mengatakan bahwa ada banyak pedagang keliling yang lewat di depan rumahnya.

Kebiasaan jajan tidak hanya dalam bentuk membeli makanan di luar rumah lalu dikonsumsi di rumah bersama anggota keluarga, tetapi juga bisa dengan membawa keluarga makan di luar rumah. Keluarga responden di Kota Depok lebih banyak membawa keluarga makan di luar setiap akhir pekan dibandingkan keluarga responden di Kota Solo (31,02% vs 24,54%). Sedangkan untuk sebaran tempat favorit keluarga untuk makan di luar rumah adalah sebagai berikut. (tabel 4.13).

Tempat	Depok		Surakarta		Total	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Warung Tenda	80	37.04%	86	39.81%	166	38.43%
Rumah Makan Tradisional	43	19.91%	74	34.26%	117	27.08%
Di Mal	40	18.52%	17	7.87%	57	13.19%
Restoran Cepat Saji Di Luar Mal	38	17.59%	14	6.48%	52	12.04%
Di Tempat Wisata	13	6.02%	11	5.09%	24	5.56%
Lainnya	2	0.93%	14	6.48%	16	3.70%
Total	216	100%	216	100%	432	100%

Tabel 4.13 Tempat paling sering keluarga makan di luar rumah

Kemudian berikutnya adalah kebiasaan membawakan bekal pada anak usia sekolah (5-18 tahun) yang dilakukan oleh keluarga responden di Kota Depok dan Kota Solo. Dari tabel di bawah ini (tabel 4.14) merupakan sebaran jumlah anak usia sekolah & tingkatan sekolahnya (tabel 4.15).

Tingkat Sekolah Anak Usia 5 sd 18 tahun	Depok		Surakarta		Total	
	n	%	n	%	n	%
Tidak Ada anak	666	77.08%	708	81.94%	1374	79.51%
Belum Sekolah/Sudah Tamat	11	1.27%	6	0.69%	17	0.98%
Sekolah	187	21.64%	150	17.36%	337	19.50%
Total	864	100%	864	100%	1728	100%

Tabel 4.14 Jumlah anak dan status usia sekolahnya

Kemudian berikutnya adalah kebiasaan membawakan bekal pada anak usia sekolah (5-18 tahun) yang dilakukan oleh keluarga responden di Kota Depok dan Kota Solo. Dari tabel di bawah ini (tabel 4.14) merupakan sebaran jumlah anak usia sekolah & tingkatan sekolahnya (tabel 4.15).

Tingkat Sekolah	Depok		Surakarta		Total	
	n	%	n	%	n	%
1. SD	93	49.73%	69	46.00%	162	48.07%
2. SMP	39	20.86%	48	32.00%	87	25.82%
3. SMA	55	29.41%	33	22.00%	88	26.11%
Total	187	100.00%	150	100.00%	337	100.00%

Tabel 4.14 Jumlah anak dan status usia sekolahnya

Berikut adalah sebaran kebiasaan orangtua yang membawakan bekal untuk anaknya ke sekolah, dimana untuk orangtua yang selalu membawakan bekal lebih banyak pada responden di Kota Solo dibandingkan di Kota Depok (29,33% vs 22,46%). Ini masih merupakan angka yang rendah untuk kesadaran responden membekali anak dengan sumber pangan yang sehat. Sedangkan untuk besaran uang jajan (di luar transport sekolah) yang dibawakan oleh orangtua kepada anaknya rata-rata sebesar Rp 1.000 – Rp 10.000 di kedua kota, dengan proporsi pemberian uang jajan lebih banyak pada nominal tersebut adalah responden di Kota Solo (86,67% vs 63,64%). Sedangkan responden keluarga di Kota Depok memberikan uang jajan anak sekolah dengan nominal yang lebih besar yaitu Rp 10.000 – Rp 20.000 lebih banyak dibandingkan responden di Kota Solo (33,69% vs 8,67%). Hal ini mungkin saja dikarenakan perbedaan harga-harga antara jajanan atau makanan yang dijual di sekitar sekolah maupun kantin yang terdapat di Kota Depok dan Kota Solo.

4. Perilaku konsumsi yang kurang baik

Berikut ini merupakan gambaran pola perilaku konsumsi yang dinilai kurang baik dari anak dalam keluarga responden di Kota Depok dan Kota Solo. Perilaku tersebut meliputi konsumsi per hari minuman dalam kemasan (non karbonasi & non air mineral) termasuk minuman serbuk, kemudian frekuensi anak

mengonsumsi mie instan per minggu, konsumsi minuman berenergi, konsumsi minuman berkarbonasi, konsumsi makanan besar dan kecil setelah jam 9 malam, dan konsumsi rokok di rumah tangga.

Kota	Status	Ayah		Ibu		Anak	
		n	%	n	%	n	%
Depok	Tidak Meminum	99	25%	131	30%	52	22%
	Meminum	100	26%	85	20%	67	28%
Surakarta	Tidak Meminum	157	40%	192	45%	94	40%
	Meminum	36	9%	23	5%	23	10%
Semua	Tidak Meminum	256	65%	323	75%	146	62%
	Meminum	136	35%	108	25%	90	38%
Total		392	100%	431	100%	236	100%

Tabel 4.16 Konsumsi minuman lain (non karbonasi & non air mineral) termasuk minuman serbuk

Kota	Status	Ayah		Ibu		Anak	
		n	%	n	%	n	%
Depok	Tidak Meminum	185	47%	214	50%	109	46%
	Meminum	14	4%	2	0%	10	4%
Surakarta	Tidak Meminum	186	47%	215	50%	113	48%
	Meminum	7	2%		0%	4	2%
Semua	Tidak Meminum	371	95%	429	100%	222	94%
	Meminum	21	5%	2	0%	14	6%
Total		392	100%	431	100%	236	100%

Tabel 4.17 Konsumsi minuman berenergi

Kota	Status	Ayah		Ibu		Anak	
		n	%	n	%	n	%
Depok	Tidak Meminum	176	45%	207	48%	87	37%
	Meminum	23	6%	9	2%	32	14%
Surakarta	Tidak Meminum	178	45%	208	48%	105	44%
	Meminum	15	4%	7	2%	12	5%
Semua	Tidak Meminum	354	90%	415	96%	192	81%
	Meminum	38	10%	16	4%	44	19%
Total		392	100%	431	100%	236	100%

Tabel 4.18 minuman berkarbonasi

Kota	Status	Ayah		Ibu		Anak	
		n	%	n	%	n	%
Depok	Tidak Merokok	102	26%	216	50%	82	35%
	Merokok	97	25%	0	0	37	16%
Surakarta	Tidak Merokok	116	30%	215	50%	91	39%
	Merokok	77	20%	0	0	26	11%
Semua	Tidak Merokok	218	56%	431	100%	173	73%
	Merokok	174	44%	0	0%	63	27%
Total		392	100%	432	100%	236	100%

Tabel 4.19 Status Merokok dalam keluarga

Kota	Ayah		Ibu		Anak	
	Rata-rata (bungkus per hari)	n	Rata-rata (bungkus per hari)	%	Rata-rata (bungkus per hari)	%
Depok	0.88	97	0.00	0	0.91	37
Surakarta	0.85	77	0.00	0	0.76	26
Rata-rata	0.85	174	0.00	0	0.85	63

Tabel 4.20 Konsumsi rokok keluarga

Konsumsi Mie per Minggu	Depok		Surakarta		Total	
	n	%	n	%	n	%
Tidak Mengkonsumsi	15	7.58%	55	35.26%	70	19.77%
Satu Bungkus	94	47.47%	61	39.10%	155	43.79%
Dua Bungkus	59	29.80%	24	15.38%	83	23.45%
Tiga Bungkus	25	12.63%	7	4.49%	32	9.04%
Empat Bungkus	0	0.00%	2	1.28%	2	0.56%
Lima Bungkus	2	1.01%	3	1.92%	5	1.41%
> 5 Bungkus	3	1.52%	4	2.56%	7	1.98%
Grand Total	198	100.00%	156	100.00%	354	100.00%

Tabel 4.21 Anak konsumsi mie instan per minggu

Kota	Status	Ayah		Ibu		Anak	
		n	%	n	%	n	%
Depok	Tidak Mengkonsumsi	161	41%	185	43%	93	39%
	Mengkonsumsi	38	10%	31	7%	26	11%
Surakarta	Tidak Mengkonsumsi	149	38%	185	43%	96	41%
	Mengkonsumsi	44	11%	30	7%	21	9%
Semua	Tidak Mengkonsumsi	310	79%	370	86%	189	80%
	Mengkonsumsi	82	21%	61	14%	47	20%
Total	Total	392	100%	431	100%	236	100%

Tabel 4.22 Konsumsi makanan berat setelah jam 9 malam

Kota	Status	Ayah		Ibu		Anak	
		n	%	n	%	n	%
Depok	Tidak Mengkonsumsi	135	34%	150	35%	72	31%
	Mengkonsumsi	64	16%	66	15%	47	20%
Surakarta	Tidak Mengkonsumsi	123	31%	153	35%	70	30%
	Mengkonsumsi	70	18%	62	14%	47	20%
Semua	Tidak Mengkonsumsi	258	66%	303	70%	142	60%
	Mengkonsumsi	134	34%	128	30%	94	40%
Total	Total	392	100%	431	100%	236	100%

Tabel 4.22 Konsumsi makanan berat setelah jam 9 malam

4.3 Gambaran Pola Belanja dan Akses Terhadap Pangan

Pola belanja dengan akses terhadap pangan tentunya saling berkaitan. Dalam penjelasan di bawah ini akan dibahas lokasi tempat berbelanja responden sehari-hari untuk memenuhi kebutuhan keluarga, penentu belanja dan bagaimana keluarga merencanakan belanjanya, frekuensi pembelian buah dan jumlahnya, pembelian gula, garam, dan minyak, pembelian mie instan, makanan awetan, persepsi keterjangkauan dan kualitas terkait perbelanjaan. Berdasarkan hasil survei, baik di keluarga responden Kota Depok maupun Kota Solo masih didominasi oleh Ibu sebagai pengatur dalam belanja (93,06% & 93,98%). Sedangkan untuk frekuensi rata-rata belanja kebutuhan dapur untuk kedua kota ini dilakukan harian (64,35% & 60,65%). Responden di Kota Depok lebih banyak membeli buah daripada responden di Kota Solo yaitu di atas 1 kg. (tabel 4.24)

Responden lebih menyukai berbelanja di pasara tradisional dibandingkan belanja di lokasi lainnya walaupun jarak dan menjangkaunya lebih jauh dibandingkan lokasi membeli bahan dapur lainnya. Karena persepsi mereka adalah pasar tradisional lebih lengkap dalam menyediakan berbagai jenis bahan pangan dan kebutuhan dapur sehari-hari.

Ranking	Rata-Rata	Depok		Surakarta	
		n	%	n	%
1	Antara 1-3 Kg	151	69.91%	108	50.00%
2	Kurang Dari 1 Kg	47	21.76%	72	33.33%
3	Antara 3-5 Kg	14	6.48%	22	10.19%
4	Lebih Dari 5 Kg	4	1.85%	14	6.48%
	Total	216	100%	216	100%

Tabel 4.24 Banyaknya pembelian buah per minggu dalam keluarga

Untuk gambaran pembelian gula per minggunya, ternyata Kota Solo masih lebih besar jumlah pembelianya jika dirata-rata membeli gula 1-3kg (30,15 vs 22,22%).

Ranking	Rata-Rata	Depok		Surakarta	
		n	%	n	%
1	Kurang Dari 1 Kg	167	77.31%	149	68.98%
2	Antara 1-2 Kg	43	19.91%	56	25.93%
3	Antara 2-3 Kg	5	2.31%	9	4.17%
4	Antara 3-5 Kg	1	0.46%	1	0.46%
5	Lebih Dari 5 Kg	0	0.00%	1	0.46%
	Total	216	100%	216	100%

Tabel 4.25 Banyaknya pembelian gula per minggu dalam keluarga

Dalam waktu per minggu responden di Kota Depok lebih banyak membeli mie instan dibandingkan responden di Kota Depok.

Ranking	Rata-Rata	Depok		Surakarta	
		n	%	n	%
1	Kurang Dari 5 Bungkus/Cup	154	71.30%	188	87.04%
2	Antara 5-10 Bungkus/Cup	57	26.39%	24	11.11%
3	Antara 10-20 Bungkus/Cup	4	1.85%	3	1.39%
4	Antara 20-40 Bungkus/Cup	0	0.00%	1	0.46%
5	Lebih Dari 40 Bungkus/Cup	1	0.46%		0.00%
	Total	216	100%	216	100%

Tabel 4.26 Banyaknya pembelian mie instan per minggu dalam keluarga

Ranking	Rata-Rata	Depok		Surakarta	
		n	%	n	%
1	Kurang Dari 1 Liter	109	50.46%	163	75.46%
2	Antara 1-2 Liter	96	44.44%	47	21.76%
3	Antara Antara 2-3 Liter	9	4.17%	3	1.39%
4	Antara 3-5 Liter	2	0.93%	2	0.93%
5	Lebih Dari 5 Liter		0.00%	1	0.46%
	Total	216	100%	216	100%

Tabel 4.27 Banyaknya pembelian minyak goreng per minggu

Ranking	Rata-Rata	Depok		Surakarta	
		n	%	n	%
1	Kurang Dari 1/2 Kilo	193	89.35%	197	91.20%
2	Sekitar 1 Kilo	20	9.26%	13	6.02%
3	Antara 1-2 Kilo	3	1.39%	3	1.39%
4	Antara Antara 2-3 Kilo	0	0.00%	1	0.46%
5	Antara 3 Kilo	0	0.00%	1	0.46%
6	Tidak Menjawab	0	0.00%	1	0.46%
	Total	216	100%	216	100%

Tabel 4.27 Banyaknya pembelian minyak goreng per minggu

Ranking	Rata-Rata	Depok	Surakarta	Total
1	Olahan Beku (Sosis, Nugget, Bakso, Otak-Otak)	2.25	1.23	1.74
2	Ikan Asin	1.41	1.16	1.28
3	Telur Asin	0.56	1.43	1.00
4	Abon	0.50	0.55	0.53
5	Seafood Kalengan (Sarden,	0.77	0.16	0.47
6	Daging Kalengan (Corned Beef)	0.36	0.06	0.21
7	Lainnya	0.05	0.19	0.12
8	Buah Kalengan	0.05	0.05	0.05
9	Sayur Kalengan	0.00	0.02	0.01
10	Seafood Kalengan (Sarden, Tuna Kaleng, Dll)	0.00	0.00	0.00

Tabel 4.29 Makanan Awetan Yang Paling Banyak Dibeli (Diurutkan Berdasarkan Skor Total, skor 3 = tersering, skor 2 = kedua tersering, skor 1 = ketiga tersering, skor 0 = tidak disebutkan dalam tiga tersering)

Bahan Makanan	Penjual	Depok		Surakarta		Total	
		Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Buah -Buahan	Pasar Tradisional Terdekat	76	35%	119	55%	195	45%
	Tukang Sayur Keliling	50	23%	44	20%	94	22%
	Warung Sayur/ Kelontong Terdekat	48	22%	36	17%	84	19%
	Supermarket Terdekat	20	9%	16	7%	36	8%
	Minimarket Terdekat	22	10%	1	0%	23	5%
	Total	216	100%	216	100%	432	100%

Tabel 4.30 Preferensi lokasi responden untuk membeli sumber bahan pangan

Bahan Makanan	Penjual	Depok		Surakarta		Total	
		Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Sayuran	Tukang Sayur Keliling	100	46%	84	39%	184	43%
	Warung Sayur/ Kelontong Terdekat	78	36%	60	28%	138	32%
	Pasar Tradisional Terdekat	34	16%	68	31%	102	24%
	Minimarket Terdekat	4	2%	1	0%	5	1%
	Supermarket Terdekat		0%	3	1%	3	1%
	Total	216	100%	216	100%	432	100%

Tabel 4.30 Preferensi lokasi responden untuk membeli sumber bahan pangan

Bahan Makanan	Penjual	Depok		Surakarta		Total	
		Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Ikan Segar	Pasar Tradisional Terdekat	75	35%	133	62%	208	48%
	Warung Sayur/ Kelontong Terdekat	74	34%	36	17%	110	25%
	Tukang Sayur Keliling	53	25%	39	18%	92	21%
	Supermarket Terdekat	5	2%	7	3%	12	3%
	Minimarket Terdekat	9	4%	1	0%	10	2%
	Total	216	100%	216	100%	432	100%

Tabel 4.30 Preferensi lokasi responden untuk membeli sumber bahan pangan

Bahan Makanan	Penjual	Depok		Surakarta		Total	
		Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Daging	Pasar Tradisional Terdekat	119	55%	142	66%	261	60%
	Warung Sayur/ Kelontong Terdekat	40	19%	36	17%	76	18%
	Tukang Sayur Keliling	28	13%	31	14%	59	14%
	Supermarket Terdekat	19	9%	7	3%	26	6%
	Minimarket Terdekat	10	5%		0%	10	2%
	Total	216	100%	216	100%	432	100%

Tabel 4.30 Preferensi lokasi responden untuk membeli sumber bahan pangan

Bahan Makanan	Penjual	Depok		Surakarta		Total	
		Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Telur	Warung Sayur/ Kelontong Terdekat	164	76%	136	63%	300	69%
	Pasar Tradisional Terdekat	27	13%	55	25%	82	19%
	Tukang Sayur Keliling	15	7%	14	6%	29	7%
	Supermarket Terdekat	3	1%	10	5%	13	3%
	Minimarket Terdekat	7	3%	1	0%	8	2%
	Total	216	100%	216	100%	432	100%

Tabel 4.30 Preferensi lokasi responden untuk membeli sumber bahan pangan

Responden survei lebih menyukai berbelanja bahan pangan di pasar tradisional karena dinilai lebih lengkap walaupun dari segi jarak lebih jauh dari lokasi penjualan bahan pangan lainnya. Sedangkan untuk persepsi terhadap bahan pangan tertentu, responden di kedua kota menganggap bahwa bahan pangan sumber protein hewani terutama daging dan ikan memiliki harga yang mahal dan sulit dijangkau / sulit didapatkan. Sedangkan bahan pangan yang paling mudah dijangkau menurut responden di kedua kota adalah sayuran dan tahu/tempe.

Depok			Surakarta		
Ranking	Skor	Jenis Jajanan	Ranking	Skor	Jenis Jajanan
1	3.68	Daging Sapi	1	3.69	Daging Sapi
2	3.56	Daging Kambing	2	3.63	Daging Kambing
3	3.31	Buah Impor	3	3.56	Buah Impor
4	2.86	Ikan/Makanan Laut	4	3.21	Ikan/Makanan Laut
5	2.78	Daging Ayam	5	2.88	Buah Musiman
6	2.63	Ikan Air Tawar	6	2.77	Ikan Air Tawar
7	2.62	Buah Non-Musiman	7	2.75	Susu UHT
8	2.62	Susu Segar	8	2.69	Daging Ayam
9	2.58	Buah Musiman	9	2.50	Buah Non-Musiman
10	2.48	Telur Ayam	10	2.47	Telur Ayam
11	2.38	Susu UHT	11	2.42	Susu Segar
12	2.15	Sayuran	12	2.34	Sayuran
13	2.09	Kacang-Kacangan	13	2.16	Kacang-Kacangan
14	1.96	Tahu/Tempe	14	1.69	Tahu/Tempe

Tabel 4.31 Persepsi keterjangkauan harga bahan pangan menurut responden berdasarkan skor (skor semakin besar maks. 5 semakin mahal)

Depok			Surakarta		
Ranking	Skor	Jenis Jajanan	Ranking	Skor	Jenis Jajanan
1	2.28	Buah Impor	1	2.42	Buah Impor
2	2.24	Daging Kambing	2	2.29	Daging Kambing
3	2.17	Susu Segar	3	2.21	Buah Musiman
4	2.06	Buah Non- Musiman	4	2.16	Ikan/Makanan Laut
5	2.04	Daging Sapi	5	2.13	Daging Sapi
6	2.04	Buah Musiman	6	2.09	Ikan Air Tawar
7	1.98	Ikan/Makanan Laut	7	2.05	Susu UHT
8	1.96	Susu UHT	8	2.03	Buah Non- Musiman
9	1.88	Daging Ayam	9	1.95	Susu Segar
10	1.88	Kacang- Kacangan	10	1.95	Daging Ayam
11	1.87	Ikan Air Tawar	11	1.92	Kacang- Kacangan
12	1.81	Telur Ayam	12	1.88	Telur Ayam
13	1.77	Tahu/Tempe	13	1.86	Sayuran
14	1.76	Sayuran	14	1.73	Tahu/Tempe

Tabel 4.32 Persepsi keterjangkauan bahan pangan berdasarkan kemudahan mendapatkan penilaian skor (skor semakin besar maks. 5 semakin sulit didapatkan)

Kategori	Penghasilan Bulanan		Pengeluaran Bulanan untuk Makanan	
	Depok	Surakarta	Depok	Surakarta
1 juta atau kurang	2.78%	10.19%	18.98%	44.91%
Lebih dari 1 juta sampai 2 juta	9.72%	44.44%	41.20%	37.04%
Lebih dari 2 juta sampai 3 juta	24.54%	17.13%	29.17%	14.81%
Lebih dari 3 juta sampai 5 juta	36.57%	17.59%	9.26%	2.31%
Lebih dari 5 juta sampai 7 juta	21.76%	6.94%	1.39%	0.00%
Lebih dari 7 juta sampai 10 juta	4.17%	0.46%	0.00%	0.46%
Lebih dari 10 juta sampai 15 juta	0.46%	1.85%	0.00%	0.00%
Lebih dari 15 juta	0.00%	1.39%	0.00%	0.46%
Total	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%

Tabel 4.33 Penghasilan responden dan alokasi untuk membeli makanan

Berdasarkan hasil survei, responden Kota Depok lebih banyak yang berpenghasilan menengah dengan alokasi 50–70% penghasilannya digunakan untuk membeli makanan. Sedangkan Kota Solo lebih banyak respondennya yang berpenghasilan lebih rendah dari responden di Kota Depok, dengan alokasi pengeluaran bulanan untuk makanan hingga 50% dari jumlah penghasilannya.

4.4 Gambaran Tingkat Literasi

Berdasarkan hasil survei, pada awalnya responden ditanyakan pertanyaan yang sederhana terkait kandungan utama pada beberapa bahan pangan yang cukup mudah ditemui sehari-hari. Hasilnya, belum semua responden memahami apa saja kandungan utama yang terdapat pada bahan pangan tersebut. Misalnya kandungan apa saja yang terdapat pada ikan selain protein, tidak semua responden menjawab ada kandungan lemak. Begitu pula dengan nasi yang merupakan sumber karbohidrat, masih ada responden yang menjawab terdapat kandungan protein di dalam nasi. Jawaban beberapa kandungan utama dalam bahan pangan dijawab dengan baik oleh responden jika dipersentasikan masih di bawah 60%, yang artinya responden masih belum memahami atau belum mengetahuinya.

Untuk pengetahuan dan pemahaman terkait program pemerintah tentang literasi pangan dan kesehatan juga menunjukkan hasil yang perlu dicermati oleh para pemangku kepentingan. Dimana responden mayoritas masih belum mengenal secara baik apa saja program pemerintah tersebut, seberapa jauh cakupannya dan apa saja sasaran tujuannya. (tabel 4.31)

Istilah	Pernah Mendengar				Mengerti			
	Depok		Surakarta		Depok		Surakarta	
	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya
Pedoman gizi seimbang	34.7%	65.3%	36.1%	63.89%	40.3%	59.7%	44.4%	55.6%
Tumpeng gizi seimbang	82.9%	17.1%	75.5%	24.54%	85.6%	14.4%	79.2%	20.8%
Piring makanku	89.4%	10.6%	84.3%	15.74%	89.8%	10.2%	86.6%	13.4%
Makanan mengandung serat	20.0%	80.0%	24.1%	75.93%	27.8%	72.2%	37.0%	63.0%
B2SAH (khusus Kota Depok)	82.4%	17.6%			87.0%	13.0%		
B2SA (khusus Solo)			77.8%	22.22%			81.5%	18.5%

Tabel 4.34 Pengetahuan dan pemahaman akan program pemerintah

Untuk saluran informasi sebagai sumber responden memperoleh pengetahuan mengenai program pemerintah, kebanyakan masih didominasi oleh televisi, dan penyuluhan. Khusus di Kota Solo, buku masih menjadi sumber referensi bagi responden untuk memperoleh informasi. Sumber lainnya seperti brosur, diskusi dengan kerabat atau teman, koran, internet sosial media, dan tempat pelayanan kesehatan masih belum mejadi sumber / pilihan utama responden.

Sumber Informasi	Depok		Surakarta	
	n	%	n	%
Televisi	66	30.6%	32	19.39%
Internet	21	9.7%	5	3.03%
Buku	11	5.1%	12	7.27%
Koran	4	1.9%	2	1.21%
Pasangan	3	1.4%	1	0.61%
Saudara	17	7.9%	2	1.21%
Teman	14	6.5%	1	0.61%
Anak	3	1.4%	0	0.00%
Penyuluhan	40	18.5%	92	55.76%
Selebaran	5	2.3%	3	1.82%
Tempat pelayanan kesehatan	32	14.8%	15	9.09%
Total		100%		100%

Tabel 4.35 Sumber informasi tentang pedoman gizi seimbang

Sumber Informasi	Depok		Surakarta	
	n	%	n	%
Televisi	66	30.6%	32	19.39%
Internet	21	9.7%	5	3.03%
Buku	11	5.1%	12	7.27%
Koran	4	1.9%	2	1.21%
Pasangan	3	1.4%	1	0.61%
Saudara	17	7.9%	2	1.21%
Teman	14	6.5%	1	0.61%
Anak	3	1.4%	0	0.00%
Penyuluhan	40	18.5%	92	55.76%
Selebaran	5	2.3%	3	1.82%
Tempat pelayanan kesehatan	32	14.8%	15	9.09%
Total		100%		100%

Tabel 4.36 Sumber informasi tentang tumpeng gizi seimbang

Sumber Informasi	Depok		Surakarta	
	n	%	n	%
Televisi	81	30.92%	55	26.44%
Internet	21	8.02%	13	6.25%
Buku	26	9.92%	22	10.58%
Koran	3	1.15%	0	0.00%
Pasangan	1	0.38%	1	0.48%
Saudara	23	8.78%	3	1.44%
Teman	16	6.11%	5	2.40%
Anak	2	0.76%	1	0.48%
Penyuluhan	40	15.27%	86	41.35%
Selebaran	5	1.91%	2	0.96%
Tempat pelayanan kesehatan	44	16.79%	20	9.62%
Total		100%		100%

Tabel 4.38 Sumber informasi tentang makanan mengandung serat

Sumber Informasi	Depok		Surakarta	
	n	%	n	%
Televisi	5	8.93%	5	9.26%
Internet	7	12.50%	2	3.70%
Buku	1	1.79%	2	3.70%
Koran	1	1.79%	0	0.00%
Pasangan	0	0.00%	0	0.00%
Saudara	2	3.57%	0	0.00%
Teman	3	5.36%	1	1.85%
Anak	0	0.00%	0	0.00%
Penyuluhan	24	42.86%	40	74.07%
Selebaran	2	3.57%	0	0.00%
Tempat pelayanan kesehatan	11	19.64%	4	7.41%
		100%		100%

Tabel 4.36 Sumber informasi tentang tumpeng gizi seimbang

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Gambaran pola makan antara Kota Depok dan Kota Solo mempunyai kemiripan dan pola perilaku yang tidak jauh berbeda. Mulai dari gambaran konsumsi karbohidrat, dimana masih sedikit alternatif sumber karbohidrat yang lebih sehat dikonsumsi oleh responden kedua kota tersebut, masih kurangnya penyediaan buah & sayuran pada setiap waktu makan (<50%), sedikitnya variasi jenis sayuran dan buah yang disediakan, rendahnya konsumsi protein khususnya sumber protein hewani, dan masih tingginya penggunaan tambahan penyedap rasa.
2. Kebiasaan membekali anak sekolah juga masih rendah diterapkan pada responden keluarga di Kota Depok dan Kota Solo
3. Responden kedua kota masih terbiasa mengonsumsi berbagai jenis minuman kemasan, seperti minuman berkarbonasi, dan minuman kemasan lainnya. Untuk rata-rata konsumsi mie instan pada anak juga masih tergolong sering (lebih dari 1 kali per minggu)
4. Lokasi yang paling sering dijadikan tempat berbelanja kebutuhan dapur keluarga yang dipilih responden adalah pasar tradisional, walaupun lokasinya cukup jauh dari rumah. Hal ini karena responden masih memiliki persepsi bahwa pasar tradisional adalah lokasi penjualan bahan pangan terlengkap dan harganya juga terjangkau.

5. Dari segi pola belanja, rokok, dan makanan awetan masih masuk dalam daftar belanja sebagian responden.
6. Sebagian responden survei di Kota Depok dan Kota Solo mempersepsikan bahwa sumber-sumber protein hewani merupakan sumber pangan yang tidak terjangkau dari segi harga dan sulit didapatkan di pasaran.
7. Sebagian besar pengeluaran bulanan responden dalam survei didominasi oleh pembelian makanan.
8. Tingkat literasi responden dalam survei kedua kota masih tergolong rendah, terbukti dengan masih banyaknya responden yang belum menjawab dengan baik beberapa pertanyaan dasar seputar kandungan gizi utama dalam bahan makanan, mayoritas belum mengenal apalagi program kebijakan pemerintah lokalnya terkait upaya pencerdasan pangan dan kesehatan.
9. Masih belum maksimalnya saluran-saluran informasi yang beredar di masyarakat dimanfaatkan sebagai sumber pengetahuan pangan dan kesehatan.
10. Masih rendahnya keberdayaan responden untuk dapat memilih pangan dan menerapkan pola konsumsi yang sehat dan seimbang sesuai dengan potensi yang ada di daerahnya masing-masing.

5.2 Saran

1. Perlu adanya perhatian dan upaya berkelanjutan untuk perbaikan pola konsumsi sehat masyarakat di Kota Depok dan Kota Solo menggunakan program pendekatan berbasis keluarga;
2. Perlu adanya upaya penyadaran dan pemberdayaan gizi di tingkat keluarga berbasis kesehatan masyarakat, khususnya yang memberi perhatian khusus bagi anak dan orangtua akan pentingnya pangan sehat dari rumah sendiri dan bekal anak sekolah sebagai bagian dari upaya pemenuhan gizi;
3. Pendidikan konsumen di tingkat rumah tangga mengenai pentingnya mengetahui informasi kandungan gizi dan komposisi pada pangan kemasan, sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan perlu diperluas dan diberdayakan secara lebih sederhana, kreatif dan aplikatif agar konsumen dari berbagai umur memahami dan mau mulai mengubah perilakunya;
4. Perlu adanya pengakaran informasi terkait keberagaman pangan lokal dan sumber yang mudah dijangkau di setiap tempat, menggunakan berbagai jenis media agar masyarakat lebih mudah mencerna informasinya; dan
5. Perlu adanya upaya untuk memaksimalkan berbagai media yang masih belum optimal sebagai sumber informasi bagi masyarakat agar literasinya meningkat, dibuat secara sederhana, kreatif, dan mudah dikenali serta diaplikasikan oleh masyarakat sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

1. Food Literacy Center. "What is food literacy?". 31 Desember 2018.
2. <https://www.foodliteracycenter.org/what-food-literacy>. Begley, Andrea, et, al. (2018). Evaluation Tool Development for Food Literacy Programs. Nutrients MDPI journals.
3. International Conference on Public Health. "Determinan Kesehatan". 31 Desember 2018. http://theicph.com/id_ID/id_ID/icph/health-determinants/.
4. Darwanto, Nuri. "15 Tim PKK Kelurahan Adu Kreasi". 7 Agustus 2018. <http://www.koransolo.co/2018/08/07/15-tim-pkk-kelurahan-adu-kreasi/>.
5. Aosgi. "Solo Menuju Smart City 2018". 1 Januari 2019. <http://surakarta.go.id/?p=4080>.
6. Chung, Louisa Ming Yan. (2017). Food Literacy of Adolescents as a Predictor of Their Healthy Eating and Dietary Quality. *Journal of Child & Adolescent Behavior*.
7. Swastika, Janet. "Depok Akan Terapkan Empat Pilar Dalam Implementasi Kota Cerdas". 1 Januari 2019. <https://www.depok.go.id/23/02/2018/01-berita-depok/depok-akan-terapkan-empat-pilar-dalam-implementasi-kota-cerdas>.
8. Iqomah, Vidyanita. "Penuhi Kebutuhan Pangan dengan B2SAH". 1 Januari 2019. <https://www.depok.go.id/10/03/2015/10-ekonomi-kota-depok/penuhi-kebutuhan-pangan-dengan-b2sah>.
9. Iqomah, Vidyanita. "Warga Didorong Konsumsi Pangan Secara Beragam". 1 Januari 2019. <https://www.depok.go.id/15/04/2017/01-berita-depok/warga-didorong-konsumsi-pangan-secara-beragam>.
10. Insetyonoto. "UTP dan Pemkot Solo Promosikan Hidup Sehat Tanpa Nasi". 1 Januari 2019. <http://soloraya.solopos.com/read/20170810/489/841556/utp-dan-pemkot-solo-promosikan-hidup-sehat-tanpa-nasi>.
11. Ashar, Fajar. "Pengertian Pola Makan Sehat". 1 Januari 2019. <http://pengertianahli.id/2014/05/pengertian-pola-makan-sehat.html>.
12. Saputri, Rahmadya, et, al. (2016). Pola konsumsi pangan dan tingkat ketahanan pangan rumah tangga di Kabupaten Kampar Provinsi Riau. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.

