



KETERSEDIAAN BERAS DAN KONSUMSI ZAT GIZI (ENERGI) PADA RUMAH TANGGA PETANI PADI SAWAH DI DESA SIMANGAMBAT, KECAMATAN SIABU, KABUPATEN MANDAILING NATAL

AVAILABILITY OF RICE AND NUTRITIONAL CONSUMPTION (ENERGY) IN HOUSEHOLD FARMERS IN SIMANGAMBAT VILLAGE, SUB-DISTRICT SIABU, DISTRICT MANDAILING NATAL

Paisal Ahmad¹, Gusriati², Herda Gusvita³

¹Alumni Fakultas Pertanian, Universitas Ekasakti. E-mail: paisalnasution46@gmail.com

²Fakultas Pertanian, Universitas Ekasakti. E-mail: gusriati.msi@gmail.com

³Fakultas Pertanian, Universitas Ekasakti. E-mail: herda.gusvita@yahoo.com

INFO ARTIKEL

Koresponden

Paisal Ahmad

paisalnasution46@gmail.com

Kata kunci:

ketersediaan beras,
konsumsi zat gizi,
konsumsi energi

hal: 10 - 18

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis ketersediaan beras di tingkat rumah tangga petani padi sawah dan menganalisis konsumsi zat gizi (energi) dan tingkat konsumsi energi rata rata per kapita per hari pada rumah tangga petani padi sawah di Desa Simangambat, Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari sampai Maret 2018. Metode dasar yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Teknik penelitian yang digunakan adalah teknik survei. Jumlah sampel sebanyak 82 orang dari 451 petani padi sawah yang diambil menggunakan rumus slovin. Hasil penelitian menunjukkan ketersediaan beras sebagai pangan pokok di tingkat rumah tangga petani padi sawah di Desa Simangambat 3,10 kg/hari/RT atau 446,04 gram/kapita/hari, dengan kategori tinggi (>300 gram/hari/kapita). Rata-rata Konsumsi zat gizi (energi) pada rumah tangga petani padi sawah di Desa Simangambat sebesar 2.090,23 kkal/kapita/hari dengan kategori normal.

Copyright © 2020 U JMP. All rights reserved.

ARTICLE INFO

Correspondent:

Paisal Ahmad

paisalnasution46@gmail.com

Keywords:

*availability of rice,
nutrient consumption,
average energy*

page: 10 - 18

ABSTRACT

This study aims to analyze the availability of rice at the level of rice paddy farmer households and analyze the consumption of nutrients (energy) and the level of energy consumption per capita per day on the households of paddy rice farmers in Simangambat Village, Siabu District, Mandailing Natal District. This research was conducted in February to March 2018. The basic method used in this study was descriptive method. The research technique used is survey technique. The total sample of 82 people from 451 farmers was taken using the Slovin formula. The results showed the availability of rice as staple food at the level of household rice paddy farmers in Simangambat Village 3.10 kg/day/RT or 446.04 grams/capita/day. with a high category (> 300 grams/day/capita). Average consumption of nutrients (energy) in the households of lowland rice farmers in Simangambat Village is 2,090.23 kcal/capita/day in the normal category.

Copyright © 2020 U JMP. All rights reserved.

PENDAHULUAN

Kabupaten Mandailing Natal sebagai salah satu wilayah/daerah produksi padi sawah di Sumatera Utara. Produksi padi sawah di suatu wilayah terkait dengan masalah ketersediaan beras sebagai makanan pokok di wilayah tersebut. Berdasarkan Dinas Pertanian Kabupaten Mandailing Natal (2016), pada tahun 2014 Kabupaten Mandailing Natal memiliki luas panen sebesar 38.401 ha dengan produksi padi sawah 182.718 ton dengan rata-rata 47,56 kw/ha meningkat di tahun 2015 dengan luas lahan 40.051 ha dengan produksi 200.495 ton dengan rata-rata produksi 50,2 kw/ha dan semakin meningkat di tahun 2016 dengan luas lahan 48.716 ha dengan produksi sebesar 248.360 ton atau sekitar 50,98 kw/ha. Peningkatan produksi tersebut tentunya berkaitan dengan ketersediaan beras di wilayah tersebut.

Kabupaten Mandailing Natal terdiri dari 23 kecamatan. Kabupaten Mandailing Natal merupakan penghasil padi sawah. Kecamatan Siabu merupakan salah satu Kecamatan yang memiliki lahan terluas dan produksi padi sawah tertinggi di Kabupaten Mandailing Natal. Berdasarkan Dinas Pertanian Kabupaten Mandailing Natal (2016) dapat diketahui bahwa Kecamatan Siabu merupakan Kecamatan penghasil padi sawah tertinggi dan memiliki luas lahan sawah terluas. Pada tahun 2015 Kecamatan Siabu mampu memproduksi padi sawah sebesar 67.563 ton dan pada tahun 2016 naik sebesar 68.563 ton.

Kecamatan Siabu terdiri dari 28 Desa, salah satu desa yang memiliki produksi padi sawah terbanyak di Kecamatan Siabu adalah Desa Simangambat. Menurut informasi Penyuluh Pertanian Desa Simangambat pada tahun 2016, Desa Simangambat memiliki luas lahan sebesar 765 ha dan mampu memproduksi padi sawah sebanyak 11.504.87 ton.

Pada kenyataannya, produksi padi sawah yang tinggi di Desa Simangambat belum menjamin ketersediaan pangan pokok secara umum di tingkat rumah tangga petani, sehingga masih banyak masyarakat yang mengharapkan bantuan beras (Raskin) dari pemerintah. Ketersediaan pangan pokok rumah tangga di Desa Simangambat

dikategorikan persediaan pangan pokok rumah tangga tidak cukup karena belum mampu mempertahankan pangan pokok selama 240 hari dalam setiap tahunnya. Hal ini terjadi karena banyak dari petani yang menjual hasil panennya, yang selanjutnya akan berdampak pada kurangnya ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga.

Berdasarkan hal di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Bagaimana ketersediaan beras ditingkat rumah tangga petani padi sawah di Desa Simangambat Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal? (2) Bagaimana konsumsi zat gizi (energi) dan tingkat konsumsi energi rata rata per kapita per hari pada rumah tangga petani padi sawah di Desa Simangambat Kecamatan Siabu Mandailing Natal?

Penelitian ini bertujuan (1) Menganalisis ketersediaan beras ditingkat rumah tangga petani padi sawah di Desa Simangambat, Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal. (2) Menganalisis konsumsi zat gizi (energi) dan tingkat konsumsi energi rata rata per kapita per hari pada rumah tangga petani padi sawah di Desa Simangambat, Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal.

Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut (1) Bagi pemerintah daerah Kecamatan Siabu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun kebijakan pangan rumah tangga dan ketersediaan pangan. (2) Bagi masyarakat di Kecamatan Siabu, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tentang penyediaan beras dan pola konsumsi masyarakat di desa. (3) Sebagai bahan referensi untuk penelitian berikutnya.

METODE PENELITIAN

Metode dasar yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan teknik survei. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Simangambat, Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal, Provinsi Sumatera Utara. Pemilihan lokasi dilakukan dengan sengaja, dengan pertimbangan bahwa daerah tersebut merupakan salah satu daerah sentra produksi padi sawah di Kecamatan Siabu. Penelitian ini dilakukan pada Bulan Februari sampai Maret 2018.

Populasi dalam penelitian ini adalah petani padi sawah yang panen pada bulan November 2017. Berdasarkan kriteria tersebut jumlah populasi petani padi sawah di Desa Simangambat sebanyak 451 orang. Jumlah sampel berjumlah 82 orang petani padi sawah. Penarikan sampel dilakukan secara acak sederhana.

Data dikumpulkan dengan metode: 1) wawancara secara langsung, guna mendapatkan data primer dari responden berdasarkan daftar pertanyaan (kuisisioner); 2) observasi, merupakan pengamatan atau peninjauan secara langsung di tempat penelitian; 3) pencatatan, dilakukan untuk mengumpulkan data sekunder yang berasal instansi pemerintah atau lembaga yang ada hubungannya dengan penelitian, antara lain Badan Pusat Statistik (BPS), Dinas Pertanian, Dinas Ketahanan Pangan Kabupaten Mandailing Natal, dan Balai pusat Pertanian di Kecamatan Siabu; 4) dokumentasi, dilakukan dengan mengambil gambar melalui kamera sehingga dapat lebih jelas menggambarkan keadaan nyata di lapangan pada saat penelitian.

Variabel yang diamati adalah: 1) Ketersediaan beras pada rumah tangga petani seperti produksi dari usahatani padi sendiri: pembelian beras selama 1 MT, dan pemberian beras selama MT, beras yang dijual dari produksi sendiri, beras yang digunakan untuk aktivitas sosial, dan beras yang diberikan kepada pihak lain. 2) Konsumsi zat gizi (energi): variabel yang diamati berupa jumlah pangan atau makanan pokok yang

dikonsumsi oleh anggota rumah tangga selama 1 x 24 jam baik jenis maupun jumlahnya.

Metode analisis data yang digunakan ialah melihat ketersediaan beras pada rumah tangga petani yang dapat diukur dengan cara menginventarisasikan beras yang tersedia di dalam keluarga. Secara sistematis, besarnya ketersediaan beras pada rumah tangga petani dapat dihitung dengan rumus:

$$S = (PUT + PEM + PER) - (DJ + AS + DPL)$$

Keterangan:

S = Ketersediaan beras pada rumah tangga petani (gram/kapita/hari) selanjutnya dikonversikan ke dalam satuan kkal/kap/hari.

PUT = Produk Dari Usaha Tani Sendiri

PEM = Pembelian

PER = Pemberian

DJ = Dijual

AS = Aktifitas Sosial

DPL = Diberikan Kepada Pihak Lain

Data konsumsi diperoleh dengan menggunakan metode *recall* yaitu responden diminta menceritakan kembali semua makanan yang dimakan dan diminum selama 1 x 24 jam yang lalu (Supariasa, 2002). Penilaian jumlah gizi (energi) yang dikonsumsi kemudian dihitung dengan rumus:

$$Gij = BPj \times Bddj \times KGij$$

Keterangan:

Gij : zat gizi yang dikonsumsi dari pangan atau makanan j.

Bpj : berat makanan atau pangan j yang dikonsumsi (gram).

Bddj : bagian yang dapat dimakan (%).

KGij : kandungan zat gizi (energi) tertentu (i) dari pangan atau makanan yang dikonsumsi sesuai dengan satuannya.

Untuk melihat tingkat konsumsi energi menggunakan rumus:

$$Kgij = \frac{Kgij}{Kecukupan} \times 100\%$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Wilayah Penelitian

Simangambat merupakan salah satu Desa yang berada di Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia. Siabu adalah sebuah Kecamatan di Kabupaten Mandailing Natal, Sumatera Utara, Indonesia. Kecamatan siabu berbatasan langsung dengan Kabupaten Tapanuli Selatan tepatnya di Desa Simaninggir Sihepeng. Kecamatan Siabu, yang ber-Ibukota Siabu, dulunya masih masuk ke dalam Kabupaten Tapanuli Selatan. Sejak berdirinya Kabupaten Madina, Kecamatan ini masuk kedalam wilayah Kabupaten Madina. Penduduk Siabu, Kecamatan Siabu, sebahagian besar masuk dalam etnis Batak Mandailing, sehingga sebahagian besar penduduk kecamatan ini mayoritas Muslim. Memang terdapat beberapa kampung yang didiami oleh etnis Batak Toba yang terkonsentrasi di Kampung Lumbanpinasa dan Kampung Sibaruang. Agama di kedua kampung ini mayoritas Kristen Protestan, hal ini ditandai dengan berdirinya HKBP di kedua kampung tersebut.

Kelurahan Simangambat adalah salah satu kelurahan/desa yang terletak di Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal. Desa ini memiliki areal 6.028,17 Ha, dengan batas – batas wilayah sebagai berikut:

1. Sebalah Utara berbatasan dengan Desa Hutapuli
2. Sebalah Selatan berbatasan dengan Desa Bonandolok
3. Sebalah Barat berbatasan dengan Kecamatan Muara Batang Gadis dan Kabupaten Tapanuli Selatan
4. Sebalah Timur berbatasan dengan Kabupaten Padang Lawas.

Jarak Desa penelitian dengan Ibu Kota Kecamatan sekitar 3 Km sementara jarak dengan Ibu Kota Kabupaten sekitar 26 Km. Desa Simangambat merupakan daerah dataran dan perbukitan. Penduduk daerah penelitian berjumlah 8.594 jiwa atau 1.968 KK, laki-laki berjumlah 4.220 Jiwa (49,10%) dan perempuan berjumlah 4.374 (50,90%).

Karakteristik Responden

Karakteristik responden yang diamatipada penelitian ini adaah: Jenis kelamin, Pendidikan, Pekerjaan sampingan, dan Jumlah anggota keluarga. Jumlah dan persentase responden untuk masing-masing karakteristik, disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan, dan Jumlah Anggota Rumah Tangga

Jenis Kelamin	Jumlah (orang)	Persentase
Pria	82	100,00
Wanita	0	0,00
Total	82	100,00
Pendidikan	Jumlah (orang)	Persentase
SD	15	18,29
SMP	26	31,71
SMA	28	34,15
Perguruan Tinggi	12	14,63
Total	82	100,00
Pekerjaan	Jumlah (orang)	Persentase
Pedagang	24	29,27
Buruh Tani	11	13,41
Tidak Memiliki Pekerjaan Sampingan	36	43,90
Tukang Bangunan	11	13,41
Total	82	100,00
Jumlah Anggota Keluarga	Jumlah (rt)	Persentase
4	1	1,22
5	6	7,32
6	17	20,73
7	31	37,80
8	18	21,95
9	8	9,76
10	1	1,22
Total	82	100,00

Jenis Kelamin mempunyai pengaruh bagi setiap individu untuk mampu mengambil suatu keputusan terhadap masalah konsumsi pangan dihadapinya. Data keadaan penduduk menurut jenis kelamin dapat digunakan untuk melihat perbandingan jumlah

penduduk laki-laki dan perempuan di Desa Simangambat. Pada Tabel 2 di kemukakan hasil penelitian tentang jenis kelamin responden.

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa jenis kelamin responden terlihat seluruhnya merupakan laki-laki dengan jumlah 82 orang (100%). Hal ini dikarenakan responden yang dijadikan sampel penelitian adalah kepala keluarga rumah tangga petani di Desa Simangambat Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal. Produktifitas laki laki dalam bertani dibandingkan dengan wanita jauh lebih tinggi, hal ini dikarenakan laki-laki memang fokus dalam mencari nafkah sedangkan wanita banyak melakukan pekerjaan yang bersifat pekerjaan rumah tangga. Selain itu secara alami laki-laki memiliki tenaga yang lebih kuat dari pada wanita sehingga lebih diandalkan dalam hal bertani. Menurut Fitria (2012) jenis kelamin menentukan frekuensi pekerjaan yang dilakukan, secara alamiah laki-laki memiliki kemampuan fisik yang lebih kuat dibandingkan wanita sehingga laki laki lebih cocok dalam melakukan pekerjaan yang membutuhkan tenaga fisik.

Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi keputusan yang diambil oleh seseorang dikarenakan orang dengan pendidikan yang tinggi memiliki wawasan keilmuan yang lebih dari pada orang yang memiliki tingkat pendidikan lebih rendah.

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa pendidikan responden terbanyak adalah jenjang sekolah menengah atas dengan jumlah responden berjumlah 28 orang atau 34,15%. Untuk tingkat pendidikan sekolah dasar berjumlah 15 orang atau 18,29%, untuk tingkat pendidikan sekolah menengah pertama berjumlah 26 orang atau 31,71% dan untuk tingkat perguruan tinggi berjumlah 12 orang atau 14,63%. Tingkat pendidikan yang didominasi oleh sekolah menengah atas kebawah dikarenakan tidak adanya perguruan tinggi di daerah Desa Simangambat Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal sehingga bagi masyarakat Desa Simangambat Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal yang ingin melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi harus pergi merantau ke kota besar. Masyarakat yang memiliki pendidikan tinggi memiliki gengsi yang tinggi untuk bekerja sebagai petani di desa dan lebih memilih menetap di kota besar. Rata rata petani di Desa Simangambat Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal menamatkan sekolahnya di Desa Simangambat dan setelah lulus SMA lebih memilih sebagai petani di kampung. Menurut Jayasman (2013) menyatakan bahwa tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi tingkat motivasi kerja. Dengan kata lain semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin meningkatkan keahlian, pengetahuan dan perubahan sikap sehingga motivasi kerja juga meningkat.

Pekerjaan responden menentukan tingkat kesejahteraan rumah tangga petani di Desa Simangambat. Dari Tabel 1 diketahui bahwa seluruh responden adalah petani sebagai pekerjaan utamanya, hal ini karena responden yang dijadikan sampel penelitian adalah petani. Mayoritas perani tidak memiliki pekerjaan sampingan dengan jumlah responden 36 orang, selanjutnya pedagang dengan jumlah responden 24 orang, selanjutnya buruh tani dan tukang bangunan dengan jumlah responden 11 orang. Tidak adanya responden yang memiliki pekerjaan sampingan sebagai nelayan/buruh nelayan dikarenakan Desa Simangambat, Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal tidak memiliki perbatasan dengan laut ataupun danau sehingga tidak ada masyarakatnya yang memiliki pekerjaan sebagai nelayan. Menurut Astari (2016) pekerjaan sampingan dapat menunjang perekonomian rumah tangga, dikarenakan bertambahnya pemasukan pada keluarga tersebut. Pekerjaan sampingan dapat menjadi penolong perekonomian rumah tangga terutama yang memiliki beban tanggungan.

Karakteristik rumah tangga petani di Desa Simangambat dilihat dari jumlah anggota keluarga pada setiap kepala keluarga. Dari Tabel 1 dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki jumlah anggota keluarga terbanyak sebanyak 7 orang dengan jumlah 31 keluarga atau 37,8%. Banyaknya jumlah anggota keluarga diatas 4 orang pada Desa Simangambat Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal menandakan tidak berhasilnya program keluarga berencana yang dilakukan oleh pemerintah pada Desa Simangambat. Mulyadi (2003) mengemukakan bahwa jumlah anggota keluarga merupakan penunjang usaha yang sedang dilaksanakan, akan tetapi disisi lain dapat juga menjadi beban keluarga yang hanya mengandalkan hasil usaha yang tidak ditunjang oleh tenaga kerja yang produktif.

Ketersediaan Beras

1. Ketersediaan Beras Rumah Tangga Petani Padi Sawah

Ketersediaan beras merupakan aspek penting dalam pembangunan ketahanan pangan, sehingga perlu untuk diperhatikan. Kata lain ketersediaan beras menjadi sebuah ukuran pada kepentingan terhadap gangguan masa depan atau ketiadaan suplai beras akibat berbagai faktor seperti kekeringan, gangguan perkapalan, kelangkaan bahan bakar, ketidak stabilan ekonomi, peperangan, dan sebagainya. Penilaian ketahanan beras dibagi menjadi keswadayaan atau keswasembadaan perorangan (*self-sufficiency*) dan ketergantungan eksternal yang membagi serangkaian faktor risiko (Astawan, 2004).

Berdasarkan hasil penelitian pada rumah tangga petani di Desa Simangambat ketersediaan beras sebagai sumber pangan pokok dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 6. Ketersediaan Beras pada Rumah Tangga Petani di Desa Simangambat (kg) Masa Panen Juli sampai Oktober 2017

No	Uraian	Jumlah (Kg)	%
1	Input / Masukan		
	a. Produksi sendiri	79.739	95,53
	b. Pembelian	3.315	3,97
	c. Pemberian	410	0,50
	Total Input / Masukan	83.464	100,00
2	Output / Keluaran		
	a. Dijual	49.486	93,53
	b. Aktivitas Sosial	1.656	3,13
	c. Yang Diberikan	1.762	3,34
	Total Output / Keluaran	52.904	100,00
3	Input - Output (Ketersediaan)		30.560

Berdasarkan Tabel 2, diketahui ketersediaan beras pada rumah tangga petani di Desa Simangambat adalah 30.560 kg per musim tanam (4 bulan). Ketersediaan beras tersebut merupakan selisih antara masukan dengan keluaran. Adapun masukan terdiri dari produksi sendiri, pembelian dan pemberian. Berdasarkan data yang diperoleh masukan terbanyak diperoleh dari produksi sendiri yaitu 79.739 kg (95,53%) dari total masukan sedangkan yang terkecil berasal dari pemberian yaitu 410 kg (0,5%).

Selanjutnya faktor keluaran terdiri dari tiga hal yaitu, dijual, aktifitas sosial dan yang diberikan. Faktor keluaran yang terbesar adalah dijual sebesar 49.486 (93,53%) dari total keluaran, dan terkecil untuk aktifitas sosial sebesar 1.656 (3,13%). Dari data

tersebut dapat juga diketahui bahwa usaha tani yang dilakukan di Desa Simangambat ini semi komersil yaitu untuk konsumsi dan dijual, di mana untuk konsumsi lebih banyak dibanding dijual.

Berdasarkan hasil penelitian, ketersediaan beras pada rumah tangga petani padi Desa Simangambat sebesar 30.560 kg/MT, setara dengan 7.640 kg/bulan atau 254,66kg/hr. Ketersediaan beras bila dikonversi menjadi ketersediaan di tingkat rumah tangga menjadi 3,10 kg/hari/rumah tangga atau 439,09 gram/kapita/hari. Nilai ini lebih tinggi dibandingkan angka normatif ketersediaan beras individu yaitu 300 gram/kapita/hari (Santi (2015)).

Jumlah ketersediaan beras per kapita rumah tangga petani di Desa Simangambat didapatkan dari jumlah ketersediaan beras keseluruhan dibagi dengan jumlah anggota keluarga responden. Hasil ketersediaan beras per kapita rumah tangga petani di Desa Simangambat dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Ketersediaan Beras Rumah tangga petani di Desa Simangambat

No	Uraian	Jumlah			Ket
		MT (Kg)	BL (Kg)	Hari (Gr)	
1	Ketersediaan beras seluruh sampel	30.560	7.640	254.6	-
2	Ketersediaan beras per rumah tangga	373	93,25	3,10	-
3	Total Ketersediaan Beras Perkapita	53,52	27,48	446,04	Tinggi

Berdasarkan Tabel 3 didapatkan ketersediaan beras seluruh sampel rumah tangga petani di Desa Simangambat sebesar 30.560 kg/MT, atau 7.640 kg/bulan atau 254,67 gr/hari. Sedangkan ketersediaan beras per rumah tangga petani di Desa Simangambat sebesar 373 kg/MT, atau 93,25 kg/bulan atau 3,10 gr/hari. Selanjutnya ketersediaan beras per kapita di Desa Simangambat sebesar 53,52 kg/MT, atau 27,48 kg/bulan atau 446,04 gr/hari. Hasil ini lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian Mewa (2012) mengenai pola konsumsi pangan pokok di beberapa propinsi di Indonesia yang menunjukkan rata-rata konsumsi beras rumah tangga di Indonesia sudah di atas 120 kg/kapita/tahun atau 328,76 gr/kapita/hari.

2. Konsumsi Zat Gizi (Energi) Rumah Tangga Petani Padi Sawah

Rumah tangga petani di Desa Simangambat Kecamatan Siabu, Kabupaten Mandailing Natal memiliki konsumsi pangan pokok terbesar yaitu beras. Beras dikonsumsi 3 x sehari oleh hampir semua responden. Pada penelitian ini menggunakan recal konsumsi pangan rumah tangga dilakukan sebanyak 1 x 24 jam. Hasil tersebut kemudian dikonversi ke zat gizi (energi) dengan menggunakan DKBM. Konsumsi energi dari pangan dibandingkan dengan kecukupan yang dianjurkan. Menurut Khudori (2010), bahwa ketersediaan pangan baik hewani dan nabati Indonesia secara agregat lebih dari cukup. Ini tercermin dari ketersediaan energi sebesar 3.035 kkal/kapita/hari. Ketersediaan pangan ini jauh melampaui rekomendasi Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VII: kecukupan konsumsi energi 2.300 kkal/kapita/hari. Sajian lengkap dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Konsumsi dan Tingkat Konsumsi Energi di Desa Simangambat

No	Uraian	Jumlah
1	Total Konsumsi seluruh sampel (kkal)	1.210.079,37
2	Konsumsi Energi rumahtangga (kkal/RT)	14.757,06
3	Konsumsi Energi per Kapita (kkal/kapita/hari)	2.090,23
4	Kecukupan yang dianjurkan (kkal/kapita/hari)	23,00
5	Tingkat Konsumsi Energi per Kapita per Hari (%)	90,88

Pada Tabel 4 diketahui total konsumsi energi pada rumah tangga petani di Desa Simangambat adalah 1.210.079,37 kkal. Setelah dibagi dengan jumlah rumah tangga didapatkan rata rata konsumsi energi rumah tangga petani di Desa Simangambat 14.757,06 kkal/RT. Sedangkan konsumsi energi per kapita per hari sebesar 2.090,23kkal/kapita/hari. Jika dibandingkan dengan kecukupan yang dianjurkan makan tingkat konsumsi energi/kapita/hari adalah 90,88% (kategori normal).

SIMPULAN DAN SARAN

1. Ketersediaan beras sebagai pangan pokok di tingkat rumah tangga petani padi sawah di Desa Simangambat 3,10 kg/hari/RT atau 446,04 gram/kapita/hari.
2. Konsumsi zat gizi (energi) pada rumah tangga petani padi sawah di Desa Simangambat sebesar 2.090,23 kkal/kapita/hari dengan kategori normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Astari Miranti dkk. 2016. *Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga*. Provinsi Jawa Barat
- Astawan, M. 2004. *Tetap Sehat dengan Produk Makanan Olahan*. Tiga Serangkai. Solo.
- Badan Pusat Statistik 2016. *Mandailing Natal dalam Angka*.
- Pusposari, F. 2012. *Analisis Pola Konsumsi Pangan Masyarakat di Provinsi Maluku*. Maluku.
- Jayasman. 2013. *Pengaruh Intrinsik Reward dan Pendidikan terhadap Motivasi Kerja Pegawai pada Badan Kepegawaian Daerah (BKD) Kota Pariaman*. Jurnal Ilmu Ekonomi, Volume 1, Nomor 2 (hlm. 96-102).
- Hadari dan Nawawi. 1993. *Metode Penelitian Sosial*. Gajah Mada University Press. Yogyakarta.
- Khudori. 2010. *Kondisi Pertanian Pangan Indonesia*. Jurnal Pangan. Vol 19 No. 3 September 2010 Hal 211-232. Jakarta.
- Mewa, Arifin. 2012. *Mengenai Pola Konsumsi Pangan Pokok di Beberapa Provinsi di Indonesia*. Jurnal Universitas Udayana. Denpasar.
- Mulyadi, Subri. 2003. *Ekonomi Sumber Daya Manusia*. PT Raja Grafindo
- Santi. 2015. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Ketahanan Pangan Rumah Tangga Penerima Raskin (Studi di Kelurahan Tompokersan, Kabupaten Lumajang)* (Skripsi yang tidak dipublikasikan). Universitas Airlangga. Surabaya.
- Singarimbun, Masri & Efendi, Sofyan. 1995. *Metode Penelitian Survey*. Edisi Revisi, PT. Pustaka LP3ES. Jakarta.
- Supariasa. 2002. *Penilaian Status Gizi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.