

Peran Perempuan Pada Upaya Penganekaragaman Pangan Di Kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan

Diah Tri Hermawati dan Dwi Prasetyo
Email : diah_triuwks@yahoo.co.id

Fakultas Teknik Pertanian
Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

ABSTRAK

Terdapat kecenderungan pola pangan masyarakat di Indonesia masih sangat belum beragam, bergizi, berimbang dan aman. Dari hasil kajian yang dilaksanakan oleh BPS dan BAPPEDA kabupaten Lamongan pada tahun 2010 menunjukkan Neraca Bahan Pangan (NBP) adalah 80,15% dimana 66% adalah karbohidrat. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi karbohidrat di kabupaten Lamongan masih relative tinggi. Selama ini di Indonesia, perempuan berperan sebagai penanggung jawab pada pemenuhan gizi keluarga. Apabila perempuan tidak memiliki pengetahuan tentang gizi maka dapat menyebabkan kekurangan gizi di keluarga tersebut. Di kabupaten Lamongan dilaksanakan Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani dalam memanfaatkan pekarangan. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa, kegiatan yang dilaksanakan oleh perempuan dalam pemenuhan gizi keluarga telah dilaksanakan oleh perempuan dengan lebih baik karena adanya program P2KP, tetapi Pemda harus lebih meningkatkan sosialisasi pada pentingnya gizi bagi keluarga. Makanan yang dikonsumsi oleh keluarga telah memenuhi susunan Pola Pangan Harapan (PPH), karena pangan hewani dapat terpenuhi oleh ikan. Peningkatan jumlah usaha pengolahan pangan khas daerah berbasis tepung-tepungan dan penyediaan pangan sumber karbohidrat dari bahan pangan lokal sudah tercapai. Peningkatan motivasi, partisipasi wanita dalam penganekaragaman konsumsi pangan telah dapat diwujudkan tetapi masih relative kecil, hanya sebagian saja dan Gerakan menumbuhkan Rumah Tangga Lestari pada kawasan P2KP berbasis sumber daya local masih belum dapat terwujud tetapi masyarakat di daerah penelitian telah memiliki lahan pekarangan yang ditanami sayur-sayuran.

Kata kunci : *Pemberdayaan perempuan, penganekaragaman pangan.*

Pendahuluan

Ketahanan pangan adalah kondisi terpenuhinya kebutuhan pangan rumah tangga yang tercemin dari tersedianya pangan yang cukup, baik dari jumlah maupun mutunya, aman, merata dan terjangkau. Untuk mencapai ketahanan pangan pada masyarakat maka perlu dipastikan bahwa di kota atau kabupaten telah berjalan sistem ketahanan pangan. Pada subsistem penganekaragaman pangan, maka di kota atau kabupaten harus tersedia pangan yang bergizi, aman dan bermutu baik.

Selama ini di Indonesia, perempuan sebagai penanggung jawab pelaksana dari pemenuhan gizi keluarga, perempuan diberi tanggung jawab yang besar untuk menyediakan makanan di keluarganya, apabila perempuan tidak memiliki pengetahuan tentang gizi maka dapat menyebabkan kekurangan gizi di keluarga tersebut, tidak hanya gizi tetapi pangan bagi keluarga harus berimbang dan aman. Karena fakta inilah maka di kabupaten Lamongan dilaksanakan Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani dalam memanfaatkan pekarangan. Pemberdayaan Kelompok Tani

dalam memanfaatkan pekarangan masuk pada Program Percepatan Konsumsi Pangan (P2KP).

Tujuan penelitian adalah: (1). Untuk mengetahui kegiatan yang dilaksanakan oleh perempuan dalam pemenuhan gizi keluarga. (2). Untuk mengetahui makanan yang dikonsumsi oleh keluarga, apakah telah memenuhi susunan Pola Pangan Harapan (PPH). (3). Untuk mengetahui apakah telah terjadi peningkatan jumlah usaha pengolahan pangan khas daerah berbasis tepung-tepungan dan penyediaan pangan sumber karbohidrat dari bahan pangan lokal. (4). Untuk mengetahui gerakan menumbuhkan Rumah Pangan Lestari pada kawasan P2KP berbasis sumber daya lokal.

Metode Penelitian

Lokasi penelitian

Lokasi penelitian dipilih secara sengaja di kecamatan Maduran, kabupaten Lamongan karena tempat tersebut telah memiliki inovasi untuk meningkatkan konsumsi pangan yang beranekaragam. Penganekaragaman pangan tersebut dengan memberdayakan perempuan melalui Program Percepatan Konsumsi Pangan (P2KP) dan dilaksanakan sejak tahun 2011. Disamping itu kecamatan Maduran adalah wilayah yang paling menonjol partisipasi perempuannya didalam kemampuannya mengolah pekarangan dan menciptakan aneka ragam pangan.

Teknik Pengambilan Sampel

Di kecamatan Maduran, kabupaten Lamongan terdapat dua kelompok perempuan tani yakni kelompok tani Margo Rukun dan Mawar, dua kelompok tersebut berada di desa Pangean dan Duri Wetan. Jumlah populasi dari kedua kelompok adalah 40 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode Purposive Sampling dengan asumsi peneliti ingin mengetahui ciri, sifat atau karakter dari para perempuan pada saat pengelolaan pekarangan dan menganekaragamkan pangan bagi keluarganya. Adapun sampel yang diambil adalah 25 orang.

Jenis dan Metode Pengumpulan Data

Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Metode pengumpulan data primer dilakukan melalui wawancara langsung dengan responden, alat yang digunakan questioner. Sedangkan data sekunder didapatkan dari data statistik daerah penelitian dan Instansi terkait (Kantor Ketahanan Pangan, Dinas Pertanian dan BPS kabupaten Lamongan).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Kegiatan yang dilaksanakan oleh perempuan dalam pemenuhan gizi keluarga

Perempuan di lokasi penelitian umumnya menyiapkan makanan untuk keluarga mulai pukul 04.00-0.500. Bagi responden yang memiliki kulkas, menggunakan bahan yang telah disimpan di dalam kulkas untuk dimasak esok harinya. Rata-rata perempuan di daerah penelitian mendapatkan beras dari sawah sendiri. Pada pemilihan menu masakan yang akan dihidangkan pada keluarga semuanya dilaksanakan oleh perempuan (ibu rumah tangga), sehingga peran perempuan pada pemenuhan gizi sangat nyata.

Di daerah penelitian terdapat beberapa perempuan yang telah menyusun menu, sehingga tidak perlu memikirkan menu untuk setiap hari, karena menyusun menu untuk seminggu akan memudahkan perempuan memasak dan menghidangkan makanan bagi keluarganya. Terdapat juga perempuan yang tidak memasak untuk sarapan pagi karena alasan sibuk menyiapkan keperluan suami dan anak-anak maka membeli bahan makanan jadi seperti nasi pecel.

Konsumsi Pangan Keluarga dan Pemenuhan Pola Pangan Harapan (PPH)

Responden seluruhnya berjumlah 25 orang mengkonsumsi beras, hal ini dikarenakan sudah tradisi turun temurun. Adapun konsumsi rata-rata per hari adalah 0,94 kg sedangkan 7 responden juga mengkonsumsi jagung rata-rata per hari 0,325 kg.

No	Jenis Padi Padian Konsumsi (Kg)	Jumlah Responden	%	Rata rata konsumsi per hari (Kg)
1	Beras	25 orang	100	0.94
2	Jagung	7 orang	28	0,325

Tabel 1. Jumlah Konsumsi Padi-Padian

Menurut standart nasional PPH, idealnya perkapita perhari dibutuhkan energy 2.000 kkal, yang komposisinya 50% padi-padian, 5% umbi-umbian, 20% pangan hewani, 10% minyak dan lemak, 2% buah atau biji berminyak, 2% kacang-kacangan, 8% gula, 5% sayur dan buah, 3% lain-lain. Pemenuhan

konsumsi ideal ini dinyatakan nilainya dengan angka 100 pada skor PPH. Kemudian berdasarkan data sensus BPS tahun 2012, secara nasional jumlah energi dari konsumsi pangan baru mencapai 1.853 kkal/kap/hari dengan tingkat skornya pemenuhan PPH 75,4.

No	Jenis Umbi Umbian yang di Konsumsi (Kg)	Jumlah Responden	%	Rata rata konsumsi per hari (Kg)
1	Ubi kayu	19	76	1
2	Ubi jalar	12	48	1,5
3	Talas	18	72	0,5
4	Gembili	6	24	0,5
5	Kentang	6	24	0,25

Tabel 2. Jumlah Konsumsi Umbi-Umbian

Untuk pangan umbi-umbian sudah memenuhi syarat yakni lebih dari 5% karena idealnya mengkonsumsi umbi-umbian 5% dari komposisi jenis makanan. Di daerah penelitian yang paling banyak dikonsumsi adalah umbi

kayu yaitu sebanyak 19 orang. Sedangkan yang paling sedikit dikonsumsi adalah gembili dan kentang yaitu sebanyak 6 responden. Di lokasi penelitian kentang digunakan untuk lauk pauk yakni dibuat lauk perkedel.

No	Jenis Pangan Hewani dan Jumlah Konsumsi (Kg)	Jumlah Responden	%	Rata rata konsumsi per hari (Kg)
1	Daging	2	8	0,25
2	Telur	8	32	0,50
3	Susu	3	12	0,25
4	Ikan	25	100	0,50
5	Ayam	20	80	0,25

Tabel 3. Jumlah Konsumsi Pangan Hewani

Masyarakat di lokasi penelitian relatif kecil dalam mengkonsumsi pangan hewani daging yaitu sebanyak 2 responden saja dengan rata-rata konsumsi per hari 25%. Sedangkan responden yang paling banyak mengkonsumsi pangan hewani jenis ikan yaitu sebanyak 25

responden dengan rata-rata konsumsi per hari 50%. Dari data ini jelas bahwa masyarakat di lokasi penelitian dalam mengkonsumsi pangan hewani sudah melebihi standart nasional PPH yaitu lebih dari 20% komposisi jenis makanan.

No	Jenis Konsumsi Minyak dan Lemak (Liter)	Jumlah Responden	%	Rata rata konsumsi per hari
1	Minyak sawit	25	100	0,03

Tabel 4. Jumlah Konsumsi Minyak dan Lemak

Pemakaian minyak sawit dengan cara membeli sebanyak 2 liter dan dapat dimanfaatkan selama seminggu. Fungsi lemak yaitu sebagai sumber energy bahan baku hormone, membantu transport vitamin yang larut lemak, sebagai bahan insulasi terhadap perubahan suhu serta

pelindung organ-organ tubuh bagian dalam. Dalam saluran pencernaan, lemak dan minyak akan lebih lama berada di dalam lambung dibandingkan dengan karbohidrat dan protein, demikian juga proses penyerapan lemak yang lebih lambat dibandingkan unsur lainnya. Oleh

karena itu makanan yang mengandung lemak mampu memberikan rasa kenyang yang lebih lama dibandingkan makanan yang kurang atau tidak mengandung lemak. Dari hasil penelitian

menunjukkan konsumsi lemak masih relative sedikit yaitu rata-rata konsumsi 3% dari komposisi jenis makanan.

No	Jenis Buah dan Biji Berlemak (Kg)	Jumlah Responden	%	Rata rata konsumsi per hari
1	Santan Buatan	5	20	0,02
2	Santan Kelapa	25	100	0,05

Tabel 5. Jumlah Konsumsi Buah dan Biji Berlemak

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden, yakni 25 orang selalu menggunakan minyak sawit untuk menggoreng tempe, tahu, ikan, ayam dan bahan makanan lainnya. Perempuan di daerah penelitian tidak menyukai santan buatan, mereka lebih menyukai santan yang dibuat sendiri dari

kelapa asli. Masyarakat menganggap bahwa mengkonsumsi lemak berbahaya bagi tubuh sehingga hanya menggunakan biji berminyak relatif kecil, selain memang terdapat tradisi masyarakat lebih menyukai makanan sayur. Tetapi kalau lemak yang digunakan adalah lemak tak jenuh maka akan baik bagi tubuh.

No	Jenis Kacang Kacangan (Kg)	Jumlah Responden	%	Rata rata konsumsi per hari
1	Kedelai	6	24	0,2
2	Kacang Hijau	20	80	0,25
3	Kacang Tanah	19	76	0,25
4	Tempe	25	100	0,25
5	Tahu	25	100	0,25

Tabel 6. Jumlah Konsumsi Kacang-Kacangan

Jenis kacang-kacangan yang dikonsumsi masyarakat adalah kedelai, kacang hijau, kacang tanah, olahan kacang-kacangan seperti tahu dan tempe. Masyarakat menggunakan

kedelai untuk dicampur pada makanan atau untuk digunakan sebagai bahan peyek. Kacang tanah biasanya digunakan untuk membuat sambel pecel

No	Jenis Gula (Gram)	Jumlah Responden	%	Rata rata konsumsi per hari
1	Gula pasir	25	100	14,3
2	Gula Merah	12	48	0,04

Tabel 7. Jumlah Konsumsi Gula

Takaran gula yang ideal bagi tubuh adalah 100 kalori per hari atau setara 6 sendok teh (25 gr). Dari hasil penelitian ternyata konsumsi gula masyarakat di daerah penelitian masih relative kecil yakni Cuma 14,3gr. Konsumsi gula merah juga relative kecil yakni cuma 0,04 gr saja, karena masyarakat menggunakan gula merah untuk keperluan membuat bumbu untuk

makan rujak dan untuk membuat bubur. Dari hasil penelitian ini maka perlu digali lagi resep-resep yang dapat menggunakan gula merah tidak hanya untuk dibuat bumbu rujak dan bubur saja. Sehingga masyarakat dalam mengkonsumsi gula tidak mengandalkan gulai pasir saja.

No	Jenis Sayur Sayuran (Kg)	Jumlah Responden	%
----	--------------------------	------------------	---

1	Bayam	13	52
2	Wortel	16	64
3	Kacang tanah/ kacang panjang	23	92
4	Brokoli	10	40
5	Sawi	8	32
6	Kangkung	23	92

Tabel 8. Jumlah Konsumsi Sayur

Sayur-sayuran banyak sekali mengandung vitamin dan mineral yang sangat baik untuk kesehatan tubuh. Di daerah penelitian masyarakatnya sudah mengkonsumsi sayur-sayuran dengan berbagai jenis antara lain: bayam, wortel, kacang tanah, kacang panjang, brokoli, sawi dan kangkung. Masyarakat di daerah penelitian mengkonsumsi sayuran yang

banyak ditanam di lahan dekat sawah miliknya. Di daerah penelitian, jumlah responden yang paling banyak mengkonsumsi kacang tanah, kacang panjang dan kangkung yaitu sebanyak 92% dari jumlah responden (23 orang), hal ini disebabkan karena jenis tanaman tersebut yang paling banyak ditanam.

No	Jenis Buah Buahan (Kg)	Jumlah Responden	%	Rata rata konsumsi per hari
1	Pepaya	12	48	2
2	Pisang	14	56	1
3	Mangga	9	36	1
4	Jeruk	3	12	0,5
5	Apel	2	8	0,5

Tabel 9. Jumlah Konsumsi Buah

Buah-buahan juga banyak mengandung vitamin dan mineral sehingga sangat baik bagi kesehatan tubuh manusia. Di daerah penelitian, responden mengkonsumsi buah pepaya, pisang, manga, jeruk dan apel. Paling banyak

responden mengkonsumsi pisang yaitu sebanyak 56% responden (14 orang). Hal ini disebabkan karena buah pisang selain harganya relatif murah juga disukai masyarakat setempat.

No	Jenis bahan bahan lain (Liter)	Jumlah Responden	%	Rata rata konsumsi per hari
1	Kopi	20	80	1 sachet
2	Teh	19	76	0,5 sachet
3	Sirup	6	24	5 sendok
4	Vetsin	25	100	1 sachet
5	Susu (cereal)	1	4	1
6	Juice	1	4	2 gelas

Tabel 10. Konsumsi Bahan-Bahan Lain

Pengertian bahan lain adalah kopi, teh, susu, vetsin, sereal dan juice yang bisa menjadi bahan pelengkap bagi makanan pokok. Rata-rata masyarakat mengkonsumsi teh dan kopi. Responden yang mengkonsumsi kopi sebanyak 20 orang (80%), sedang responden yang mengkonsumsi teh sebanyak 19 orang (76%). Penggunaan vetsin bagi semua respobden di daerah penelitian telah menjadi keharusan

untuk pelengkap makanan. Hal ini sebetulnya perlu untuk diperhatikan agar masyarakat mengerti bahwa vetsin yang digunakan secara berlebihan akan berbahaya bagi kesehatan. Sirup jarang dikonsumsi karena dianggap mewah, begitu juga dengan cereal dan juice.

Program Percepatan Konsumsi Pangan (P2KP) dan Peningkatan Jumlah Usaha Pangan Khas Daerah Berbasis Tepung-

Tepungan dan Penyediaan Pangan Sumber Karbohidrat dari Bahan Pangan Lokal

Dari Program Percepatan Konsumsi Pangan (P2KP) di lokasi penelitian muncul beberapa usaha yang dilaksanakan oleh ibu-ibu. Usaha tersebut berupa tepung ubi kayu diolah menjadi tepung MOCAF (Modifikasi Cassava Flour) karena Pemda kabupaten Lamongan memberikan bantuan alat penepung. Dengan alat penepung tersebut ibu-ibu bersama-sama mengolah ubi kayu yang ditanam menjadi tepung dan selanjutnya diolah menjadi berbagai macam kue, seperti kue brownis, berbagai jenis jajanan pasar dan krupuk.

Pada hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan yang ada di daerah penelitian memiliki motivasi yang meningkat, hal ini tidak terlepas dari peran Fasilitator Lapangan yakni Penyuluh Pertanian. Penyuluh Pertanian mengajak kelompok tani untuk membuat produk olahan seperti, krupuk dan tepung MOCAF yang dititipkan pada toko, juga dijual pada saat pameran.

Gerakan Menumbuhkan Rumah Pangan Lestari pada Kawasan P2KP Berbasis Sumber Daya Lokal

Ketersediaan pangan bagi rumah tangga sangat penting, selain tersedia juga beranekaragam jenis makanan yang dikonsumsi. Sehingga hal ini menjadi prioritas pembangunan pertanian nasional dari waktu ke waktu. Ke depan, setiap rumah tangga diharapkan mengoptimalkan sumberdaya yang dimiliki, termasuk pekarangan dalam menyediakan pangan bagi keluarga.

Kementerian Pertanian menginginkan optimalisasi pemanfaatan pekarangan melalui konsep Rumah Pangan Lestari (RPL). RPL adalah rumah penduduk yang mengusahakan pekarangan secara intensif untuk dimanfaatkan dengan berbagai sumberdaya lokal secara bijaksana yang menjamin kesinambungan penyediaan bahan pangan rumah tangga yang berkualitas dan beragam. Apabila RPL dikembangkan dalam skala luas berbasis dusun (kampung), desa atau wilayah lain yang memungkinkan penerapan prinsip Rumah Pangan Lestari (RPL) disebut Kawasan Rumah Pangan Lestari (KRPL). Selain itu, KRPL juga mencakup upaya intensifikasi pemanfaatan pagar hidup, jalan desa dan fasilitas umum lainnya (sekolah, rumah ibadah dan lainnya), lahan terbuka hijau serta mengembangkan pengolahan dan pemasaran hasil pertanian.

Di lokasi penelitian Rumah Pangan Lestari tidak berjalan dengan baik karena kurangnya sosialisasi dan responden hanya diberi bibit tetapi tidak diberi arahan mengenai menanam dan merawat tanaman tersebut dengan baik sehingga tanaman yang ditanam itu tidak bisa tumbuh dengan baik bahkan ada yang mati.

Kesimpulan

1. Kegiatan yang dilaksanakan oleh perempuan dalam pemenuhan gizi keluarga telah dilaksanakan oleh perempuan dengan lebih baik karena adanya program P2KP.
2. Makanan yang dikonsumsi oleh keluarga telah memenuhi susunan Pola Pangan Harapan (PPH), karena pangan hewani dapat terpenuhi oleh ikan.
3. Peningkatan jumlah usaha pengolahan pangan khas daerah berbasis tepung-tepungan dan penyediaan pangan sumber karbohidrat dari bahan pangan lokal sudah tercapai.
4. Peningkatan motivasi, partisipasi wanita dalam penganekaragaman konsumsi pangan telah dapat diwujudkan tetapi masih relative kecil hanya sebagian saja.
5. Gerakan menumbuhkan Rumah Pangan Lestari pada kawasan P2KP berbasis sumber daya lokal masih belum dapat terwujud.

SARAN

1. Pemda setempat harus lebih meningkatkan sosialisasi pada pentingnya gizi bagi keluarga.
2. Pemda setempat harus lebih meningkatkan motivasi bagi wanita di daerah penelitian agar dapat menganekaragamkan konsumsi pangan sesuai susunan Pola Pangan Harapan.
3. Pemda setempat harus membuat gerakan menumbuhkan Rumah Pangan Lestari di daerah penelitian dengan sosialisasi dan arahan yang dapat dimengerti masyarakat setempat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, 2003. *Survey Sosial Ekonomi* (SUSENAS)
- _____, 2007. *Neraca Bahan Makanan (NBM)* Kabupaten Lamongan 2006.

- _____, 2009. *Petunjuk Teknis Program Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan (P2KP)*.
- _____, 2011. *Kebijakan Umum Pangan 2012-2014*, Dewan Ketahanan Pangan, Jakarta.
- Anonim, 2011. *Laporan Tahunan tahun 2012 Dewan Ketahanan Pangan*. Sekretariat Dewan Ketahanan Pangan, Jakarta.
- _____, 2011. *Rencana Strategis Badan Ketahanan Pangan Tahun 2010-2014*. Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian, Jakarta.
- _____, 2012. *Pedoman Pelaksanaan Program Kerja dan Anggaran Badan Ketahanan Pangan Tahun anggaran 2012*. Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian.
- Albiner Siagian, 2010. *Peran Perempuan dalam Peningkatan Ketahanan Pangan Keluarga*. Diunduh pada tanggal 12 April 2013.
- Rosdiana Ramli, 2013. *Peran Keluarga dalam Mencegah dan Penanggulangan Gizi Buruk*. Diunduh pada tanggal 10 April 2013.
- Julia Brannen, *Memadu Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Laxy J. Moloeng, M.A, 1995. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya, Bandung.
-