**Studi Kasus Pola Pangan Harapan (PPH)**

Pola Pangan Harapan (PPH) atau Desirable Dietary Pattern adalah Susunan beragam pangan yang didasarkan pada sumbangan energi dari kelompok pangan utama (baik secara absolut maupun relatif) dari suatu pola ketersediaan dan atau konsumsi pangan. FAO-RAPA (1989) mendefinisikan PPH sebagai ”komposisi kelompok pangan utama yang bila dikonsumsi dapat memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya”. Dengan demikian PPH merupakan susunan beragam pangan yang didasarkan atas proporsi keseimbangan energi dari berbagai kelompok pangan untuk memenuhi kebutuhan gizi baik dalam jumlah, maupun mutu dengan mempertimbangkan segi daya terima, ketersediaan pangan, ekonomi, budaya dan agama. Dengan pendekatan PPH ini mutu konsumsi pangan penduduk dapat dilihat dari skor pangan (dietary score) dan dikenal sebagai skor PPH. Semakin tinggi skor PPH, konsumsi pangan semakin beragam dan seimbang.

**Pengelompokan Pangan berdasarkan PPH**

Pengelompokan pangan yang dipakai pada Analisis ini adalah berdasarkan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) yaitu :

1. Padi-padian
2. Umbi-umbian
3. Pangan Hewani
4. Minyak & Lemak
5. Buah/biji Berminyak
6. Kacang-kacangan
7. Gula
8. Sayur dan buah
9. Lain-lain.

Ada kecenderunganmakin rendah konsumsi energi seseorang makin kurang beragam jenis makanan yang dikonsumsi, dan makin banyak jenis yang dikonsumsi akan menimbulkan kelebihan konsumsi energi. Artinya pengetahuan seseorang akan angka kecukupan gizi masih sangat kurang

Pada studi kasus ini bahasan mengenai ketahanan pangan Kabupaten Banjar difokuskan pada pendekatan PPH tingkat konsumsi rumah tangga. Data yang dihasilkan bersifat terbatas pada kelompok pangan, namun demikian secara umum dapat memberikan gambaran situasi pola dan keanekaragaman konsumsi pangan rumah tangga di daerah ini dalam suatu kurun waktu tertentu.

**Gambaran Umum Kabupaten Banjar**

Kabupaten Banjar yang terletak antara 2º 49’ 55” - 3º 43’ 38” pada garis Lintang Selatan dan 114º 30’ 20” hingga 115º 35’ 37” pada Bujur Timur. Dan terbagi menjadi 19 kecamatan, dengan 290 desa/kelurahan.

Ketinggian wilayah kabupaten ini berkisar antara 0 – 1.878 meter dari permukaan laut. Ketinggian ini merupakan salah satu faktor yang menentukan letak kegiatan penduduk, maka ketinggian juga dipakai sebagai penentuan batas wilayah tanah usaha, dimana 35 % berada di ketinggian 0-7 m dpl, 55,54 % ada pada ketinggian 50-300 m dpl, sisanya 9,45 % lebih dari 300 m dpl.

Rendahnya letak Kabupaten Banjar dari permukaan laut menyebabkan aliran air pada permukaan tanah menjadi kurang lancar. Akibatnya sebagian wilayah selalu tergenang (29,93%) sebagian lagi (0,58%) tergenang secara periodik.

Pada umumnya tanah di wilayah ini bertekstur halus (77,62%) yaitu meliputi tanah liat, berlempung, berpasir dan berdebu, sementara 14,93% bertekstur sedang yaitu jenis lempung, berdebu, liat berpasir, sisanya 5,39 % bertekstur kasar yaitu pasir berlempung, pasir berdebu.

Kedalaman tanah yang efektif bagi akar untuk leluasa ambil air bagi tumbuhnya tanaman, di wilayah ini pada umumnya (66,45%) lebih dari 90 cm, sementara kedalaman 60-90 cm meliputi 18,72 %, dan 30-60 cm hanya 14,83 %.

Suhu udara di suatu tempat ditentukan oleh tinggi rendahnya tempat terhadap permukaan laut dan jaraknya dari pantai. Berdasarkan pemantauan Badan Meteorologi dan Geofisika Banjarbaru pada tahun 2011, suhu udara di Kabupaten Banjar rata-rata berkisar antara 18,1oC sampai 33,3oC. Suhu udara maksimum terjadi pada bulan Mei (33,3oC) dan suhu minimum terjadi pada bulan November (18,1oC). Selain itu, sebagai daerah tropis maka kelembaban udara relatif tinggi dengan rata-rata berkisar antara 72,0 % sampai 94,0 %, dengan kelembaban maksimum pada bulan Februari, sedangkan kelembaban minimum terjadi pada bulan April.

Curah hujan di suatu tempat dipengaruhi oleh keadaan iklim, keadaan topographi dan perputaran/pertemuan arus udara. Rata-rata curah hujan selama tahun 2011 tercatat rata-rata 207,8 mm, dengan jumlah terendah terjadi pada bulan Agustus (14,9 mm) dan tertinggi terjadi pada bulan Desember (570,3). Rata-rata jumlah hari hujan sebanyak 16 dengan jumlah hari hujan terbanyak pada bulan Desember (28 hari), sebaliknya jumlah hari hujan terendah pada bulan Juli (3 hari).

Antara curah hujan dan keadaan angin biasanya ada hubungan erat satu sama lain. Walaupun demikian, tidak semuanya terjadi hubungan yang demikian. Keadaan angin pada musim hujan biasanya lebih kencang dan angin bertiup dari barat dan barat laut. Oleh karena itu musim tersebut dikenal dengan sebutan musim barat. Pada musim kemarau angin timur bertiup dari benua Australia, keadaan angin pada saat itu bisa juga kencang, Pada tahun 2010 kecepatan angin yang terjadi ratarata sebesar 3,4 knots per bulan.

Penggunaan lahan dibagi menjadi lahan untuk bangunan dan halaman, tegal/kebun/ladang/huma, padang rumput, lahan yang sementara tidak diusahakan, lahan untuk ditanami pohon hutan rakyat, dan hutan negara, perkebunan, rawa-rawa yang tidak ditanami, serta tambak, kolam/tebet/empang.

Tanah bukan sawah menurutpenggunaan di Kabupaten Banjarseperti tersebut di atas berjumlah seluas 395.774 Ha, sementara yang digunakan untuk sawah seluas 71.076 Ha, dari jumlah tersebut seluas 7.276 Ha merupakan tanah sawah yang sementara tidak diusahakan. Jumlah produksi padi sawah lebih tinggi dibanding padi ladang yaitu sebesar 220.633 ton dibanding 24.173 ton, ini karena selain luas tanam dan panen padi ladang cuma hampir 1/6 padi sawah saja, di samping itu produksi rata-rata padi sawah juga lebih tinggi dibanding padi ladang yaitu 39.18 Kw/Ha dibanding 27.85 Kw/Ha. Produksi ini untuk padi sawah mengalami peningkatan sebesar 3,15 % dan padi ladang mengalami penurunan sebesar 5,5% Jika dibandingkan dengan tahun 2010.

Jika dilihat per kecamatan maka luas tanam, produksi serta rata-rata produksi padi sawah dan padi ladang terbesar ada di kecamatan Gambut. Sedangkan produksi palawija yang terbesar dihasilkan dari produksi kacang tanah sebesar 5.384 Ton.

Data yang berasal dari Dinas Perikanan dan Kelautan Kabupaten Banjar mengenai produksi penangkapan perikanan dimana produksi ikan terbesar adalah di kecamatan Martapura dengan nilai produksi 11.231,3 Ton.

Data dari Dinas Pertanian, Perkebunan, dan Peternakan Kabupaten Banjar tentang ternak, baik jumlah maupun produksinya tercatat untuk tahun 2011 ada 21.532 ekor, dengan rincian 17.533 ekor sapi, 3 955 ekor kerbau, dan 44 ekor kuda. Secara keseluruhan Sedang ternak kecil yang tercatat adalah kambing dengan jumlah 10.716 ekor.

Jumlah produksi telur (ayam ras, buras dan itik) mencapai 6.784.823 kg, produksi susu berjumlah 84.425 liter, daging (sapi, kerbau, kambing/domba, ayam pedaging, ayam buras dan itik) 4.188.963 kg. Jumlah unggas yang terdiri dari ayam ras petelur, ayam ras pedaging, ayam buras dan Itik berjumlah 15.254.047 ekor, sementara untuk aneka ternak yaitu kelinci 130 ekor, dan burung puyuh 52.720 ekor. Jumlah ternak yang dipotong di rumah potong hewan mencapai 1.014 ekor yaitu 895 ekor sapi, 119 ekor kambing.

**Contoh hasil analisis tahun 2013-tahap I.**

**A. Pola Pangan Harapan di Kabupaten Banjar**

Berdasarkan rekomendasi Widya Karya Nasional Pangan Gizi (WKNPG) VIII tahun 2004 PPH tahun 2000 adalah dengan total energi 2000 kkal dan 52 gram protein gr/kap/hari, dicukupi sekurang-kurangnya 20 % protein hewani dan 80 % protein nabati.

Untuk ukuran Indonesia, mengkonsumsi energi dari pangan hewani tidak perlu sebesar 20%. Sehingga DPP perlu dimodifikasikan sesuai kondisi Indonesia. DPP tersebut diterjemahkan dalam suatu susunan pola pangan yang disebut Pola Pangan Harapan (PPH).

PPH diartikan sebagai susunan beragam pangan atau kelompok pangan yang didasarkan atas proporsi sumbangan energinya terhadap total energi yang mampu mencukupi kebutuhan konsumsi pangan dan gizi penduduk, baik dalam jumlah, kualitas maupun keragamannya, dengan mempertimbangkan segi-segi social, ekonomi, budaya, agama dan citarasa.

Tingkat konsumsi energi di Kabupaten Banjar sebesar 1.158 kkal/kap/hari. Nilai idealnya adalah 2000 kkal/kap/hari. Desa Bawahan Pasar sebesar 1.344 kkal/kap/hari, Desa Mandikapau Timur sebesar 1.091 kkal/kap/hari, Desa Sungai Besar yang terendah sebesar 844 kkal/kap/hari, Desa Tungkaran senilai 1.198 kkal/kap/hari, Desa Bincau Muara sebesar 1.016 kkal/kap/hari dan yang terakhir serta mempunya nilai tertinggi Desa Keladan Baru sebesar 1.454 kkal/kap/hari.

Tingkat konsumsi protein di Kabupaten Banjar sebesar 36,2 g/kap/hari. Dimana angka idealnya sebesar 52/g/kap/hari. Desa Bawahan Pasar mempunyai tingkat konsumsi protein sebesar 48,2 g/kap/hari. Sedangkan yang terendah pada Desa Sungai Besar adalah 24,0 g/kap/hari.

**B. Analisis Situasi Konsumsi Pangan di Kabupaten Banjar**

Skor PPH di Kabupaten Banjar, yang ditampilkan berdasarkan kegiatan pemantauan konsumsi pangan secara mandiri di desa pelaksana P2KP pada tahap I (pertama) secara umum PPH Kabupaten Banjar pada tahun 2013 ini adalah 63,2, dengan konsumsi energi sebesar 1.158 (57,9 % AKE), hal ini menunjukkan bahwa konsumsi belum berimbang. Konsumsi padi-padian sebesar 656,8 kal (seharusnya 1.000 kal), umbi-umbian 57,1 kal (seharusnya 120 kal), Pangan hewani 168,8 kal (seharusnya 240 kal), minyak dan lemak 119,7 (seharusnya 200 kal), buah/biji berminyak 6,3 (seharusnya 60 kal), kacang-kacangan 45,3 kal (seharusnya 100 kal), gula 20,6 kal (seharusnya 100 kal), sayur dan buah 81,0 kal (seharusnya 120 kal).

Konsumsi energi (kkal/kap/hari) pada tahun 2012 apabila dibandingkan dengan tahun 2013, maka padi-padian naik dari 608,1 menjadi 656,8 kkal/kap/hari, umbi-umbian naik dari 40,3 menjadi 57,1 kkal/kap/hari, pangan hewani turun dari 360,6 menjadi 168,8 kkal/kap/hari, minyak dan lemak turun dari 368,3 menjadi 119,7 kkal/kap/hari, buah/biji berminyak turun dari 38,7 menjadi 6,3 kkal/kap/hari, kacang-kacangan turun dari 83,3 menjadi 45,3 kkal/kap/hari, gula turun dari 54,0 menjadi 20,6 kkal/kap/hari, sayur dan buah turun dari 141,9 menjadi 81,0 kkal/kap/hari.

Rekap situasi konsumsi pangan wilayah di Kabupaten Banjar pada tahun 2013, konsumsi energi 1.158 kkal/kap/hari, dengan tingkat kecukupan energi sebesar 57,9 % AKE, protein 36,2 g/kap/hari, tingkat kecukupan protein 69,6 % AKP.

**C. Frekuensi Konsumsi Kelompok Pangan Di Kabupaten Banjar Tahun 2013**

Berdasarkan Grafik di atas dapat dijelaskan bahwa frekuensi atau jumlah rumah tangga yang mengkonsumsi sayuran sudah cukup tinggi, dimana hampir semua rumah tangga sampel di semua desa mengkonsumsi sayuran di atas 10 kali dalam lima hari dengan kisaran rata-rata sebesar 60 % dengan posisi tertinggi pada desa Bawahan Pasar dan terendah di Desa Mandi Kapau Timur dengan rata-rata frekuensi konsumsi sayuran di tingkat Kabupaten sebesar 48 %.

Berdasarkan Grafik di atas dapat dijelaskan bahwa frekuensi atau jumlah rumah tangga yang mengkonsumsi umbi-umbian sangat rendah, dimana hampir semua rumah tangga sampel di semua desa mengkonsumsi umbi-umbian 6-10 kali dalam lima hari dengan kisaran hanya rata-rata sebesar 8 % dengan posisi tertinggi pada desa Bawahan Pasar dan terendah di Desa Mandi Kapau Timur dan Desa Bincau Muara yang sama sekali tidak mengkonsumsi umbi-umbian pada lima hari terakhir pengambilan sampel, sedangkan rata-rata frekuensi konsumsi umbi-umbian di tingkat Kabupaten sebesar 10 %. Dengan demikian bisa ditarik kesimpulan bahwa masyarakat di Kabupaten Banjar sangat kurang dalam mengkonsumsi umbi-umbian meskipun potensinya cukup banyak, akan tetapi faktor kebiasaan untuk mengkonsumsi umbi-umbian sangat rendah hampir secara keseluruhan dari enam desa sampel mengkonsumsi umbi-umbian dengan frekuensi rata-rata sebesar 70 % kurang dari 3 kali selama 5 hari dalam mengkonsumsi umbi-umbian.

Berdasarkan Grafik di atas dapat dijelaskan bahwa frekuensi atau jumlah rumah tangga yang mengkonsumsi Kacang-kacangan sangat rendah, dimana hampir semua rumah tangga sampel di semua desa mengkonsumsi kacang-kacangan dalam lima hari sebanyak 3-5 kali dengan posisi tertinggi pengkonsumsi kacang-kacangan pada desa Bincau Muara yaitu sebesar 80 % mengkonsumsi kacang-kacangan dengan frekuensi 3-5 kali dalam 5 hari dan terendah di Desa Bawahan Pasar yang hanya mengkonsumsi kacang-kacangan sebanyak 15% pada lima hari terakhir pengambilan sampel, sedangkan rata-rata frekuensi konsumsi kacang-kacangan di tingkat Kabupaten sebesar 48 % yang mengkonsumsi kacang-kacangan 3-5 kali dalam 5 hari. Dengan demikian bisa disimpulkan bahwa masyarakat di Kabupaten Banjar sangat kurang dalam mengkonsumsi kacang-kacangan meskipun potensi dan produksi kacang-kacangan sangat tinggi di kabupaten ini, akan tetapi faktor kebiasaan untuk mengkonsumsi kacang-kacangan sangat rendah hampir secara keseluruhan dari enam desa sampel mengkonsumsi kacang-kacangan dengan frekuensi rata-rata sebesar 50 % yang mengkonsumsi kacang-kacangan sebanyak 3-5 kali dalam kurun waktu 5 hari dan kurang dari 3 kali selama 5 hari dalam mengkonsumsi kacang-kacangan sebesar 40%.

Berdasarkan Grafik di atas dapat dijelaskan bahwa frekuensi atau jumlah rumah tangga yang mengkonsumsi Buah-buahan sangat rendah, dimana hampir semua rumah tangga sampel di semua desa mengkonsumsi buah-buahan dalam lima hari sebanyak 0-5 kali dengan posisi tertinggi pengkonsumsi Buah-buahan pada desa Bincau Muara yaitu sebesar 55% mengkonsumsi Buah-buahan dengan frekuensi 3-5 kali dalam 5 hari dan terendah di Desa Mandi Kapau Timur yang hanya mengkonsumsi buah-buahan kurang dari 3 kali pada 5 hari terakhir pengambilan sampel, sedangkan rata-rata frekuensi konsumsi buah-buahan di tingkat Kabupaten sebesar 35% yang mengkonsumsi buah-buahan sebanyak 3-5 kali dalam 5 hari. Dengan demikian bisa disimpulkan bahwa masyarakat di Kabupaten Banjar sangat kurang dalam mengkonsumsi buah-buahan meskipun potensi dan produksi buah-buahan sangat tinggi di kabupaten ini terutama pisang dan pepaya, akan tetapi faktor kebiasaan untuk mengkonsumsi buah-buahan sangat rendah hampir secara keseluruhan dari enam desa sampel mengkonsumsi buah-buahan dengan frekuensi rata-rata sebesar 30% yang mengkonsumsi buah-buahan sebanyak 3-5 kali dalam kurun waktu 5 hari dan kurang dari 3 kali selama 5 hari dalam mengkonsumsi buah-buahan sebesar 60% dan bahkan ada 1 desa yang 100% mengkonsumsi buah-buahan kurang dari 3 kali dalam kurun waktu 5 hari.

Berdasarkan Grafik di atas dapat dijelaskan bahwa frekuensi atau jumlah rumah tangga yang mengkonsumsi pangan hewani cukup tinggi, dimana hampir semua rumah tangga sampel di semua desa mengkonsumsi pangan hewani dalam lima hari sebanyak lebih dari 10 kali dengan posisi tertinggi pengkonsumsi pangan hewani pada desa Keladan Baru yaitu sebesar 90% mengkonsumsi pangan hewani dengan frekuensi di atas 10 kali dalam 5 hari dan 6-10 kali sebesar 10%, sedangkan terendah di Desa Bawahan Pasar yang hanya mengkonsumsi pangan hewani lebih dari 10 kali pada 5 hari terakhir pengambilan sampel yaitu sebesar 25% dan 75% pada kisaran 6-10 kali mengkonsumsi pangan hewani selama 5 hari terakhir, sedangkan rata-rata frekuensi konsumsi pangan hewani di tingkat Kabupaten sebesar 50% yang mengkonsumsi pangan hewani lebih dari 10 kali dalam 5 hari. Dengan demikian bisa disimpulkan bahwa masyarakat di Kabupaten Banjar sangat tinggi dalam mengkonsumsi pangan hewani sedangkan potensi dan produksi pangan hewani sangat tinggi di kabupaten ini terutama konsumsi ikan, dan faktor kebiasaan untuk mengkonsumsi pangan hewani cukup tinggi secara keseluruhan dari enam desa sampel mengkonsumsi pangan hewani dengan frekuensi rata-rata sebesar 50% yang mengkonsumsi pangan hewani lebih dari 10 kali dalam kurun waktu 5 hari dan kurang dari 3 kali selama 5 hari dalam mengkonsumsi pangan hewani sebesar 20% pada 1 desa yaitu Desa Mandi Kapau Timur.