

BUKU AJAR

EKOLOGI GIZI

Dr. Agus Triwinarto, SKM., M.KM



Jl. Letjend Ibrahim Adjie No 180 Sindang Barang Bogor Barat
Phone :0251-8327396
Mobile : 0852-1670-1658/0812-9581-9088
Email : wijayahusada@gmail.com
Website :www.wijayahusada.com

Bahan Ajar Ekologi Gizi

Penulis : Dr. Agus Triwinarto, SKM., M.KM

Editor : Normaliasari, S.Kom

Penyunting : Annisa Dwi Yuniastari, SKM., M.Kes

Penerbit : STIKes Wijaya Husada Bogor

Redaksi : Jl. Letjend Ibrahim Adjie No. 180, Sindang Barang, Bogor

Telp. (0251) 8327396

Email : wijayahusadaakd@gmail.com

Cetakan Pertama, 2018

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun tanpa ijin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Rasa syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan kasih dan berkat karunia-Nya sehingga buku ini dapat diselesaikan.

Penyusunan buku ajar ini merupakan salah satu upaya Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat STIKES Wijaya Husada Bogor dalam meningkatkan kualitas proses pembelajaran sehingga lebih baik, sehingga mudah dipahami untuk melengkapi materi yang berkaitan dengan Ekologi Gizi.

Dalam penyusunan buku ini, kami banyak dibantu oleh teman seprofesi baik dalam lingkungan kampus Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat STIKES Wijaya Husada Bogor maupun dari pihak luar. Buku ini sudah direview oleh kelompok dosen sesuai rumpun ilmu. Kami mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIKES Wijaya Husada Bogor beserta seluruh karyawan dan staf dosen Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat STIKES Wijaya Husada Bogor, yang telah memberikan dukungan sehingga buku ini dapat tersusun.

Buku ini masih jauh dari sempurna. Untuk itu saran yang membangun sangat kami harapkan guna perbaikan buku ini.

Akhir kata, berbagai saran dan kritik yang membangun akan selalu penulis harapkan.

Bogor, Juni 2018

Penyusun

DAFTAR ISI

COVER BUKU	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	iv
BAB I Ekologi Pangan Dan Gizi.....	1
BAB II Permasalahan Dalam Bidang Pangan Dan Gizi.....	5
A. Jenis Permasalahan Pangan.....	5
B. Jenis-jenis Masalah Gizi Makro dan Mikro	5
C. Determinan Masalah Pangan.....	6
D. Determinan Masalah Gizi.....	9
BAB III Program Pangan Dan Gizi	11
A. Latar Belakang	11
B. Pengertian Gizi	11
C. Pengertian Ilmu Gizi	12
D. Fungsi dari Gizi.....	12
E. Gizi dalam Kesehatan Masyarakat	13
F. Definisi Status Gizi.....	14
G. Indikator Status Gizi.....	14
H. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Seseorang	14
I. Akibat Yang Ditimbulkan Karena Gizi Salah (Malnutrisi)	15
J. Cara Perbaikan Status Gizi.....	16
K. Penanggulangan Masalah Gizi	17
L. Penilaian Status Gizi Secara Langsung.....	18
M. Penilaian Gizi Secara Tidak Langsung	20
N. Permasalahan Gizi Masyarakat	20
O. Program Perbaikan Gizi Dan Kesehatan Masa Depan.....	22
BAB IV Ekonomi Dalam Bidang Pangan Dan Gizi.....	24
A. Pengertian Ekonomi, Pangan dan Gizi.....	24
B. Konsep Pangan dan Gizi	25
C. Ruang Lingkup Ilmu Gizi	25
D. Klasifikasi Pangan dan Gizi	26
E. Ekonomi Pangan dan Gizi dari Sisi Kesehatan.....	26

BAB V	Konsumsi Pangan Dan Gizi.....	28
	A. Keragaman Pangan.....	29
	B. Keamanan Pangan	30
	C. Mutu Gizi	31
	D. Konsumsi pangan individu.....	31
	E. Konsumsi pangan keluarga	31
	F. Konsumsi pangan masyarakat.....	32
BAB VI	Konsep Keamanan Pangan Dan Gizi	34
	A. Keamanan Pangan Secara Umum	34
	B. Pengertian Keamanan Pangan	36
	C. Keamanan Pangan Jajanan Sekolah	37
	D. Hubungan Keamanan Pangan dengan Gizi Kesmas	39
BAB VII	Diversifikasi Pangan	41
	A. Pangan	42
	B. Deversifikasi Pangan.....	42
	C. Ketahanan Pangan	44
	D. Manfaat Diversikasi Pangan.....	44
	E. Faktor yang Mempengaruhi Diversifikasi Pangan.....	45
	F. Hambatan Dalam Diversifikasi Pangan	45
	G. Upaya Percepatan Diversifikasi Pangan	46
	H. Kelompok Sasaran Diversifikasi Pangan	48
BAB VIII	Konsep Pola Pangan Harapan	49
	A. Cara Perhitungan	50
	B. Bahan Pola Pangan Harapan	51
	C. Bobot setiap kelompok pangan	52
	D. Pola Pangan Harapan di Provinsi Bengkulu	52
BAB IX	Konsep Neraca Bahan Makanan	58
	A. Pengertian Neraca Bahan Makanan (NBM).....	58
	B. Perkembangan NBM Di Indonesia	59
	C. Kegunaan NBM.....	59
	D. Konsep Dan Definisi dalam NBM	60
	E. Syarat-syarat Penyusunan NBM	64
BAB X	Konsep Sistem Ketahanan Pangan.....	69
	A. Definisi Ketahanan Pangan	69

B. Tujuan Pembangunan Ketahanan Pangan	81
C. Strategi Dalam Upaya Pembangunan Ketahanan Pangan.....	81
D. Subsistem Ketahanan Pangan.....	82
E. Pengaruh Ketahanan Pangan Terhadap Gizi Kesmas	84
BAB XI Sistem Kewaspadaan Pangan Dan Gizi (SKPG).....	86
A. Tujuan SKPG	86
B. Manfaat SKPG	86
C. Indikator SKPG	87
D. Ruang Lingkup.....	88
E. Kewenangan Daerah Dalam Pelaksanaan SKPG.....	88
F. Pelaksanaan	88
G. Pengolahan Dan Analisis Data.....	89
H. Pelaporan Dan Evaluasi	90
I. Pengorganisasian Tim SKPG	91
BAB XII Analisis Artikel	92
A. Hasil	92
DAFTAR PUSTAKA.....	95

DAFTAR TABEL

1. Kelompok Bahan Pangan.....	51
2. Pola Pangan Harapan Provinsi Bengkulu Tahun 2011	53
3. Proyeksi Kebutuhan Konsumsi Pangan Provinsi Bengkulu Tahun 2011	54
4. Situasi Konsumsi dan Keragaman Aktual Provinsi Bengkulu Tahun 2011	55

EKOLOGI PANGAN DAN GIZI

Ekologi pangan adalah ilmu yang mempelajari berbagai aspek lingkungan yang terkait dengan pangan dan gizi untuk kesehatan masyarakat.

Tujuan dari ekologi pangan dan gizi adalah agar dapat mengetahui berbagai hubungan dan masalah antar variabel yang berkaitan dengan penyediaan pangan, sosio ekonomi dan budaya pangan, konsumsi gizi, penggunaan zat gizi dalam tubuh, status gizi dan status kesehatan masyarakat, serta upaya peningkatan gizi masyarakat.

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi adalah :

- Faktor External : pendapatan, pendidikan, pekerjaan, budaya.
- Faktor Internal : usia, kondisi fisik, infeksi.

Dampak Ketersediaan Pangan Terhadap Gizi :

- 1.
2. Komponen ketersediaan pangan meliputi kemampuan produksi, cadangan, maupun impor pangan setelah dikoreksi dengan ekspor dan berbagai penggunaan seperti untuk bibit, pakan industri makanan/non pangan yang tercecer. Komponen produksi pangan dapat dipenuhi dari produksi pertanian dan atau industri pangan.

Ketersediaan pangan bergantung pada :

1. Cukupnya lahan untuk menanam tanaman pangan.
2. Penduduk untuk menyediakan tenaga.
3. Uang untuk menyediakan modal pertanian yang dibutuhkan.
4. Tenaga ahli yang trampil untuk membantu meningkatkan hasil produksi maupun pertanian, distribusi merata.

Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi pangan secara umum :

1. Jenis dan banyaknya pangan yang diperlukan dan tersedia.

PERMASALAHAN DALAM BIDANG PANGAN DAN GIZI

Jenis Permasalahan Pangan

Permasalahan pangan didefinisikan sebagai suatu kondisi ketidakmampuan untuk memperoleh pangan yang cukup dan sesuai untuk hidup sehat dan beraktivitas dengan baik untuk sementara waktu dalam jangka panjang. Ada dua jenis permasalahan pangan, yaitu yang bersifat kronis dan bersifat sementara.

Permasalahan pangan kronis merupakan kondisi kurang pangan (untuk tingkat rumah tangga berarti kepemilikan pangan lebih sedikit daripada kebutuhan dan untuk tingkat individu konsumsi pangan lebih rendah dari pada kebutuhan biologis) yang terjadi sepanjang waktu.

Sedangkan permasalahan pangan kronis mencakup permasalahan pangan musiman. Permasalahan ini terjadi karena adanya keterbatasan ketersediaan pangan oleh rumah tangga, terutama masyarakat yang berada di pedesaan.

Jenis-jenis Masalah Gizi Makro dan Mikro

Secara umum di Indonesia terdapat dua masalah gizi utama yaitu kurang gizi makro dan kurang gizi mikro. Kurang gizi makro pada dasarnya merupakan gangguan kesehatan yang disebabkan oleh kekurangan asupan energi dan protein. Masalah gizi makro adalah masalah gizi yang utamanya disebabkan ketidakseimbangan antara kebutuhan dan asupan energi dan protein. Kekurangan zat gizi makro (kekurangan atau ketidak seimbangan asupan energi dan protein) umumnya disertai dengan kekurangan zat gizi mikro (vitamin dan mineral).

Sumber daya manusia merupakan syarat mutlak menuju pembangunan disegala bidang. Status gizi merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia terutama terkait dengan kecerdasan, produktivitas, dan kreativitas sumber daya manusia. Sementara itu, di Indonesia masih menghadapi empat masalah gizi utama yaitu kurang kalori protein dan obesitas (masalah gizi ganda), kurang Vitamin A, gangguan akibat kurang iodine (GAKI), anemia zat besi.

Kurang kalori protein adalah keadaan kurang gizi yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi zat energi dan zat protein dalam makanan sehari-hari sehingga tidak memenuhi Angka

PROGRAM PANGAN DAN GIZI

Latar Belakang

Keadaan gizi dan kesehatan masyarakat tergantung pada tingkat konsumsi, Dewasa ini Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yakni masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan (sanitasi), kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan, dan adanya daerah miskin gizi (iodium). Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu yang disertai dengan minimnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang, dan kesehatan. Dengan demikian, sebaiknya masyarakat meningkatkan perhatian terhadap kesehatan guna mencegah terjadinya gizi salah (malnutrisi) dan risiko untuk menjadi kurang gizi.

Tingginya angka kematian ini juga dampak dari kekurangan gizi pada penduduk. Mulai dari bayi dilahirkan, masalahnya sudah mulai muncul, yaitu dengan banyaknya bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR < 2.5 Kg). Masalah ini berlanjut dengan tingginya masalah gizi kurang pada balita, anak usia sekolah, remaja, dewasa sampai dengan usia lanjut.

Masalah gizi pada hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Penyebab timbulnya masalah gizi adalah multifaktor, oleh karena itu pendekatan penanggulangannya harus melibatkan berbagai sektor yang terkait.

Suatu penyakit timbul karena tidak seimbangnya berbagai faktor, baik dari sumber penyakit (agens), pejamu (host) dan lingkungan (environment). Hal itu disebut juga dengan istilah penyebab majemuk (multiple causation of diseases) sebagai lawan dari penyebab tunggal (single causation).

Pengertian Gizi

Secara etimologi, kata “gizi” berasal dari bahasa Arab “ghidza”, yang berarti “makanan”. Menurut dialek Mesir, “ghidza” dibaca “ghizi”.

Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran

EKONOMI DALAM BIDANG PANGAN DAN GIZI

Pengertian Ekonomi, Pangan dan Gizi

A. Pengertian Ekonomi

Ekonomi merupakan salah satu ilmu social yang mempelajari aktivitas manusia yang berhubungan dengan produksi, distribusi, pertukaran, dan konsumsi barang dan jasa. Istilah Ekonomi sendiri berasal dari bahasa Yunani yaitu oikos=keluarga atau rumah tangga, nomos=peraturan atau hukum. Ilmu Ekonomi adalah ilmu mempelajari perilaku individu dan masyarakat dalam menentukan pilihan untuk menggunakan sumber daya yang langka dengan atau tanpa uang dalam meningkatkan kualitas hidupnya.

B. Pengertian pangan

Pangan adalah istilah umum untuk semua bahan makanan yang dapat dijadikan makanan. Makanan adalah bahan selain obat yang mengandung zat-zat gizi dan unsur-unsur ikatan kimia yang dapat diubah menjadi zat gizi oleh tubuh, yang berguna bila dimasukkan ke dalam tubuh.

C. Pengertian Gizi

Kata 'gizi' berasal dari bahasa Arab 'ghidza' yang berarti makanan. Menurut dialek Mesir, ghidza dibaca ghizi. Selain itu sebagian orang menterjemahkan kata gizi dari bahasa Inggris nutrition menjadi nutrisi. Namun yang resmi, baik dalam dokumen maupun aturan pemerintah digunakan kata gizi. Berdasarkan kamus umum bahasa Indonesia Badudu-Zain, nutrisi lebih mengacu pada makanan ternak. WHO mengartikan ilmu gizi sebagai ilmu yang mempelajari proses yang terjadi pada organisme hidup. Proses tersebut mencakup pengambilan dan pengolahan zat padat dan cair dari makanan (proses pencernaan, transport dan ekskresi) yang dipergunakan untuk memelihara kehidupan, pertumbuhan, berfungsinya organ tubuh dan menghasilkan energi.

Zat Gizi (Nutrients) adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan serta mengatur proses-proses kehidupan.

KONSUMSI PANGAN DAN GIZI

Konsumsi pangan merupakan banyaknya atau jumlah pangan, secara tunggal maupun beragam, yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan fisiologis, psikologis dan sosiologis. Tujuan fisiologis adalah upaya untuk memenuhi keinginan makan (rasa lapar) atau untuk memperoleh zat-zat gizi yang diperlukan tubuh. Tujuan psikologis adalah untuk memenuhi kepuasan emosional atau selera, sedangkan tujuan sosiologis adalah untuk memelihara hubungan manusia dalam keluarga dan masyarakat (Sedioetama 1996).

Konsumsi pangan merupakan faktor utama untuk memenuhi kebutuhan gizi yang selanjutnya bertindak menyediakan energy bagi tubuh, mengatur proses metabolisme, memperbaiki jaringan tubuh serta untuk pertumbuhan (Harper *et al.* 1986).

Ditinjau dari kebutuhan rata-rata kalori dan protein penduduk Indonesia sebesar 2.100 Kalori dan 46 gram protein per jiwa per hari maka nampak bahwa rata-rata keperluan kalori telah terpenuhi dan kebutuhan protein hampir tercapai. Akan tetapi pola konsumsi di sementara daerah dan kelompok masyarakat masih menunjukkan kekurangan kalori dan protein.

Pada umumnya sebagian besar dari pendapatan penduduk Indonesia masih digunakan untuk memenuhi kebutuhan pangan. Lagi pula sebagian besar penduduk Indonesia terdiri dari petani-petani produsen pangan. Karena kedua hal itu maka setiap perubahan harga pangan akan mempunyai pengaruh terhadap tingkat kesejahteraan masyarakat. Gejolak harga pangan akan menimbulkan kerisauan pada sebagian besar masyarakat, baik di kota maupun di pedesaan, dan peningkatan harga yang tidak terkendalikan akan dapat menimbulkan gangguan terhadap kelancaran kegiatan pembangunan. Jadi jelaslah bahwa pangan mempunyai peranan yang sangat penting dalam rangka usaha tercapainya sasaran-sasaran pembangunan.

Usaha mencukupi kebutuhan pangan dan gizi memerlukan langkah-langkah yang menyeluruh dan merupakan bagian dari kebulatan kebijaksanaan dan langkah pembangunan nasional. Oleh karena itu penanganannya memerlukan usaha terpadu dari berbagai bidang terutama bidang kesehatan, pertanian, industri, pendidikan, penerangan, perdagangan, kependudukan dan lingkungan hidup.

Secara alami, komposisi zat gizi setiap jenis makanan memiliki keunggulan dan kelemahan tertentu. Beberapa makanan mengandung tinggi karbohidrat tetapi kurang vitamin dan mineral.

KONSEP KEAMANAN PANGAN DAN GIZI

Keamanan Pangan Secara Umum

Pangan merupakan kebutuhan alamiah manusia, seiring dengan kemajuan teknologi manusia cenderung menyukai hal-hal yang praktis termasuk dalam memilih makanan sehingga banyak kita temui produk-produk makanan instan dimana-mana baik yang diproduksi oleh perusahaan atau yang dibuat oleh rumah tangga.

Makanan dikatakan aman bila tidak mengandung bahan-bahan berbahaya. pertama bahaya biologis, yaitu makanan yang tercemar oleh mikroba, virus, parasit, bakteri, kapang, binatang pengerat, serangga, lalat kokoak dan lain-lain, kedua bahaya Kimiawi karena mengandung cemaran bahan kimia 1) bahan yang tidak disengaja seperti cairan pembersih, pestisida, cat, komponen kimia dari peralatan/kemasan yang lepas dan masuk ke dalam pangan, 2) bahan yang disengaja yaitu bahan tambahan pangan yang berlebihan atau tidak memenuhi aturan yang ditetapkan oleh pemerintah seperti pewarna, pemanis, pengawet penyedap dan lain-lain. Bahan berbahaya (formalin, borax, bahan pewarna / pengawat yang bukan untuk makanan. ketiga adalah bahaya fisik karena cemaran benda asing seperti tanah, rambut, bulu, kuku, kerikil, isi staples dll.

Cara produksi pangan industri maupun rumah tangga yang baik merupakan salah satu faktor yang penting untuk memenuhi standart mutu dan persyaratan keamanan pangan dan sangat berguna bagi kelangsungan hidup bagi industri serta rumah tangga. Melalui cara produksi pangan yang baik dapat menghasilkan pangan yang bermutu dan aman untuk dikonsumsi selanjutnya oleh konsumen.

Keamanan pangan merupakan syarat penting yang harus melekat pada pangan yang hendak dikonsumsi oleh semua masyarakat. Pangan yang bermutu dan aman dapat dihasilkan dari dapur rumah tangga maupun dari industri pangan. Oleh karena itu industri pangan adalah salah satu faktor penentu beredarnya pangan yang memenuhi standar mutu dan keamanan yang telah ditetapkan oleh pemerintah.

Keamanan pangan bukan hanya merupakan isu dunia tapi juga menyangkut kepedulian individu. Jaminan akan keamanan pangan adalah merupakan hak asasi konsumen. Pangan termasuk kebutuhan dasar terpenting dan sangat esensial dalam kehidupan manusia. Walaupun

DIVERSIFIKASI PANGAN

Pangan merupakan kebutuhan dasar yang paling esensial bagi manusia untuk mempertahankan hidup dan kehidupan. Pangan sebagai sumber zat gizi (karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air) menjadi landasan utama manusia untuk mencapai kesehatan dan kesejahteraan sepanjang siklus kehidupan.

Produksi pangan di Asia Tenggara terus meningkat, tetapi banyak penduduknya yang tidak memperoleh makanan, sehingga banyak penduduk yang tetap menderita kelaparan. Kekurangan pangan bukanlah suatu hal yang baru, persoalan baru tentang kekurangan pangan adalah kecenderungan para petani di negara-negara bukan industri beralih ke tanaman perdagangan dan pada saat bersamaan jumlah penduduk yang meningkat secara cepat.

Indonesia sebagai salah satu negara agraris semestinya dapat memenuhi sumber kebutuhan pangannya sendiri. Dengan memanfaatkan semua potensi sumber daya manusia, sumberdaya alam, modal sosial dan pemerintah, seharusnya Indonesia mampu menjadi salah satu negara swasembada pangan, tetapi di beberapa daerah masih terjadi kekurangan pangan. Pangan merupakan masalah yang sangat penting dalam pembangunan, karena jumlah pengeluaran untuk pangan merupakan bagian terbesar dari biaya hidup masyarakat.

Penganekaragaman pangan (diversifikasi pangan) merupakan jalan keluar yang saat ini dianggap paling baik untuk memecahkan masalah dalam pemenuhan kebutuhan pangan. Melalui penataan pola makan yang tidak hanya bergantung pada satu sumber pangan memungkinkan masyarakat dapat menetapkan pangan pilihan sendiri, sehingga dapat membangkitkan ketahanan pangan keluarga masing-masing yang berujung pada peningkatan ketahanan pangan secara nasional.

Konsep penganekaragaman pangan yang dianggap benar adalah upaya untuk meningkatkan mutu gizi makanan keluarga sehari-hari dengan cara menggunakan bahan-bahan makanan yang beragam dan terdapat di daerah yang bersangkutan, sehingga ketergantungan kepada salah satu bahan pangan terutama beras dapat dihindari.

Pangan

Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah, yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi

KONSEP POLA PANGAN HARAPAN

Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan susunan beragam pangan atau kelompok pangan yang didasarkan pada sumbangan energinya baik secara absolute maupun relatif terhadap total energi penyediaan atau konsumsi pangan yang mampu mencukupi kebutuhan konsumsi pangan penduduk baik kuantitas, kualitas maupun keragamannya dengan aspek-aspek sosial, ekonomi, budaya dan cita rasa.

Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan suatu metode yang digunakan untuk menilai jumlah dan komposisi atau ketersediaan pangan. Pola pangan harapan biasanya digunakan untuk perencanaan konsumsi, kebutuhan dan penyediaan pangan wilayah.

Pola Pangan Harapan (PPH) atau Desirable Dietary Pattern adalah beragam pangan atau kelompok pangan yang didasarkan atas sumbangan energi terhadap total energi dari kelompok pangan utama (baik secara absolut maupun relatif) dari suatu pola ketersediaan dan atau konsumsi pangan yang mampu mencukupi kebutuhan konsumsi pangan penduduk secara kualitas, kuantitas maupun keragamannya, dengan mempertimbangkan aspek-aspek sosial ekonomi, budaya, agama dan cita rasa.

Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan jenis dan jumlah kelompok pangan utama yang dianjurkan untuk dikonsumsi guna memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi. Pola Pangan Harapan (PPH) dapat digunakan sebagai ukuran keseimbangan dan keanekaragaman pangan dengan terpenuhi kebutuhan energi dari berbagai kelompok pangan. Sesuai Pola Pangan Harapan (PPH), secara implisit kebutuhan zat gizi juga terpenuhi kecuali untuk zat gizi yang sangat defisit dalam suatu kelompok pangan. Oleh karena itu skor pola konsumsi pangan mencerminkan mutu gizi konsumsi pangan dan tingkat keragaman konsumsi pangan.

Dalam aplikasinya Pola Pangan Harapan (PPH) dikenal dengan pola konsumsi pangan yang Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman atau dikenal dengan istilah menu B2SA. Dengan terpenuhinya kebutuhan energi dari berbagai kelompok pangan sesuai dengan PPH maka secara implisit kebutuhan zat gizi lainnya juga terpenuhi. Oleh karena itu skor PPH mencerminkan mutu gizi konsumsi pangan dan tingkat keragaman konsumsi pangan. Sesuai dengan kegunaannya, makanan dikelompokkan dalam tiga kelompok yaitu makanan sebagai sumber zat tenaga, zat pembangunan dan zat pengatur. Oleh karena itu pangan yang dikonsumsi sehari-hari

KONSEP NERACA BAHAN MAKANAN

Pengadaan pangan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan pangan seluruh penduduk dan sesuai dengan persyaratan gizi, merupakan masalah terbesar sepanjang sejarah kehidupan manusia. Untuk menjawab masalah ini diperlukan informasi mengenai situasi pangan disuatu negara/daerah pada periode tertentu. Hal ini dapat terlihat dari gambaran produksi, pengadaan dan penggunaan pangan serta tingkat ketersediaan untuk konsumsi penduduk per kapita. Salah satu cara untuk memperoleh gambaran situasi pangan dapat disajikan dalam suatu neraca atau tabel yang dikenal dengan nama “Neraca Bahan Makanan”.

Di dalam Neraca Bahan Makanan (NBM) disajikan angka rata-rata jumlah jenis Bahan Makanan yang tersedia untuk dikonsumsi penduduk per kapita pertahun dalam kilogram serta per kapita per hari dalam satuan gram, pada kurun waktu tertentu. Selanjutnya untuk mengetahui nilai gizi Bahan Makanan yang tersedia untuk dikonsumsi tersebut, maka angka ketersediaan pangan untuk konsumsi per kapita per hari diterjemahkan ke dalam satuan energi, protein, dan lemak per kapita per hari.

Pemenuhan penyediaan bahan pangan merupakan faktor penting dalam memenuhi kebutuhan gizi, terutama untuk peningkatan gizi masyarakat. Menurut Departemen Pertanian (2001) angka kecukupan rata-rata energi dan protein untuk penduduk Indonesia masing- masing sebesar 2.200 kalori dan 55 gram protein per kapita per hari, sedangkan angka kecukupan lemak telah direkomendasikan minimal setara dengan 10 % dan maksimal 25 % dari energi (Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi 1993).

Pengertian Neraca Bahan Makanan (NBM)

NBM merupakan tabel yang memuat informasi tentang situasi pengadaan/ penyediaan pangan (*food supply*), dan penggunaan pangan (*food utilization*), hingga ketersediaan pangan untuk dikonsumsi penduduk pada suatu wilayah (negara/propinsi /Kabupaten) dalam suatu kurun waktu tertentu.

Perkembangan NBM Di Indonesia

NERACA BAHAN MAKANAN (NBM)

Pengertian

NBM merupakan tabel yang memuat informasi tentang situasi pengadaan/ penyediaan pangan (*food supply*), dan penggunaan pangan (*food utilization*), hingga ketersediaan pangan untuk dikonsumsi penduduk pada suatu wilayah (negara/provinsi /Kabupaten) dalam suatu kurun waktu tertentu.

Perkembangan NBM Di Indonesia

Di Indonesia, NBM mulai disusun pada tahun 1963 oleh Badan Pusat Statistik (BPS) dengan bantuan ahli dari FAO untuk keperluan intern BPS, Kemudian secara periodik disusun NBM 1971 dan NBM 1972. Selanjutnya berdasarkan instruksi Menteri Pertanian Nomor : 12 /INS/UM/6/1975 tanggal 19 Juni 1975, dibentuk Tim Penyusun NBM Nasional yang beranggotakan unsur-unsur dari instansi Departemen Pertanian dan instansi terkait untuk bersama-sama menyusun buku Pedoman Penyusunan NBM serta menyajikan NBM mulai PELITA I hingga sekarang.

Menyadari bahwa penyajian NBM Nasional terlalu bersifat umum, maka pada tahun 1985 Sekretaris Jenderal Departemen Pertanian atas nama Menteri Pertanian, melalui surat Nomor : RC.220/487/B/II/1985 tanggal 20 Januari 1985 menginstruksikan seluruh kepala Kantor Wilayah Departemen Pertanian untuk mengembangkan Penyusunan NBM Regional/Provinsi dengan membentuk tim Penyusunan NBM Regional/ Provinsi yang bertugas menyusun NBM Regional/Provinsi masing-masing.

Kegunaan NBM

Tabel NBM dapat digunakan untuk :

1. Melakukan evaluasi terhadap pengadaan dan penggunaan pangan
2. Memberikan informasi tentang produksi, pengadaan serta semua perubahan- perubahan yang terjadi,
3. Alat perencanaan di bidang produksi atau pengadaan pangan dan gizi,
4. Merumuskan kebijakan pangan dan Gizi.

KONSEP SISTEM KETAHANAN PANGAN

Definisi Ketahanan Pangan.

Undang-Undang pangan No.7 Tahun 1996: kondisi terpenuhinya kebutuhan pangan bagi rumah tangga yang tercermin dari tersedianya pangan secara cukup, baik dari jumlah maupun mutunya, aman, merata dan terjangkau.

Kondisi ketika semua orang pada setiap saat mempunyai akses secara fisik dan ekonomi untuk memperoleh kebutuhan konsumsinya untuk hidup sehat dan produktif.

Situasi dimana semua rumah tangga mempunyai akses baik fisik maupun ekonomi untuk memperoleh pangan bagi seluruh anggota keluarganya, dimana rumah tangga tidak beresiko mengalami kehilangan kedua akses tersebut.

Keadaan ketika semua orang pada setiap saat mempunyai akses fisik, sosial, dan ekonomi terhadap kecukupan pangan, aman dan bergizi untuk kebutuhan gizi sesuai dengan selera untuk hidup produktif .

Berdasarkan definisi tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa ketahanan pangan memiliki 5 unsur yang harus dipenuhi :

1. Berorientasi pada rumah tangga dan individu.
2. Dimensi waktu setiap saat pangan tersedia dan dapat diakses.
3. Menekankan pada akses pangan rumah tangga dan individu, baik fisik, ekonomi dan sosial.
4. Berorientasi pada pemenuhan gizi.
5. Ditujukan untuk hidup sehat dan produktif.

Di Indonesia sesuai dengan Undang-Undang No. 7 Tahun 1996, pengertian ketahanan pangan adalah kondisi terpenuhinya pangan bagi rumah yang tercermin dari : (1) tersedianya pangan secara cukup, baik jumlah maupun mutunya; (2) aman; (3) merata ; dan (4) terjangkau. Dengan pengertian tersebut, mewujudkan ketahanan pangan dapat lebih dipahami sebagai berikut:

1. Terpenuhinya pangan dengan kondisi ketersediaan yang cukup, diartikan ketersediaan pangan dalam arti luas, mencakup pangan yang berasal dari tanaman, ternak, dan ikan untuk memenuhi kebutuhan atas karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral serta turunannya, yang bermanfaat bagi pertumbuhan kesehatan manusia.

SISTEM KEWASPADAAN PANGAN DAN GIZI (SKPG)

Sistem Kewaspadaan Pangan dan Gizi (SKPG) adalah sistem informasi yang dapat digunakan sebagai alat bagi pemerintah daerah untuk mengetahui situasi pangan dan gizi masyarakat.

SKPG merupakan sistem penyedia informasi situasi pangan dan gizi secara teratur dan terus menerus untuk perumusan kebijakan, perencanaan, penentuan tindakan, dan evaluasi program pangan dan gizi.

Kewaspadaan Pangan dan Gizi diartikan sebagai kesiapan secara terus menerus untuk mengamati, menemukan secara dini dan merespon kemungkinan timbulnya masalah kerawanan pangan dan gizi.

Sistem Kewaspadaan Pangan dan Gizi (SKPG) merupakan suatu sistem pendeteksian dan pengolahan informasi tentang situasi pangan dan gizi yang berjalan terus menerus. Informasi yang dihasilkan menjadi dasar perencanaan, penentuan kebijakan.

Tujuan SKPG

SKPG bertujuan untuk :

1. Membangun/menyediakan data dan informasi situasi pangan yang mempengaruhi status gizi pada skala rumah tangga, wilayah dan nasional.
2. Membangun/menyediakan isyarat dini kemungkinan terjadinya gangguan ketersediaan pangan yang dapat mengakibatkan kerawanan pangan dan gizi.
3. Membangun/menyediakan kebijakan penyediaan kecukupan pangan
4. Membangun / menyediakan kebijakan tindakan penanggulangan kerawanan pangan.
5. Memfasilitasi institusi lintas sektoral maupun swasta dalam menyusun program-program yang mendukung ketahanan pangan.

Manfaat SKPG

1. Bagi Kepala Daerah:

Sebagai dasar menetapkan kebijakan penanggulangan masalah pangan dan gizi dalam:

- Menentukan daerah prioritas.

EKOLOGI PANGAN DAN GIZI

Ekologi pangan adalah ilmu yang mempelajari berbagai aspek lingkungan yang terkait dengan pangan dan gizi untuk kesehatan masyarakat.

Tujuan dari ekologi pangan dan gizi adalah agar dapat mengetahui berbagai hubungan dan masalah antar variabel yang berkaitan dengan penyediaan pangan, sosio ekonomi dan budaya pangan, konsumsi gizi, penggunaan zat gizi dalam tubuh, status gizi dan status kesehatan masyarakat, serta upaya peningkatan gizi masyarakat.

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi adalah :

- Faktor External : pendapatan, pendidikan, pekerjaan, budaya.
- Faktor Internal : usia, kondisi fisik, infeksi.

Dampak Ketersediaan Pangan Terhadap Gizi :

1. Ketersediaan pangan merupakan kondisi penyediaan pangan yang mencakup makanan dan minuman yang berasal dari tanaman, tanah, ikan, serta turunannya bagi penduduk suatu wilayah dalam suatu kurun waktu tertentu. Ketersediaan pangan merupakan suatu sistem yang berjenjang mulai dari Nasional, provinsi, kabupaten/kota, rumah tangga.
2. Komponen ketersediaan pangan meliputi kemampuan produksi, cadangan, maupun impor pangan setelah dikoreksi dengan ekspor dan berbagai penggunaan seperti untuk bibit, pakan industri makanan/non pangan yang tercecer. Komponen produksi pangan dapat dipenuhi dari produksi pertanian dan atau industri pangan.

Ketersediaan pangan bergantung pada :

1. Cukupnya lahan untuk menanam tanaman pangan.
2. Penduduk untuk menyediakan tenaga.
3. Uang untuk menyediakan modal pertanian yang dibutuhkan.
4. Tenaga ahli yang trampil untuk membantu meningkatkan hasil produksi maupun pertanian, distribusi merata.

PERMASALAHAN DALAM BIDANG PANGAN DAN GIZI

Jenis Permasalahan Pangan

Permasalahan pangan didefinisikan sebagai suatu kondisi ketidakmampuan untuk memperoleh pangan yang cukup dan sesuai untuk hidup sehat dan beraktivitas dengan baik untuk sementara waktu dalam jangka panjang. Ada dua jenis permasalahan pangan, yaitu yang bersifat kronis dan bersifat sementara.

Permasalahan pangan kronis merupakan kondisi kurang pangan (untuk tingkat rumah tangga berarti kepemilikan pangan lebih sedikit daripada kebutuhan dan untuk tingkat individu konsumsi pangan lebih rendah dari pada kebutuhan biologis) yang terjadi sepanjang waktu.

Sedangkan permasalahan pangan kronis mencakup permasalahan pangan musiman. Permasalahan ini terjadi karena adanya keterbatasan ketersediaan pangan oleh rumah tangga, terutama masyarakat yang berada di pedesaan.

Jenis-jenis Masalah Gizi Makro dan Mikro

Secara umum di Indonesia terdapat dua masalah gizi utama yaitu kurang gizi makro dan kurang gizi mikro. Kurang gizi makro pada dasarnya merupakan gangguan kesehatan yang disebabkan oleh kekurangan asupan energi dan protein. Masalah gizi makro adalah masalah gizi yang utamanya disebabkan ketidakseimbangan antara kebutuhan dan asupan energi dan protein. Kekurangan zat gizi makro (kekurangan atau ketidak seimbangan asupan energi dan protein) umumnya disertai dengan kekurangan zat gizi mikro (vitamin dan mineral).

Sumber daya manusia merupakan syarat mutlak menuju pembangunan disegala bidang. Status gizi merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia terutama terkait dengan kecerdasan, produktivitas, dan kreativitas sumber daya manusia. Sementara itu, di Indonesia masih menghadapi empat masalah gizi utama yaitu kurang kalori protein dan obesitas (masalah gizi ganda), kurang Vitamin A, gangguan akibat kurang iodine (GAKI), anemia zat besi.

Kurang kalori protein adalah keadaan kurang gizi yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi zat energi dan zat protein dalam makanan sehari-hari sehingga tidak memenuhi Angka

PROGRAM PANGAN DAN GIZI

Latar Belakang

Keadaan gizi dan kesehatan masyarakat tergantung pada tingkat konsumsi, Dewasa ini Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yakni masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan (sanitasi), kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan, dan adanya daerah miskin gizi (iodium). Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu yang disertai dengan minimnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang, dan kesehatan. Dengan demikian, sebaiknya masyarakat meningkatkan perhatian terhadap kesehatan guna mencegah terjadinya gizi salah (malnutrisi) dan risiko untuk menjadi kurang gizi.

Tingginya angka kematian ini juga dampak dari kekurangan gizi pada penduduk. Mulai dari bayi dilahirkan, masalahnya sudah mulai muncul, yaitu dengan banyaknya bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR < 2.5 Kg). Masalah ini berlanjut dengan tingginya masalah gizi kurang pada balita, anak usia sekolah, remaja, dewasa sampai dengan usia lanjut.

Masalah gizi pada hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Penyebab timbulnya masalah gizi adalah multifaktor, oleh karena itu pendekatan penanggulangannya harus melibatkan berbagai sektor yang terkait.

Suatu penyakit timbul karena tidak seimbangnya berbagai faktor, baik dari sumber penyakit (agens), pejamu (host) dan lingkungan (environment). Hal itu disebut juga dengan istilah penyebab majemuk (multiple causation of diseases) sebagai lawan dari peiiyebab tunggal (single causation).

Pengertian Gizi

Secara etimologi, kata “gizi” berasal dari bahasa Arab “ghidza”, yang berarti “makanan”. Menurut dialek Mesir, “ghidza” dibaca “ghizi”.

Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran

EKONOMI DALAM BIDANG PANGAN DAN GIZI

Pengertian Ekonomi, Pangan dan Gizi

A. Pengertian Ekonomi

Ekonomi merupakan salah satu ilmu social yang mempelajari aktivitas manusia yang berhubungan dengan produksi, distribusi, pertukaran, dan konsumsi barang dan jasa. Istilah Ekonomi sendiri berasal dari bahasa Yunani yaitu oikos=keluarga atau rumah tangga, nomos=peraturan atau hukum. Ilmu Ekonomi adalah ilmu mempelajari perilaku individu dan masyarakat dalam menentukan pilihan untuk menggunakan sumber daya yang langka dengan atau tanpa uang dalam meningkatkan kualitas hidupnya.

B. Pengertian pangan

Pangan adalah istilah umum untuk semua bahan makanan yang dapat dijadikan makanan. Makanan adalah bahan selain obat yang mengandung zat-zat gizi dan unsur-unsur ikatan kimia yang dapat diubah menjadi zat gizi oleh tubuh, yang berguna bila dimasukkan ke dalam tubuh.

C. Pengertian Gizi

Kata 'gizi' berasal dari bahasa Arab 'ghidza' yang berarti makanan. Menurut dialek Mesir, ghidza dibaca ghizi. Selain itu sebagian orang menterjemahkan kata gizi dari bahasa Inggris nutrition menjadi nutrisi. Namun yang resmi, baik dalam dokumen maupun aturan pemerintah digunakan kata gizi. Berdasarkan kamus umum bahasa Indonesia Badudu-Zain, nutrisi lebih mengacu pada makanan ternak. WHO mengartikan ilmu gizi sebagai ilmu yang mempelajari proses yang terjadi pada organisme hidup. Proses tersebut mencakup pengambilan dan pengolahan zat padat dan cair dari makanan (proses pencernaan, transport dan ekskresi) yang dipergunakan untuk memelihara kehidupan, pertumbuhan, berfungsinya organ tubuh dan menghasilkan energi.

Zat Gizi (Nutrients) adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan serta mengatur proses-proses kehidupan.

KONSUMSI PANGAN DAN GIZI

Konsumsi pangan merupakan banyaknya atau jumlah pangan, secara tunggal maupun beragam, yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan fisiologis, psikologis dan sosiologis. Tujuan fisiologis adalah upaya untuk memenuhi keinginan makan (rasa lapar) atau untuk memperoleh zat-zat gizi yang diperlukan tubuh. Tujuan psikologis adalah untuk memenuhi kepuasan emosional atau selera, sedangkan tujuan sosiologis adalah untuk memelihara hubungan manusia dalam keluarga dan masyarakat (Sedioetama 1996).

Konsumsi pangan merupakan faktor utama untuk memenuhi kebutuhan gizi yang selanjutnya bertindak menyediakan energy bagi tubuh, mengatur proses metabolisme, memperbaiki jaringan tubuh serta untuk pertumbuhan (Harper *et al.* 1986).

Ditinjau dari kebutuhan rata-rata kalori dan protein penduduk Indonesia sebesar 2.100 Kalori dan 46 gram protein per jiwa per hari maka nampak bahwa rata-rata keperluan kalori telah terpenuhi dan kebutuhan protein hampir tercapai. Akan tetapi pola konsumsi di sementara daerah dan kelompok masyarakat masih menunjukkan kekurangan kalori dan protein.

Pada umumnya sebagian besar dari pendapatan penduduk Indonesia masih digunakan untuk memenuhi kebutuhan pangan. Lagi pula sebagian besar penduduk Indonesia terdiri dari petani-petani produsen pangan. Karena kedua hal itu maka setiap perubahan harga pangan akan mempunyai pengaruh terhadap tingkat kesejahteraan masyarakat. Gejolak harga pangan akan menimbulkan kerisauan pada sebagian besar masyarakat, baik di kota maupun di pedesaan, dan peningkatan harga yang tidak terkendalikan akan dapat menimbulkan gangguan terhadap kelancaran kegiatan pembangunan. Jadi jelaslah bahwa pangan mempunyai peranan yang sangat penting dalam rangka usaha tercapainya sasaran-sasaran pembangunan.

Usaha mencukupi kebutuhan pangan dan gizi memerlukan langkah-langkah yang menyeluruh dan merupakan bagian dari kebulatan kebijaksanaan dan langkah pembangunan nasional. Oleh karena itu penanganannya memerlukan usaha terpadu dari berbagai bidang terutama bidang kesehatan, pertanian, industri, pendidikan, penerangan, perdagangan, kependudukan dan lingkungan hidup.

Secara alami, komposisi zat gizi setiap jenis makanan memiliki keunggulan dan kelemahan tertentu. Beberapa makanan mengandung tinggi karbohidrat tetapi kurang vitamin dan mineral.

KONSEP KEAMANAN PANGAN DAN GIZI

Keamanan Pangan Secara Umum

Pangan merupakan kebutuhan alamiah manusia, seiring dengan kemajuan teknologi manusia cenderung menyukai hal-hal yang praktis termasuk dalam memilih makanan sehingga banyak kita temui produk-produk makanan instan dimana-mana baik yang diproduksi oleh perusahaan atau yang dibuat oleh rumah tangga.

Makanan dikatakan aman bila tidak mengandung bahan-bahan berbahaya. pertama bahaya biologis, yaitu makanan yang tercemar oleh mikroba, virus, parasit, bakteri, kapang, binatang pengerat, serangga, lalat kokoak dan lain-lain, kedua bahaya Kimiawi karena mengandung cemaran bahan kimia 1) bahan yang tidak disengaja seperti cairan pembersih, pestisida, cat, komponen kimia dari peralatan/kemasan yang lepas dan masuk ke dalam pangan, 2) bahan yang disengaja yaitu bahan tambahan pangan yang berlebihan atau tidak memenuhi aturan yang ditetapkan oleh pemerintah seperti pewarna, pemanis, pengawet penyedap dan lain-lain. Bahan berbahaya (formalin, borax, bahan pewarna / pengawat yang bukan untuk makanan. ketiga adalah bahaya fisik karena cemaran benda asing seperti tanah, rambut, bulu, kuku, kerikil, isi staples dll.

Cara produksi pangan industri maupun rumah tangga yang baik merupakan salah satu faktor yang penting untuk memenuhi standart mutu dan persyaratan keamanan pangan dan sangat berguna bagi kelangsungan hidup bagi industri serta rumah tangga. Melalui cara produksi pangan yang baik dapat menghasilkan pangan yang bermutu dan aman untuk dikonsumsi selanjutnya oleh konsumen.

Keamanan pangan merupakan syarat penting yang harus melekat pada pangan yang hendak dikonsumsi oleh semua masyarakat. Pangan yang bermutu dan aman dapat dihasilkan dari dapur rumah tangga maupun dari industri pangan. Oleh karena itu industri pangan adalah salah satu faktor penentu beredarnya pangan yang memenuhi standar mutu dan keamanan yang telah ditetapkan oleh pemerintah.

Keamanan pangan bukan hanya merupakan isu dunia tapi juga menyangkut kepedulian individu. Jaminan akan keamanan pangan adalah merupakan hak asasi konsumen. Pangan termasuk kebutuhan dasar terpenting dan sangat esensial dalam kehidupan manusia. Walaupun

DIVERSIFIKASI PANGAN

Pangan merupakan kebutuhan dasar yang paling esensial bagi manusia untuk mempertahankan hidup dan kehidupan. Pangan sebagai sumber zat gizi (karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air) menjadi landasan utama manusia untuk mencapai kesehatan dan kesejahteraan sepanjang siklus kehidupan.

Produksi pangan di Asia Tenggara terus meningkat, tetapi banyak penduduknya yang tidak memperoleh makanan, sehingga banyak penduduk yang tetap menderita kelaparan. Kekurangan pangan bukanlah suatu hal yang baru, persoalan baru tentang kekurangan pangan adalah kecenderungan para petani di negara-negara bukan industri beralih ke tanaman perdagangan dan pada saat bersamaan jumlah penduduk yang meningkat secara cepat.

Indonesia sebagai salah satu negara agraris semestinya dapat memenuhi sumber kebutuhan pangannya sendiri. Dengan memanfaatkan semua potensi sumber daya manusia, sumberdaya alam, modal sosial dan pemerintah, seharusnya Indonesia mampu menjadi salah satu negara swasembada pangan, tetapi di beberapa daerah masih terjadi kekurangan pangan. Pangan merupakan masalah yang sangat penting dalam pembangunan, karena jumlah pengeluaran untuk pangan merupakan bagian terbesar dari biaya hidup masyarakat.

Penganekaragaman pangan (diversifikasi pangan) merupakan jalan keluar yang saat ini dianggap paling baik untuk memecahkan masalah dalam pemenuhan kebutuhan pangan. Melalui penataan pola makan yang tidak hanya bergantung pada satu sumber pangan memungkinkan masyarakat dapat menetapkan pangan pilihan sendiri, sehingga dapat membangkitkan ketahanan pangan keluarga masing-masing yang berujung pada peningkatan ketahanan pangan secara nasional.

Konsep penganekaragaman pangan yang dianggap benar adalah upaya untuk meningkatkan mutu gizi makanan keluarga sehari-hari dengan cara menggunakan bahan-bahan makanan yang beragam dan terdapat di daerah yang bersangkutan, sehingga ketergantungan kepada salah satu bahan pangan terutama beras dapat dihindari.

Pangan

Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah, yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi

KONSEP POLA PANGAN HARAPAN

Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan susunan beragam pangan atau kelompok pangan yang didasarkan pada sumbangan energinya baik secara absolute maupun relatif terhadap total energi penyediaan atau konsumsi pangan yang mampu mencukupi kebutuhan konsumsi pangan penduduk baik kuantitas, kualitas maupun keragamannya dengan aspek-aspek sosial, ekonomi, budaya dan cita rasa.

Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan suatu metode yang digunakan untuk menilai jumlah dan komposisi atau ketersediaan pangan. Pola pangan harapan biasanya digunakan untuk perencanaan konsumsi, kebutuhan dan penyediaan pangan wilayah.

Pola Pangan Harapan (PPH) atau Desirable Dietary Pattern adalah beragam pangan atau kelompok pangan yang didasarkan atas sumbangan energi terhadap total energi dari kelompok pangan utama (baik secara absolut maupun relatif) dari suatu pola ketersediaan dan atau konsumsi pangan yang mampu mencukupi kebutuhan konsumsi pangan penduduk secara kualitas, kuantitas maupun keragamannya, dengan mempertimbangkan aspek-aspek sosial ekonomi, budaya, agama dan cita rasa.

Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan jenis dan jumlah kelompok pangan utama yang dianjurkan untuk dikonsumsi guna memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi. Pola Pangan Harapan (PPH) dapat digunakan sebagai ukuran keseimbangan dan keanekaragaman pangan dengan terpenuhi kebutuhan energi dari berbagai kelompok pangan. Sesuai Pola Pangan Harapan (PPH), secara implisit kebutuhan zat gizi juga terpenuhi kecuali untuk zat gizi yang sangat defisit dalam suatu kelompok pangan. Oleh karena itu skor pola konsumsi pangan mencerminkan mutu gizi konsumsi pangan dan tingkat keragaman konsumsi pangan.

Dalam aplikasinya Pola Pangan Harapan (PPH) dikenal dengan pola konsumsi pangan yang Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman atau dikenal dengan istilah menu B2SA. Dengan terpenuhinya kebutuhan energi dari berbagai kelompok pangan sesuai dengan PPH maka secara implisit kebutuhan zat gizi lainnya juga terpenuhi. Oleh karena itu skor PPH mencerminkan mutu gizi konsumsi pangan dan tingkat keragaman konsumsi pangan. Sesuai dengan kegunaannya, makanan dikelompokkan dalam tiga kelompok yaitu makanan sebagai sumber zat tenaga, zat pembangunan dan zat pengatur. Oleh karena itu pangan yang dikonsumsi sehari-hari

KONSEP NERACA BAHAN MAKANAN

Pengadaan pangan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan pangan seluruh penduduk dan sesuai dengan persyaratan gizi, merupakan masalah terbesar sepanjang sejarah kehidupan manusia. Untuk menjawab masalah ini diperlukan informasi mengenai situasi pangan disuatu negara/daerah pada periode tertentu. Hal ini dapat terlihat dari gambaran produksi, pengadaan dan penggunaan pangan serta tingkat ketersediaan untuk konsumsi penduduk per kapita. Salah satu cara untuk memperoleh gambaran situasi pangan dapat disajikan dalam suatu neraca atau tabel yang dikenal dengan nama “Neraca Bahan Makanan”.

Di dalam Neraca Bahan Makanan (NBM) disajikan angka rata-rata jumlah jenis Bahan Makanan yang tersedia untuk dikonsumsi penduduk per kapita pertahun dalam kilogram serta per kapita per hari dalam satuan gram, pada kurun waktu tertentu. Selanjutnya untuk mengetahui nilai gizi Bahan Makanan yang tersedia untuk dikonsumsi tersebut, maka angka ketersediaan pangan untuk konsumsi per kapita per hari diterjemahkan ke dalam satuan energi, protein, dan lemak per kapita per hari.

Pemenuhan penyediaan bahan pangan merupakan faktor penting dalam memenuhi kebutuhan gizi, terutama untuk peningkatan gizi masyarakat. Menurut Departemen Pertanian (2001) angka kecukupan rata-rata energi dan protein untuk penduduk Indonesia masing- masing sebesar 2.200 kalori dan 55 gram protein per kapita per hari, sedangkan angka kecukupan lemak telah direkomendasikan minimal setara dengan 10 % dan maksimal 25 % dari energi (Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi 1993).

Pengertian Neraca Bahan Makanan (NBM)

NBM merupakan tabel yang memuat informasi tentang situasi pengadaan/ penyediaan pangan (*food supply*), dan penggunaan pangan (*food utilization*), hingga ketersediaan pangan untuk dikonsumsi penduduk pada suatu wilayah (negara/propinsi /Kabupaten) dalam suatu kurun waktu tertentu.

Perkembangan NBM Di Indonesia

NERACA BAHAN MAKANAN (NBM)

Pengertian

NBM merupakan tabel yang memuat informasi tentang situasi pengadaan/ penyediaan pangan (*food supply*), dan penggunaan pangan (*food utilization*), hingga ketersediaan pangan untuk dikonsumsi penduduk pada suatu wilayah (negara/provinsi /Kabupaten) dalam suatu kurun waktu tertentu.

Perkembangan NBM Di Indonesia

Di Indonesia, NBM mulai disusun pada tahun 1963 oleh Badan Pusat Statistik (BPS) dengan bantuan ahli dari FAO untuk keperluan intern BPS, Kemudian secara periodik disusun NBM 1971 dan NBM 1972. Selanjutnya berdasarkan instruksi Menteri Pertanian Nomor : 12 /INS/UM/6/1975 tanggal 19 Juni 1975, dibentuk Tim Penyusun NBM Nasional yang beranggotakan unsur-unsur dari instansi Departemen Pertanian dan instansi terkait untuk bersama-sama menyusun buku Pedoman Penyusunan NBM serta menyajikan NBM mulai PELITA I hingga sekarang.

Menyadari bahwa penyajian NBM Nasional terlalu bersifat umum, maka pada tahun 1985 Sekretaris Jenderal Departemen Pertanian atas nama Menteri Pertanian, melalui surat Nomor : RC.220/487/B/II/1985 tanggal 20 Januari 1985 menginstruksikan seluruh kepala Kantor Wilayah Departemen Pertanian untuk mengembangkan Penyusunan NBM Regional/Provinsi dengan membentuk tim Penyusunan NBM Regional/ Provinsi yang bertugas menyusun NBM Regional/Provinsi masing-masing.

Kegunaan NBM

Tabel NBM dapat digunakan untuk :

1. Melakukan evaluasi terhadap pengadaan dan penggunaan pangan
2. Memberikan informasi tentang produksi, pengadaan serta semua perubahan- perubahan yang terjadi,
3. Alat perencanaan di bidang produksi atau pengadaan pangan dan gizi,
4. Merumuskan kebijakan pangan dan Gizi.

KONSEP SISTEM KETAHANAN PANGAN

Definisi Ketahanan Pangan.

Undang-Undang pangan No.7 Tahun 1996: kondisi terpenuhinya kebutuhan pangan bagi rumah tangga yang tercermin dari tersedianya pangan secara cukup, baik dari jumlah maupun mutunya, aman, merata dan terjangkau.

Kondisi ketika semua orang pada setiap saat mempunyai akses secara fisik dan ekonomi untuk memperoleh kebutuhan konsumsinya untuk hidup sehat dan produktif.

Situasi dimana semua rumah tangga mempunyai akses baik fisik maupun ekonomi untuk memperoleh pangan bagi seluruh anggota keluarganya, dimana rumah tangga tidak beresiko mengalami kehilangan kedua akses tersebut.

Keadaan ketika semua orang pada setiap saat mempunyai akses fisik, sosial, dan ekonomi terhadap kecukupan pangan, aman dan bergizi untuk kebutuhan gizi sesuai dengan selera untuk hidup produktif .

Berdasarkan definisi tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa ketahanan pangan memiliki 5 unsur yang harus dipenuhi :

1. Berorientasi pada rumah tangga dan individu.
2. Dimensi waktu setiap saat pangan tersedia dan dapat diakses.
3. Menekankan pada akses pangan rumah tangga dan individu, baik fisik, ekonomi dan sosial.
4. Berorientasi pada pemenuhan gizi.
5. Ditujukan untuk hidup sehat dan produktif.

Di Indonesia sesuai dengan Undang-Undang No. 7 Tahun 1996, pengertian ketahanan pangan adalah kondisi terpenuhinya pangan bagi rumah yang tercermin dari : (1) tersedianya pangan secara cukup, baik jumlah maupun mutunya; (2) aman; (3) merata ; dan (4) terjangkau. Dengan pengertian tersebut, mewujudkan ketahanan pangan dapat lebih di pahami sebagai berikut:

1. Terpenuhinya pangan dengan kondisi ketersediaan yang cukup, diartikan ketersediaan pangan dalam arti luas, mencakup pangan yang berasal dari tanaman, ternak, dan ikan untuk memenuhi kebutuhan atas karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral serta turunannya, yang bermanfaat bagi pertumbuhan kesehatan manusia.

SISTEM KEWASPADAAN PANGAN DAN GIZI (SKPG)

Sistem Kewaspadaan Pangan dan Gizi (SKPG) adalah sistem informasi yang dapat digunakan sebagai alat bagi pemerintah daerah untuk mengetahui situasi pangan dan gizi masyarakat.

SKPG merupakan sistem penyedia informasi situasi pangan dan gizi secara teratur dan terus menerus untuk perumusan kebijakan, perencanaan, penentuan tindakan, dan evaluasi program pangan dan gizi.

Kewaspadaan Pangan dan Gizi diartikan sebagai kesiapan secara terus menerus untuk mengamati, menemukan secara dini dan merespon kemungkinan timbulnya masalah kerawanan pangan dan gizi.

Sistem Kewaspadaan Pangan dan Gizi (SKPG) merupakan suatu sistem pendeteksian dan pengolahan informasi tentang situasi pangan dan gizi yang berjalan terus menerus. Informasi yang dihasilkan menjadi dasar perencanaan, penentuan kebijakan.

Tujuan SKPG

SKPG bertujuan untuk :

1. Membangun/menyediakan data dan informasi situasi pangan yang mempengaruhi status gizi pada skala rumah tangga, wilayah dan nasional.
2. Membangun/menyediakan isyarat dini kemungkinan terjadinya gangguan ketersediaan pangan yang dapat mengakibatkan kerawanan pangan dan gizi.
3. Membangun/menyediakan kebijakan penyediaan kecukupan pangan
4. Membangun / menyediakan kebijakan tindakan penanggulangan kerawanan pangan.
5. Memfasilitasi institusi lintas sektoral maupun swasta dalam menyusun program-program yang mendukung ketahanan pangan.

Manfaat SKPG

1. Bagi Kepala Daerah:

Sebagai dasar menetapkan kebijakan penanggulangan masalah pangan dan gizi dalam:

- Menentukan daerah prioritas.

