MANGIFERA EDU: Jurnal Biologi and Pendidikan Biologi
Volume 1 Nomor 2 Januari 2017
E-ISSN: 2622-3384
P-ISSN: 2527-9939

STUDI TENTANG POLA KONSUMSI MASYARAKAT PESISIR INDRAMAYU

Idah Hamidah
Universitas Wiralodra

ABSTRAK

Pola konsumsi masyarakat berbeda-beda, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor yang mempengaruhi pola konsumsi adalah lingkungan dan mata pencaharian. Indramayu merupakan daerah pesisir yang sebagian besar masyarakatnya berprofesi sebagai nelayan. Penelitian ini bertujuan untuk pola konsumsi masyarakat pesisir Indramayu. Penelitian dilakukan Desa Karangsong (pesisir pantai). Lokasi penelitian di RW 2 yaitu RT 4 dan RT 5, sampel penelitian dipilih secara purposive sampling. Data dikumpulkan dengan metode survey recall 2x24 jam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola konsumsi masyarakat pesisir memiliki frekuensi makan 3 x dalam seharai dengan makanan pokok yaitu beras, pola konsumsi hewani cukup tinggi teruatama hasil laut dan tambak ikan, pola konsumsi buah-buahan masih rendah dengan frekuensi 0 dalam sehari sebanyak 75%, dan pola konsumsi sayuran cukup baik dengan frekuensi >3 kali dalam sehari sebanyak 43%.

Kata kunci: Pola Konsumsi, Masyarakat Pesisir

PENDAHULUAN

Pola konsumsi merupakan susunan jenis dan jumlah asupan makanan yang dikonsumsi pada waktu tertentu. Setiap kelompok masyarakat tertentu memiliki pola konsumsi yang berbeda, hal ini dikarenakan terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi suatu masyarakat atau suatu kelompok tertentu. Tiga faktor terpenting yang mempengaruhi kebiasaan makan adalah ketersediaan pangan, pola sosial budaya dan faktor-faktor pribadi (Harper *et al*., 1986). Selain itu, menurut Khomsan (2006) faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi diantaranya seperti kebiasaan makan sejak kecil yang dapat dipengaruhi oleh berbagai hal antara lain perbedaan etnis, tingkat sosial ekonomi, geografi, iklim, agama dan kepercayaan serta tingkat kemajuan teknologi, mata pencaharian, kebiasaan makan banyak dipengaruhi juga oleh lingkungan. Misalnya lingkungan pesisir akan berpengaruh terhadap pola konsumsi suatu masyarakat.

Indramayu merupakan daerah pesisir yang mayoritas masyarakatnya berprofesi sebagai nelayan. Selain itu, masyarakat pesisir Indramayu bermata pencaharian usaha tambak ikan, udang, dan garam, bekerja pada industri kecil, jasa angkutan dan sebagai pegawai negeri (Prawiradisastra, 2003). Hal ini dikarenakan Indramayu sebagian daerahnya memiliki pesisir pantai.

Pola konsumsi masyarakat yang dipengaruhi oleh lingkungan, sehingga masyarakat pesisir cenderung mengkonsumsi hanya hasil laut yang menyebabkan ketidakseimbangan gizi. Oleh sebab itu, studi ini bertujuan untuk mengetahui pola konsumsi masyarakat pesisir Indramayu dengan subjek di Desa Karangsong Indramayu yang merupakan daerah yang berdekatan dengan bibir pantai.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *survey* dengan cara *recall 2x24* jam. Pemilihan sampel penelitian dilakukan secara *purposive sampling.* Penelitian dilakukan Desa

Karangsong (pesisir pantai). Lokasi penelitian di RW 2 yaitu RT 4 dan RT 5. Penelitian dilakukan selama 1 bulan yang dimulai pada Maret 2016.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data pengetahuan gizi, frekuensi konsumsi pangan, prioritas makan, dan tabu makanan. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program Microsoft Excel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Desa Karangsong merupakan salah satu Desa yang terkenal dengan wilayah pesisirnya di Kabupaten Indramayu. Dalam memenuhi kebutuhan pangan yang dikonsumsi sehari-hari, masyarakat pesisir lebih cenderung dengan memanfaatkan hasil dari laut dan tambak seperti ikan, udang dan kepiting, serta hasil laut lainnya.

Beras merupakan makanan pokok di Desa Karangsong. Adapun frekuensi makan masyarakat pesisir Indramayu berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan metode *recall* 2 x 24 jam dengan jumlah responden sebanyak 100 rumah tangga di Desa Karangsong Kecamatan dan Kabuapaten Indramayu tersedia pada Tabel 1.

Tabel 1 Frekuensi Makan Rumah Tangga di Daerah Pesisir Karangsong

Frekuensi Makan	n	%
1 x sehari	0	0
2 x sehari	13	13
3 x sehari	87	87

Ket: Hasil *recall 2x24 jam* pada 100 rumah tangga

Frekuensi makan masyarakat pesisir berdasarkan Tabel 1 3 kali dalam sehari sebanyak 87%, 2 kali dalam sehari sebanyak 13% dan 1 kali dalam sehari 0%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar frekuensi makan rumah tanggga masyarakat pesisir adalah 3 kali per hari.

Tabel 2 Frekuensi Konsumsi Buah-Buahan Pada pada Masyarakat Pesisir Karangsong-Indramayu

Frekuensi Makan Buah (kali dalam sehari)	n	%
0	75	75
1-2	11	11
>3	14	14

Ket: Hasil *recall 2x24 jam* pada 100 rumah tangga

Frekuensi konsumsi buah-buahan pada masyarakat pesisir Indramayu berdasarkan Tabel 2 dalam seharinya sebagian besar tidak mengkonsumsi buah per hari dengan presentase 75%, sedangkan rumah tangga yang mengkonsumsi buah-buahan 1-2 kali per hari sebanyak 11%, dan untuk rumah tangga yang mengkonsumsi buah-buahan >3 kali per hari sebanyak 14%. Dengan demikiann pola konsumsi buah-buahan pada masyarakat pesisir Indramayu masih rendah.

Tabel 3 Frekuensi Konsumsi Sayur-sayuran Pada pada Tingkat Rumah-tangga Masyarakat Pesisir

Frekuensi Makan Sayur-sayuran (kali dalam sehari)	n	%
0	38	38
1-2	18	18
>3	43	43

Ket: Hasil *recall 2x24 jam* pada 100 rumah tangga

Frekuensi sebanyak 3 kali dalam sehari berdasarkan Tabel 3 dengan presentase 43%, 1-2 kali per hari sebanyak 18%, dan rumah tangga masyarakat pesisir yang tidak sama sekali mengkonsumsi sayuran yaitu 38%. Dengan demikian pola konsumsi sayur-sayuran pada masyarakat pesisir msaih cukup baik dengan jumlah konsumsi yang masih sedikit pada setiap rumah tangga.

Pola konsumsi hewani terutama berasal dari hasil laut merupakan yang paling dominan pada setiap rumah tangga. Pola konsumsi nabati pada masyarakat pesisir masih rendah. Adapun jenis buah-buahn dan sayur-sayuran yang dikonsumsi pada masyarakat pesisir Indramayu disajikan pada Tabel 4 dan Tabel 5.

Tabel 4 Buah-buahan yang dikonsumsi Rumah-tangga Masyarakat Pesisir

Buah-buahan	Jumlah per hari (buah)
Jeruk mandarin	73
Pisang	49
Salak	22
Jambu air	3
Mangga Indramayu	2
Bengkuang	
Buah naga	12
Papaya	2
Duku	1/4
Manggis	240
Semangka	52
	1

Ket: Hasil *recall 2x24 jam* pada 100 rumah tangga

Tabel 5 Sayur-sayuran yang dikonsumsi Rumah-tangga Masyarakat Pesisir

Sayur-sayuran	Jumlah per hari (URT)
Kangkung	24 ikat
Kacang panjang	5 ikat
Mentimun	4 buah
Cabe	1/2kg
Wortel	43 buah
Terung	50 buah
Tauge	1/4kg
Kacang tanah	1 kg
Kentang	1/2 kg
Labu putih	3 buah
Bayam	3 ikat

Ket: Hasil *recall 2x24 jam* pada 100 rumah tangga

Pola konsumsi sekelompok masyarakat memiliki perbedaan, hal ini dipengaruhi beberapa faktor, yaitu lingkungan, budaya, tingkat ekonomi dalam hal ini jenis pekerjaan dan tingkat pendidikan. Data jenis pekerjaan dan tingkat pendidikan yang diperoleh dari metode *recall* 2x24 jam dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Jenis Pekerjaan di Daerah Pesisir Karangsong-Indramayu

Jenis Pekerjaan	N
Nelayan	37
Buruh Petani Tambak	13
Pedagang/Dagang/swasta/wiraswasta	24
PNS	
Pensiunan	2
Montir/bengkel	2
Buruh Tani/ Petani	5
Lainnya	10
	7

Ket: Hasil *recall 2x24 jam* pada 100 rumah tangga

Tabel 6 menunjukkan bahwa sebagian besar jenis pekerjaan pada rumah tangga masyarakat pesisir yaitu nelayan sebanyak 34 kepala rumah tangga, pedagang sebanyak 24, petani tambak sebanyak 13, buruh tani/petani sebanyak 10, PNS/pensiunan sebanyak 4, montir sebanyak 5, dan jenis pekerjaan lainnya sebanyak 7 kepala rumah tangga. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar kepala rumah tangga memiliki jenis pekerjaan sebagai nelayan dikarenakan Desa Karangsong berdekatan dengan pesisir pantai dan merupakan tempat pertanian tambak ikan. Dengan demikian masyarakat pesisir Indramayu sebagian besar berprofesi sebagai nelayan dengan pola konsumsi yang sama yaitu dalam setiap kali makannya memiliki susunan jenis makanan yang sama dengan makanan yang sebelumnya dikonsumsi. Sementara itu, untuk jenjang pendidikan kepala keluarga pada rumah tangga masyarakat pesisir tersedia pada Tabel 7.

Tabel 7 Jenjang Pendidikan

Jenjang Pendidikan	n
Tidak Tamat SD	17
SD	58
SMP	6
SMA	15
D3	1
S1	3

Ket: Hasil *recall 2x24 jam* pada 100 rumah tangga

Kepala rumah tangga maysarakat pesisir Karangsong lebih tepatnya RT 04 dan RT 05 dari 100 rumah tangga berdasarkan Tabel 5 memiliki jenjang pendidikan tertinggi S1 dengan jumlah 3 kepala keluarga. Sedangkan untuk jenjang pendidikan terendah adalah SD dengan jumlah 58 kepala rumah tangga. Sementara itu, 17 kepala rumah tangga tidak tamat sekolah, 6 kepala rumah tangga jenjang SMP,15 kepala rumah tangga jenjang SMA, dan 1 kepala keluarga dengan jenjang pendidikan D3. Data tersebut selain dari wawancara juga berasal dari dokumen desa. Berdasarkan tabel tersebut jenjang pendidikan terbanyak hanya sampai pada jenjang SD. Hal ini dikarenakan kurangnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pendidikan, selain karena faktor biaya.

Pembahasan

Indramayu merupakan daerah pesisir utara Jawa Barat. Dalam penelitian ini yang menjadi daerah penelitian untuk mengkaji pola konsumsi masyarakat yaitu desa Karangsong Kecamatan Indramayu. Berdasarkan data dokumentasi mengenai luas wilayah

418 Ha, dengan jumlah rumah tangga sebanyak 1540KK, jumlah penduduk sebesar 5769 orang dengan tingkat pendidikan pada desa tersebut mulai dari yang SD sampai dengan S3 dengan jenis pekerjaan sebagai nelayan 1621, petani 108 orang, buruh tani 281 orang, buruh / swasta 45 orang, Pegawai Negeri 96 orang, pedagang 846 orang dan TNI/Polri sebanyak 8 orang. Namun, data yang diambil hanya dari dua RT yang jaraknya terdekat dengan pesisir pantai. Jenis pekerjaan dari hasil survei yang dilakukan berdasarkan Tabel 6 yaitu nelayan terdiri dari 37 orang, buruh petani tambak 13 orang, pedagang 24 orang, PNS 2 orang, pensiunan 2 orang, montir 5 orang, buruh tani atau petani 10 orang, dan lainnya sebesar 7 orang. Pendapatan yang diperoleh nelayan berpengaruh terhadap pola konsumsi (Pontoh, 2011). Dengan demikian, berdasarkan lingkungan dan jenis pekerjaan, masyarakat memiliki pola konsumsi yang berbeda.

Masyarakat pesisir memiliki pola konsumsi yang berbeda dengan masyarakat lainnya, hal tersebut dipengaruhi oleh lingkungan dan mata pencaharian. Masyarakat pesisir karangsong sebagian besar berprofesi sebagai nelayan dan petani tambak, hal ini dikarenakan lingkungan tersebut merupakan daerah pesisir pantai yang memungkinkan masyarakat berprofesi sebagai nelayan. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Khomsan (2006) dan Mapandin (2006) bahwa pola konsumsi kelompok masyarakat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya lingkungan, mata pencaharian, budaya, perbedaan etnis, tingkat sosial ekonomi, geografi, iklim, agama dan kepercayaan serta tingkat kemajuan teknologi.

Salah satu pengaruh pola konsumsi makanan masyarakat yaitu ketersediaan bahan pangan di suatu daerah. Suatu daerah akan menggunakan hasil alamnya untuk mencukupi semua kebutuhan masyarakatnya. Kebutuhan pangan masyarakat antara satu daerah dengan daerah lain memiliki berbagai macam perbedaan (Margareta, 2014), termasuk masyarakat pesisir memiliki pola konsumsi yang berbeda. Oleh karena itu, pola konsumsi makanan yang mengandung antioksidan pada masyarakat juga bergantung pada faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan metode *recall* 2 x 24 jam di Karangsong Indramayu bahwa sebagian besar masyarakat pesisir memiliki pola makan yang sama yaitu 3 kali dalam sehari dengan lauk sebagaian besar berasal dari hasil laut seperti, ikan, udang, cumi, dan kerang dan makanan pokok berupa beras. Masyarakat pesisir memasak beras menjadi nasi putih rata-rata sekitar 1kg untuk satu hari dengan frekuensi makan dalam sehari berdasarkan Tabel 4 yaitu 3 kali (87%) dan 2 kali dalam sehari (13%) dari sampel 100 rumah tangga. Frekuensi makan akan menentukan jumlah makanan yang masuk ke dalam tubuh seseorang sehingga akan menentukan tingkat kecukupan gizi. Namun, frekuensi makan yang banyak tidak menentukan kebutuhan gizi tercukupi. Kebutuhan gizi tercukupi dilihat dari zat makanan yang terkadung dari makanan yang dikonsumsi oleh suatu masyarakat.

Masyarakat yang kurang memahami tentang gizi dari suatu makanan menyebabkan rendahnya konsumsi makanan yang bergizi. Biasanya masyarakat mengkonsumsi suatu makanan terutama masyarakat yang pengetahuan gizinya kurang, mereka mengkonsumsi makanan agar tidak merasa lapar. Dengan demikian konsumsi makan suatu masyarakat dipengaruhi oleh faktor pengetahuan atau pendidikan, hal ini sesuai dengan pendapat Khomsan (2006) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pola konsumsi makan masyarakat yaitu pendidikan.

Berdasarkan Tabel 7 tingkat pendidikan tertinggi pada masyarakat pesisir Karangsong yaitu jenjang S1 dengan jumlah 3 kepala keluarga, dan jenjang pendidikan banyak ditempuh hanya sampai pada jenjang SD yaitu sebesar 58 kepala keluarga. Oleh karena itu, rumah tangga masyarakat pesisir Karangsong memiliki pengetahuan yang rendah tentang kandungan gizi pada makanan yang dikonsumsi terutama mengenai

kandunagn antioksidan pada makanan serta akibat dan sumber radikal bebas. Hal ini terlihat jelas pada makanan yang dikonsumsi masyarakat.

Frekuensi konsumsi buah-buahan pada rumah tangga masyarakat pesisir Indramayu, yaitu dengan frekunsi konsumsi buah-buahan >3 kali dalam sehari sebanyak 14 rumah-tangga, 1-2 kali dalam sehari sebanyak 11 rumah-tangga, dan yang sama sekali tidak mengkonsumsi buah-buahan dalam seharinya sebanyak 75 rumah-tangga. Sedangkan frekuensi konsumsi sayur-sayuran dalam rumah-tangga masyarakat pesisir yaitu 43 rumah-tangga untuk yang mengkonsumsi >3 kali dalam sehari, 18 rumah-tangga untuk yang mengkonsumsi 1-2 kali dalam sehari, dan 38 rumah-tangga yang sama sekali tidak mengkonsumsi sayur-sayuran. Sehingga kemungkinan masyarakat pesisir memiliki kadar antioksidan yang rendah dalam tubuhnya.

SIMPULAN

Pola konsumsi masyarakat pesisir berdasarkan hasil *recall* 2x24 jam selama 2 hari berturut-turut memiliki pola makan yang sama dengan beras sebagai makanan pokok, konsumsi hasil laut yang tinggi dibandingkan konsumsi nabati. Hal ini dikarenakan faktor-faktor yang mempengaruhinya yaitu lingkungan dan mata pencaharian.

DAFTAR PUSTAKA

Harper LJ, BJ Deaton, & JA Driskel. 1986. *Pangan, Gizi, dan Pertanian (Suhardjo, penerjemah)*. UI Press, Jakarta.

Khomsan, A., *et al*. 2006. Studi Tentang Pengetahuan Gizi Ibu Dan Kebiasaan Makan Pada Rumah Tangga Di Daerah Dataran Tinggi Dan Pantai. *Jurnal Gizi dan Pangan,* 1 (1): 23-28.

Mapandin, W.Y. 2006. Hubungan Faktor-Faktor Sosial Budaya Dengan Konsumsi Makanan Pokok Rumah Tangga Pada Masyarakat Di Kecamatan Wamena, Kabupaten Jayawijaya Tahun 2005. *Tesis.* Semarang: Program Pasca Sarjana Universitas Diponogoro.

Margareta, D. 2014. Kajian Tentang Pola Konsumsi MakananUtama Masyarakat Gunung Sereng Kecamatan Kwanyar Kabupaten Bangkalan Madura. *e-journal Boga,* 03 (3): 86-95.

Pontoh, O. 2011. Pengaruh Tingkat Pendapatan Terhadap Pola Konsumsi Nelayan Di Kecamatan Tenga Kabupaten Minahasa Selatan Sulawesi Utara. *Pacific Journal,* 1(6): 1038-1040.

Prawiradisastra, S. 2003. Permasalahan Abrasi Di wilayah Pesisir Kabupaten Indramayu. *Alami,* 8 (2): 42-46.