

**POLA PENGELUARAN DAN DETERMINAN POLA KONSUMSI
MAHASISWA PERANTAUAN FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS LAMPUNG**

(Skripsi)

Oleh:

Shafrina Atikah Khansa
2054131014



**FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

ABSTRACT

EXPENDITURE PATTERN AND FOOD CONSUMPTION PATTERN OF STUDENTS LIVING AWAY FROM HOME AT FACULTY OF AGRICULTURE, UNIVERSITY OF LAMPUNG

By

Shafrina Atikah Khansa

This study aims to determine the expenditure patterns and factors that influence the food consumption patterns of students living away from home at the Faculty of Agriculture, University of Lampung using a survey method. The research sample consisted of 80 respondents, where the respondents were students living away from home from the Department of Agribusiness and Agricultural Product Technology. Data collection was conducted in April-May 2024. Data were analyzed using quantitative and descriptive methods. The results showed that the average total expenditure was IDR 1,270,348.00 per month, with an average food expenditure of IDR 684,848.00 per month (53.91%) and non-food expenditure of IDR 585,500.00 per month (46.09%). The average PPH score of students living away from home was 52.88, where the PPH score for women was 53.35, which was greater than that of men, 51.38. The types of food most frequently consumed by students are rice, fried chicken, oil, chicken eggs, and chili (sambal). The average energy and protein intake of students living away from home at FP Unila is 1,639.4 kcal and 67.8 g. The highest average consumption frequency is rice, chicken, and cooking oil with an average frequency of 14 times, 4 times, and 3 times per week, respectively. The determinants of consumption patterns are three independent variables, namely food expenditure, entertainment, and routine needs, but the only variable that has a significant effect individually is food expenditure.

Key words: Agriculture, Expenditure, Consumption Pattern, Students

ABSTRAK

POLA PENGELUARAN DAN DETERMINAN POLA KONSUMSI MAHASISWA PERANTAUAN FAKULTAS PERTANIAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

Shafrina Atikah Khansa

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola pengeluaran dan faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi pangan mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung dengan menggunakan metode survei. Sampel penelitian berjumlah 80 responden di mana yang menjadi responden adalah mahasiswa perantauan Jurusan Agribisnis dan Teknologi Hasil Pertanian. Pengambilan data dilakukan pada bulan April-Mei tahun 2024. Data dianalisis menggunakan metode kuantitatif dan metode deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata total pengeluaran adalah Rp1.270.348,00 per bulan, dengan rata-rata pengeluaran pangan adalah Rp684.848,00 per bulan (53,91%) dan pengeluaran nonpangan Rp585.500,00 per bulan (46,09%). Rata-rata skor PPH mahasiswa perantauan sebesar 52,88, dimana skor PPH perempuan 53,35 lebih besar dibanding laki-laki, 51,38. Jenis pangan yang paling sering dikonsumsi mahasiswa adalah nasi, ayam goreng, minyak, telur ayam dan cabe (sambal). Rata-rata asupan energi dan protein mahasiswa perantauan FP Unila yaitu 1.639,4 kkal dan 67,8 g. Rata-rata frekuensi konsumsi tertinggi adalah beras/nasi, ayam, dan minyak goreng dengan rata-rata frekuensinya secara berturut-turut 14 kali, 4 kali dan 3 kali per minggu. Determinan pola konsumsi secara bersama-sama ada tiga variabel independen yaitu pengeluaran pangan, hiburan, dan kebutuhan rutin, namun yang berpengaruh nyata secara tunggal hanya variabel pengeluaran pangan.

Kata kunci: Pertanian, Pengeluaran, Pola Konsumsi, Mahasiswa

**POLA PENGELUARAN DAN DETERMINAN POLA KONSUMSI
MAHASISWA PERANTAUAN FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS LAMPUNG**

Oleh:

Shafrina Atikah Khansa

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar
SARJANA PERTANIAN**

Pada

**Jurusan Agribisnis
Fakultas Pertanian Universitas Lampung**



**JURUSAN AGRIBISNIS
FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
2025**

Judul Skripsi

: POLA PENGELOUARAN DAN
DETERMINAN POLA KONSUMSI
MAHASISWA PERANTAUAN FAKULTAS
PERTANIAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Nama Mahasiswa

: Shafrina Atikah Khansa

Nomor Pokok Mahasiswa

: 2054131014

Program Studi

: Agribisnis

Fakultas

: Pertanian

1. Komisi Pembimbing



Dr. Ir. Yaktiwo Indriani, M.Sc.
NIP 196106221985032004

Ir. Rabiatul Adawiyah, M.Si.
NIP 196408251990032002

2. Ketua Jurusan Agribisnis

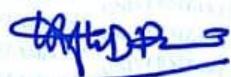
Dr. Teguh Endaryanto, S.P., M.Si.
NIP 196910031994031004

MENGESAHKAN

1. Tim Pengaji

Ketua

: Dr. Ir. Yaktiworo Indriani, M.Sc.



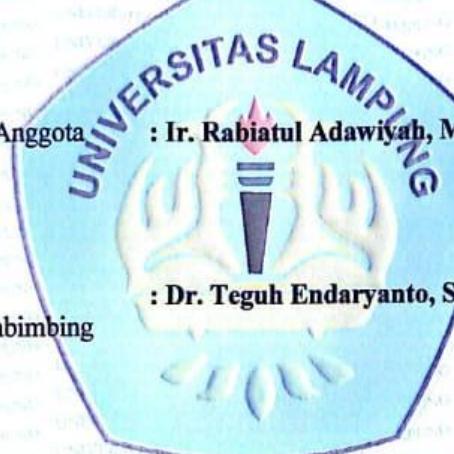
Sekretaris/Anggota

: Ir. Rabiatul Adawiyah, M.Si.



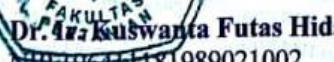
Pengaji
Bukan Pembimbing

: Dr. Teguh Endaryanto, S.P., M.Si.



2. Dekan Fakultas Pertanian



Dr. 
Kuswanta Futas Hidayat, M.P.

NIP 196411181989021002

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 01 Juli 2025

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Shafrina Atikah Khansa

NPM : 2054131014

Program Studi : Agribisnis

Fakultas : Pertanian

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya orang lain yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang sepengetahuan penulis tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dirujuk dari sumbernya, dan disebutkan daftar pustaka.

Bandar Lampung, 15 Agustus 2025

Penulis



Shafrina Atikah Khansa

RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Jakarta pada tanggal 07 Mei 2002, sebagai anak kedua dari dua bersaudara. Pendidikan Taman Kanak-kanak (TK) diselesaikan di TK Kencana Bekasi pada tahun 2007, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) di SD Islam Terpadu Nurul Ilmi Bekasi pada tahun 2014, Pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) di SMP Islam Terpadu Thariq Bin Ziyad Bekasi pada tahun 2017, dan Pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) di SMA Negeri 16 Jakarta pada tahun 2020. Penulis diterima di Jurusan Agribisnis Fakultas Pertanian Universitas Lampung pada tahun 2020 melalui jalur Seleksi Mandiri Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SMMPTN Barat).

Penulis mengikuti kegiatan Praktik Pengenalan Pertanian (Homestay) selama 5 hari di Desa Aren Jaya, Kecamatan Bekasi Timur, Kota Bekasi, Provinsi Jawa Barat. Pada tahun 2023 melaksanakan kegiatan Praktik Umum (PU) selama 30 hari efektif kerja di PT Sucofindo Cabang Bandung, Kecamatan Bojongloa Kaler, Kota Bandung, Provinsi Jawa Barat. Penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Soponyono, Kecamatan Wonosobo, Kabupaten Tanggamus selama 37 hari pada bulan Januari hingga Februari 2023. Penulis juga mengikuti kegiatan MBKM kewirausahaan pada tahun 2022 semester ganjil. Sebagai mahasiswa di Universitas Lampung, penulis juga aktif dalam organisasi kemahasiswaan, yaitu menjadi anggota pada Himpunan Mahasiswa Sosial Ekonomi Pertanian (HIMASEPERTA) Universitas Lampung dan organisasi di luar kampus, yaitu menjadi anggota *fundraising* pada organisasi Untuk Bhumi dan menjadi manager *fundraising* pada organisasi Nguliah Kuy

SANWACANA

Alhamdulillahirabbil 'alamin. Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah memberikan teladan bagi umatnya. Dalam penyelesaian skripsi yang berjudul **“Pola Pengeluaran dan Determinan Pola Konsumsi Mahasiswa Perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung”** banyak pihak yang telah memberikan doa, bantuan, motivasi dan saran yang membangun dalam penyelesaian skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. Kuswanta Futas Hidayat, M.P., selaku Dekan Fakultas Pertanian Universitas Lampung, yang telah membantu dalam kelancaran proses perkuliahan di Fakultas Pertanian.
2. Dr. Teguh Endaryanto, S.P., M.Si., selaku Ketua Jurusan Agribisnis sekaligus Dosen Penguji, atas arahan, bantuan dan nasihat yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Dr. Ir. Yaktiworo Indriani, M.Sc., selaku Dosen Pembimbing Pertama, yang telah memberikan ilmu, kesabaran dalam membimbing, saran, pengarahan, motivasi, dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ir. Rabiatul Adawiyah, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Kedua, yang telah memberikan ilmu, kesabaran dalam membimbing, saran, pengarahan, motivasi, dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. I. Rani Mellya Sari, S.P., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan ilmu, bimbingan, saran, pengarahan, motivasi, dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Orangtuaku tercinta, ayah dan mama, kakakku Rizki Maulana, atas segala upaya yang dilakukan untuk mendorong penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini, doa yang tak pernah putus, kasih sayang yang diberikan dan keyakinan bahwa penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Sahabat kuliahku, Susilawati, Irma Iryantina, Nabila Sabita, dan Meliana H. Nababan atas waktu, doa, semangat, canda tawa, dan segala bentuk bantuan yang telah diberikan kepada penulis dari awal perkuliahan sampai dengan sekarang.
8. Sahabat terdekatku, Khairunnisa, Febriana Fajriati, Dian Rizqy Filzah, Nisrina Aisyah, dan Shastri Andien Puspitaningtyas atas doa, semangat, canda tawa, dan kebahagiaan yang telah diberikan kepada penulis dari masa sekolah sampai dengan sekarang.
9. Keluarga besar Slipi dan Bojong, Mbah Uti, om, tante dan semua saudara yang selalu memberikan doa dan semangat kepada penulis dari awal penulisan skripsi hingga saat ini.
10. Teman-teman seperjuangan, Shyntia, Jenny, dan teman-teman Agribisnis 2020 yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu, yang telah memberikan bantuan, semangat, dan canda tawa kepada penulis dari awal perkuliahan sampai saat ini
11. Adik-adik dan komti kelas Jurusan Agribisnis dan Teknologi Hasil Pertanian angkatan 2021 dan 2022 yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bantuan dan semangat kepada penulis sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini.
12. Seluruh Dosen Jurusan Agribisnis yang telah memberikan ilmu dan pengalaman selama penulis menjadi mahasiswa Agribisnis, serta staf/karyawan (Mbak Iin, Mbak Lucky, Pak Iwan dan Pak Bukhori) yang telah memberikan bantuan dan kerjasamanya selama ini.

13. Kucingku tercinta, Ucil dan Adel, atas kesabarannya menemani penulis mengerjakan skripsi ini sampai malam hari dan kehadirannya yang sangat berarti untuk menghibur dan memberikan semangat kepada penulis ketika sedang merasa lelah dengan skripsi.
14. Terakhir, kepada penulis, Shafrina Atikah Khansa yang sudah memperjuangkan skripsi ini, yang telah mengorbankan waktu, tenaga, dan pikiran, sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas segala usaha yang diberikan selama ini dan sudah berusaha untuk bertanggung jawab sampai akhir.

Semoga semua kebaikan Bapak/Ibu, dan saudara-saudari sekalian dibalas oleh Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Bandar Lampung, 15 Agustus 2025
Penulis

Shafrina Atikah Khansa

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
II. TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN.....	10
A. Tinjauan Pustaka	10
1. Pola Pengeluaran	10
2. Pangan	11
3. Konsumsi.....	16
4. Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan Tingkat Kecukupan Gizi (TKG)17	
5. Pola Konsumsi.....	18
6. Determinan Pola Konsumsi.....	19
7. Pola Pangan Harapan	21
8. Penelitian Terdahulu	23
B. Kerangka Pemikiran.....	27
C. Hipotesis	30
III. METODE PENELITIAN.....	31
A. Metode Dasar	31
B. Konsep Dasar dan Definisi Operasional	31

C. Lokasi, Waktu, Populasi dan Sampel Penelitian	33
D. Jenis Data dan Metode Pengumpulan Data	35
E. Analisis Data.....	36
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	42
A. Keadaan Umum Daerah Penelitian.....	42
B. Karakteristik Mahasiswa Perantauan	43
1. Jenis Kelamin Mahasiswa Perantauan	43
2. Asal Daerah Mahasiswa Perantauan	44
3. Suku Asli Mahasiswa Perantauan	45
C. Pendapatan Mahasiswa Perantauan	46
D. Distribusi Pengeluaran	47
1. Pengeluaran Nonpangan.....	47
2. Pengeluaran Pangan	50
E. Pola Konsumsi Pangan	53
1. Jenis Pangan	53
2. Jumlah Konsumsi Pangan	54
3. Frekuensi Konsumsi Pangan	57
4. Skor Pola Pangan Harapan (PPH).....	61
F. Determinan Pola Konsumsi	67
1. Uji Asumsi Klasik	68
2. Analisis Regresi Linear Berganda.....	70
V. KESIMPULAN DAN SARAN	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR TABEL

Table	Halaman
1. Angka Kecukupan Gizi (AKG) untuk masyarakat Indonesia pada rentang usia 17-25 tahun.....	2
2. Rata-rata konsumsi per kapita penduduk Indonesia untuk makanan sumber karbohidrat pada tahun 2019-2023	3
3. Rata-rata konsumsi per kapita penduduk Indonesia untuk pangan sumber pelengkap karbohidrat pada tahun 2019-2023	5
4. Pengeluaran per kapita per bulan di Kota Bandar Lampung pada tahun 2019-2023	6
5. Susunan PPH nasional tahun 2019.....	22
6. Penelitian Terdahulu	24
7. Jumlah mahasiswa aktif jurusan Agribisnis dan Teknologi Hasil Pertanian tahun 2024-2025	34
8. Sebaran mahasiswa perantauan berdasarkan tahun angkatan dan jenis kelamin mahasiswa	44
9. Sebaran asal daerah mahasiswa perantauan berdasarkan jenis kelamin	45
10. Sebaran suku asli mahasiswa perantauan berdasarkan asal daerah	46
11. Besaran pendapatan mahasiswa berdasarkan jurusan dan angkatan (tahun) masuk Unila	47
12. Rata-rata pengeluaran nonpangan mahasiswa perantauan FP Unila berdasarkan jenis kelamin	48
13. Rata-rata pengeluaran pangan mahasiswa perantauan FP Unila.....	50
14. Rata-rata asupan energi dan protein mahasiswa perantauan FP Unila pada sembilan kelompok pangan.....	55

Tabel	Halaman
15. Frekuensi konsumsi pangan mahasiswa perantauan FP Unila.....	58
16. Rata-rata skor PPH mahasiswa perantauan laki-laki FP Unila	62
17. Rata-rata skor PPH mahasiswa perantauan perempuan FP Unila.....	62
18. Rata-rata skor PPH mahasiswa perantauan FP Unila	63
19. Crosstab pendapatan dan rata-rata skor PPH mahasiswa perantauan	66
20. Crosstab pengeluaran pangan dan rata-rata skor PPH mahasiswa perantauan	66
21. Hasil uji multikolinearitas	69
22. Hasil uji heteroskedastisitas	70
23. Hasil uji koefisien determinasi (R square dan adj R square)	71
24. Uji F (metode entered)	71
25. Uji t (metode entered)	72
26. Uji F (metode backward)	73
27. Uji t (metode backward)	74
28. Identitas responden mahasiswa perantauan FP Unila	89
29. Pengeluaran nonpangan mahasiswa perantauan FP Unila	92
30. Pengeluaran pangan mahasiswa perantauan FP Unila	94
31. Persentase pengeluaran pangan dan nonpangan	100
32. Frekuensi konsumsi mahasiswa perantauan FP Unila	102
33. Angka Kecukupan Gizi (AKG) mahasiswa perantauan FP Unila	130
34. Rekap konsumsi mahasiswa perantauan FP Unila.....	132
35. Rekap energi dan protein mahasiswa perantauan FP Unila	134
36. Rekap skor PPH mahasiswa perantauan FP Unila.....	136

Tabel	Halaman
37. Variabel regresi SPSS mahasiswa perantauan FP Unila.....	140
38. Hasil uji asumsi klasik dengan menggunakan SPSS 26.0.....	142
39. Hasil uji regresi linear berganda dengan SPSS 26.0	144

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka pemikiran pola pengeluaran dan determinan pola konsumsi mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung (FP Unila)..	29
2. Perbandingan pengeluaran pangan dan nonpangan mahasiswa perantauan laki-laki dan perempuan	52
3. Persentase rata-rata asupan energi mahasiswa perantauan FP Unila berdasarkan sembilan kelompok pangan	56
4. Persentase rata-rata asupan protein mahasiswa perantauan FP Unila berdasarkan sembilan kelompok pangan.....	56
5. Peta Fakultas Pertanian Universitas Lampung (FP Unila) Kota Bandar Lampung.....	88
6. Charts SPSS 26.0	147

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kebutuhan manusia terbagi menjadi tiga bagian yaitu. kebutuhan primer, kebutuhan sekunder dan kebutuhan tersier. Kebutuhan primer merupakan kebutuhan yang harus dipenuhi, jika tidak terpenuhi maka sulit bagi seseorang untuk menjalani kehidupan. Kebutuhan primer berkaitan dengan kecukupan kebutuhan pokok. Setiap orang wajib memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut, yang terdiri dari sandang, pangan, dan papan. Kebutuhan sekunder adalah kebutuhan yang dapat dipenuhi setelah kebutuhan primer terpenuhi dan kebutuhan tersier adalah kebutuhan yang dapat dipenuhi setelah kebutuhan primer dan sekunder. Kebutuhan tersier bisa juga disebut sebagai kebutuhan mewah atau barang mewah.

Kebutuhan pangan termasuk kebutuhan manusia yang tidak dapat dipisahkan sebagai kebutuhan primer, oleh karena itu kebutuhan akan makanan sangat penting. Manusia tidak hanya hidup dari kebutuhan pangan saja, tetapi juga masih membutuhkan sandang dan papan. Namun dibandingkan dengan keduanya, konsumsi pangan termasuk kebutuhan manusia yang paling utama. Pangan menyediakan nutrisi dan memberikan energi bagi tubuh. Makanan yang dikonsumsi sehari-hari dapat menjadi konsumsi pangan yang berkualitas apabila mengandung zat gizi lengkap dan seimbang (Syahroni et al., 2021)

Pola konsumsi pangan menggambarkan jenis, porsi, dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang, serta menujukkan seberapa besar kecukupan gizi yang

terpenuhi. Makanan yang dikonsumsi bermanfaat bagi kesehatan untuk memproduksi energi, pembentukan dan pemeliharaan jaringan tubuh. Kecukupan gizi setiap orang berbeda-beda menurut jenis kelamin, usia, dan aktivitas fisik. Status gizi seseorang dapat dikatakan baik apabila zat gizi yang dikonsumsi telah sesuai dengan yang dibutuhkan. Pengukuran kecukupan gizi mengacu pada Permenkes No.28 (2019), tentang Angka Kecukupan Gizi (Kemenkes [Kementerian Kesehatan], 2019)

Penelitian ini mengkhususkan pada pola konsumsi mahasiswa. Mahasiswa adalah seseseorang yang sedang menempuh pendidikan tinggi pada Perguruan Tinggi, seperti Universitas, Institut, dan Perguruan Tinggi lainnya. Seorang mahasiswa umumnya berada pada tahap perkembangan menuju dewasa muda yaitu 17 hingga 25 tahun yang tergolong sebagai masa remaja akhir di masa dewasa awal (Yusuf, 2012). Angka Kecukupan Gizi (AKG) mahasiswa pada rentang usia 17-25 tahun menurut Permenkes No.28 tahun 2019 (Kemenkes, [Kementerian Kesehatan], 2019) dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi (AKG) untuk masyarakat Indonesia pada rentang usia 17-25 tahun

Umur (thn)	BB (kg)	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Karbo (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Vit		
									A (RE)	B (mg)	C (mg)
Pria:											
16-18	60	2650	75	85	400	1200	1250	11	700	1.3	90
19-29	60	2650	65	75	430	1000	700	9	650	1.2	90
Wanita:											
16-18	52	2100	65	70	300	1200	1250	15	600	1.1	75
19-29	55	2250	60	65	360	1000	700	18	600	1	75

Sumber: Kemenkes [Kementerian Kesehatan], 2019

Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa kecukupan gizi pada mahasiswa dapat diukur dengan standar Angka Kecukupan Gizi (AKG). Apabila asupan gizi yang didapatkan mahasiswa sudah sesuai dengan ketentuan AKG pada Tabel 1, maka dapat dikatakan bahwa asupan gizinya sudah terpenuhi. Sebaliknya, jika mahasiswa mendapatkan asupan gizi di bawah standar AKG yang telah ditetapkan, maka mahasiswa tersebut kekurangan gizi.

Menurut Pedoman Umum Gizi Seimbang (Kemenkes [Kementerian Kesehatan], 2014) dalam sehari sekitar 50 hingga 60% dari total energi disarankan bersumber dari karbohidrat kompleks dan 5% dari total energi berasal dari gula (sekitar 3-4 sendok makan setiap hari). Fungsi utama karbohidrat adalah menyediakan energi tubuh. Karbohidrat menjadi sumber energi utama bagi masyarakat di seluruh dunia, yang berasal dari pangan seperti padi-padian, atauereal, umbi-umbian, kacang-kacang kering, dan gula. Sebagai kebutuhan dasar manusia, mengonsumsi makanan yang berkualitas sangat dibutuhkan. Rata-rata konsumsi per kapita makanan pangan penduduk Indonesia tahun 2019-2023 dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Rata-rata konsumsi per kapita penduduk Indonesia untuk makanan sumber karbohidrat pada tahun 2019-2023

Jenis Makanan	Tahun (kg/minggu)				
	2019	2020	2021	2022	2023
Beras	1,504	1,505	1,563	1,554	1,552
Beras Ketan	0,005	0,005	0,006	0,006	0,006
Jagung Basah	0,039	0,050	0,034	0,032	0,036
Umbi-umbian:					
Kentang	0,052	0,049	0,054	0,061	0,055
Ubi kayu	0,084	0,093	0,119	0,106	0,108
Ubi Jalar	0,061	0,059	0,071	0,065	0,067
Makanan Olahan:					
Bubur Ayam	0,005	0,005	0,004	0,004	0,004
Nasi Putih	0,029	0,029	0,027	0,027	0,026
Lontong/Ketupat	0,019	0,018	0,016	0,016	0,016
Mie Instan	0,091	0,082	0,070	0,090	0,094

Sumber: Kementerian Pertanian, 2023

Pada Tabel 2 dapat dilihat bahwa penduduk Indonesia mengonsumsi beras sebagai sumber karbohidrat, sehingga menjadi makanan pokok sehari-hari. Berdasarkan data, rata-rata konsumsi per kapita beras dalam dua tahun terakhir mengalami penurunan, dengan data terakhir pada tahun 2023 yaitu sebanyak 1,552 kg/minggu, namun beras tetap menjadi komoditas pangan terbanyak yang dikonsumsi masyarakat Indonesia. Komoditas pangan ke dua yang paling banyak dikonsumsi masyarakat Indonesia dan dapat dijadikan sebagai makanan alternatif

pengganti beras adalah ubi kayu, dengan data terakhir pada tahun 2023 yaitu sebanyak 0,108 kg/minggu.

Beras termasuk salah satu padi-padian terpenting di dunia yang digunakan untuk konsumsi manusia. Beras merupakan makanan pokok di Indonesia. Pada negara di Asia, hingga 75% energi harianya berasal dari beras. Lebih dari 59% penduduk dunia bergantung pada beras sebagai sumber energi utama (Marjuki, 2008). Tidak hanya beras, beberapa masyarakat di Indonesia juga mengonsumsi umbi-umbian sebagai pangan sumber karbohidrat. Umbi-umbian merupakan salah satu pangan lokal yang dapat dikembangkan sebagai pangan alternatif di Indonesia. Namun tanaman tersebut semakin langka saat ini, kecuali beberapa masyarakat pedesaan menanamnya dalam jumlah kecil. Umbi-umbian lokal Indonesia patut dikembangkan sebagai pangan alternatif. Umbi-umbian merupakan tanaman pangan penting sumber karbohidrat yang juga dijadikan makanan pokok di beberapa Negara terutama Asia dan Afrika.

Selain karbohidrat, manusia juga membutuhkan zat gizi lainnya agar dapat memenuhi asupan gizi harianya, yaitu protein hewani, protein nabati, vitamin A, vitamin B, vitamin C, kalsium, lemak, dan lain sebagainya. Setiap individu membutuhkan makanan dengan kandungan gizi tersebut. Rata-rata konsumsi pangan sumber pelengkap karbohidrat per kapita penduduk Indonesia pada tahun 2019-2023 dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Rata-rata konsumsi per kapita penduduk Indonesia untuk pangan sumber pelengkap karbohidrat pada tahun 2019-2023

Jenis Makanan	Tahun (kg/minggu)				
	2019	2020	2021	2022	2023
Daging Ayam	0,11	0,12	0,13	0,14	0,14
Daging Sapi	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
Telur ayam	0,13	0,13	0,14	0,14	0,13
Tempe	0,14	0,14	0,15	0,14	0,14
Tahu	0,15	0,15	0,16	0,15	0,15
Kangkung	0,07	0,07	0,08	0,08	0,08
Wortel	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03
Sawi putih	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02
Susu bubuk	0,02	0,02	0,02	0,01	0,01
Buah mangga	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
Buah jeruk	0,09	0,06	0,08	0,09	0,08
Buah pisang	0,13	0,13	0,17	0,17	0,16
Buah pepaya	0,06	0,06	0,08	0,08	0,08

Sumber: Kementerian Pertanian, 2023

Data pada Tabel 3 menunjukkan bahwa penduduk Indonesia lebih banyak mengkonsumsi daging ayam sebagai sumber protein hewani dengan jumlah rata-rata konsumsi per kapita per minggu setiap tahun mengalami kenaikan. Selain itu, masyarakat Indonesia juga suka mengonsumsi tahu dan tempe yang mengandung protein nabati. Hal ini dikarenakan tahu dan tempe merupakan makanan yang murah dan mudah didapatkan. Untuk sayuran, masyarakat Indonesia paling banyak mengonsumsi menyukai kangkung. Adapun rata-rata konsumsi per kapita per minggu untuk susu bubuk sangat kecil. Hal ini dikarenakan masyarakat Indonesia hanya mengkonsumsi susu pada masa pertumbuhan bayi dan balita. Semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin jarang mengkonsumsi susu untuk memenuhi asupan gizinya. Untuk kategori buah-buahan yang terbanyak dikonsumsi adalah buah pisang.

Menurut Imelda (2018), konsumsi seseorang dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti jumlah anggota keluarga, pendapatan, pendidikan, kesukaan dan pengetahuan gizi. Faktor eksternal meliputi agroekologi, produksi, ketersediaan, distribusi dan promosi penjualan. Menurut Samuelson dan Nordhaus (2001), konsumsi mengacu pada pengeluaran yang dilakukan untuk membeli barang dan jasa akhir untuk memperoleh kepuasan

atau pemuasan kebutuhannya. Pengeluaran per kapita sebulan di Kota Bandar Lampung tahun 2019-2023 di Indonesia dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Pengeluaran per kapita per bulan di Kota Bandar Lampung pada tahun 2019-2023

Tahun	Jumlah penduduk (Jiwa)	Makanan		Bukan Makanan	
		(Rp)	(%)	(Rp)	(%)
2019	1.051.500	658.831	47,42	730.600	52,58
2020	1.166.066	660.236	44,65	818.618	55,35
2021	1.184.949	766.161	43,62	990.284	56,38
2022	1.209.937	773.485	45,73	917.750	54,27
2023	1.100.109	827.507	42,03	1.141.167	57,97

Sumber: BPS [Badan Pusat Statistik], 2023

Data pada Tabel 4 menunjukkan bahwa pengeluaran rata rata per kapita masyarakat di Kota Bandar Lampung untuk komoditas yang termasuk bukan makanan lebih besar dibandingkan komoditas makanan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar pengeluaran masyarakat di Kota Bandar Lampung digunakan untuk memenuhi kebutuhan bukan makanan, yang menjelaskan bahwa di daerah perkotaan, pengeluaran untuk keperluan makanan sudah terpenuhi sehingga distribusi pengeluaran digunakan untuk keperluan lain selain konsumsi makanan.

Menurut BPS [Badan Pusat Statistik] (2023), jumlah penduduk di Kota Bandar Lampung sebanyak 1.100.109 jiwa pada tahun 2023. Sebagai ibu kota Provinsi Lampung, wilayah ini menjadi pusat utama berbagai aktivitas, baik di bidang pemerintahan maupun perekonomian. Berbagai sarana dan layanan tersedia, termasuk sektor perdagangan, jasa, pendidikan, kesehatan, hingga administrasi pemerintahan. Sejalan dengan pertumbuhan Kota Bandar Lampung, pertumbuhan penduduk juga mengalami kenaikan dari tahun ke tahun. Termasuk banyaknya penduduk yang berasal dari luar Provinsi Lampung, menjadikan Kota Bandar Lampung tempat yang dituju, seperti banyaknya mahasiswa perantauan yang memilih Kota Bandar Lampung sebagai tempat untuk bersekolah atau kuliah.

Salah satu faktor yang mendorong mahasiswa untuk pergi merantau adalah untuk memperoleh pendidikan yang berkualitas. Hal ini tentunya berkaitan dengan ketersediaan fasilitas pendidikan yang tidak merata di Indonesia. Permasalahan yang menghambat terwujudnya pemerataan pendidikan antara lain adalah minimnya alokasi sumber daya ke wilayah yang jauh dari pusat kekuasaan, sementara masyarakat yang memiliki infrastruktur memadai tidak mampu memanfaatkannya dengan baik. Kualitas pendidikan yang belum merata, terutama pada tingkat lanjutan, mendorong masyarakat untuk merantau dalam menempuh pendidikan tinggi.

Universitas Lampung (Unila) merupakan salah satu Perguruan Tinggi Negeri (PTN) yang terletak di Kota Bandar Lampung, terdiri dari 8 fakultas, salah satunya adalah Fakultas Pertanian (FP) yang memiliki sembilan jurusan dengan mahasiswa yang berasal dari berbagai daerah. Mahasiswa perantauan cenderung memilih untuk tinggal di kost, dikarenakan jarak tempuh yang jauh dari daerah asalnya. Mahasiswa yang dikategorikan sebagai mahasiswa perantauan adalah mahasiswa yang berasal dari Provinsi Lampung maupun luar Provinsi Lampung dan tinggal sendiri (kos), sehingga harus cermat dalam mengelola pengeluaran selama tinggal jauh di perantauan.

Universitas Lampung (Unila) merupakan salah satu Perguruan Tinggi Negeri (PTN) yang terletak di Kota Bandar Lampung, terdiri dari 8 fakultas, salah satunya adalah Fakultas Pertanian (FP) yang memiliki 9 jurusan dengan mahasiswa yang berasal dari berbagai daerah. Mahasiswa perantauan cenderung memilih untuk tinggal di kost, dikarenakan jarak tempuh yang jauh dari daerah asalnya. Mahasiswa yang dikategorikan sebagai “mahasiswa perantauan” adalah mahasiswa yang berasal dari Provinsi Lampung maupun luar Provinsi Lampung dan tinggal sendiri (kost), sehingga harus cermat dalam mengelola pengeluaran selama tinggal jauh di perantauan.

Mahasiswa perantauan sama seperti mahasiswa lainnya, di mana mereka tidak termasuk dalam kategori angkatan kerja. Hal ini disebabkan karena status mereka

sebagai pelajar yang tidak sedang mencari pekerjaan atau pun sedang bekerja. Mereka fokus pada pendidikan, sehingga tidak memiliki pendapatan tetap. Sumber pendapatan mahasiswa umumnya berasal dari uang saku yang diberikan oleh orang tua, serta berbagai penghasilan lain di luar uang saku, seperti dari magang, beasiswa, berjualan, dll. Pendapatan mahasiswa yang diperoleh akan dialokasikan untuk memenuhi kebutuhan mereka dalam pengeluaran konsumsi baik itu konsumsi pangan dan nonpangan, rutin maupun tidak rutin.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana pola pengeluaran mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung Kota Bandar Lampung
- 2) Bagaimana pola konsumsi pangan mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung di Kota Bandar Lampung
- 3) Apakah faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung di Kota Bandar Lampung

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Menganalisis pola pengeluaran mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung di Kota Bandar Lampung
- 2) Menganalisis pola konsumsi pangan mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung di Kota Bandar Lampung
- 3) Menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi mahasiswa perantauan Universitas Lampung di Kota Bandar Lampung

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dapat diperoleh dari penelitian ini adalah:

1) Bagi Mahasiswa

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, mahasiswa dapat lebih memperhatikan pola konsumsinya sehari-hari agar dapat melakukan kegiatan sehari-hari dengan lebih optimal

2) Bagi Akademisi

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dalam penelitian yang berhubungan dengan pola konsumsi serta sebagai sumber informasi bagi penelitian selanjutnya,

II. TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS

A. Tinjauan Pustaka

1. Pola Pengeluaran

Pengeluaran adalah jumlah uang atau sumber daya yang dikeluarkan oleh individu, keluarga, perusahaan atau pemerintah untuk membeli barang atau jasa. Pengeluaran dapat terjadi dalam berbagai konteks, termasuk kehidupan sehari-hari, bisnis, atau keuangan publik. Ini termasuk membeli makanan, pakaian, transportasi, perumahan, pendidikan, perawatan kesehatan, dan banyak lagi.

Pengeluaran harus didukung dengan adanya kepastian tersedianya penerimaan dalam jumlah yang memadai dan tidak dibenarkan melakukan aktifitas yang belum tersedia atau tidak mencukupi dana anggaran (Novianto, 2019). Pola pengeluaran mencakup bagaimana seseorang atau sebuah keluarga menggunakan uang mereka untuk kebutuhan sehari-hari, baik kebutuhan pangan, maupun nonpangan.

Menurut Sukirno (2000), pola pengeluaran masyarakat termasuk salah satu aspek yang dapat memengaruhi kesejahteraan. Teori yang dikemukakan oleh Franco Modigliani mempunyai gambaran tentang hipotesis siklus hidup menyatakan bahwa pola pengeluaran konsumsi oleh masyarakat berdasarkan pada kenyataan bahwa konsumsi suatu masyarakat akan dipengaruhi oleh masa siklus hidupnya. Karena seseorang mempunyai pendapatan yang berbeda di setiap fase hidupnya.

2. Pangan

Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air yang diperuntukkan bagi konsumsi manusia, baik yang diolah maupun tidak diolah, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan lain yang digunakan dalam penyiapan, pengolahan, atau pembuatan makanan dan minuman. (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Berikut jenis pangan yang biasa dikonsumsi oleh penduduk Indonesia.

a. Beras

Beras merupakan hasil pengolahan suatu produk pertanian yang bernama padi (*Oryza sativa*). Beras merupakan makanan pokok di negara-negara Asia, khususnya Indonesia, Thailand, Malaysia, Vietnam, Jepang, dan Myanmar. Biji padi terdiri dari dua bagian, yaitu bagian yang dapat dimakan (*rice caryopsis*) dan bagian kulit (*hull atau husk*) (Ambarinanti, 2007). Beras merupakan pangan yang sangat strategis bagi negara-negara di kawasan Asia, termasuk Indonesia, karena saat ini sekitar 95% penduduk Indonesia masih menggunakan beras sebagai makanan pokok (Riyanto, 2013).

Komposisi kimia beras bervariasi menurut varietas dan cara pengolahannya. Selain sebagai sumber energi dan protein, beras juga mengandung berbagai mineral dan vitamin. Karbohidrat pada beras sebagian besar berupa pati (85-90%) dan sedikit pentosa, selulosa, hemiselulosa, dan gula. Dengan demikian, sifat fisikokimia beras menentukan sifat fisikokimia patinya (Astawan, 2004).

Kandungan gizi yang terdapat dalam beras bisa berbeda-beda tergantung jenis berasnya. Ada berbagai jenis beras, termasuk beras putih, beras merah, dan lainnya, dan kandungan gizinya mungkin sedikit berbeda antar jenis. Pengolahan juga dapat memengaruhi nilai gizi beras, karena kulit luar (sekam) dari beras putih biasanya dihilangkan, sedangkan beras merah dan coklat mempertahankan lapisan sekam tersebut, yang mengandung lebih banyak serat dan nutrisi.

b. Jagung

Jagung (*Zea mays L.*) merupakan salah satu tanaman pangan dunia yang terpenting, selain gandum dan padi. Sebagai sumber karbohidrat utama di Amerika Tengah dan Selatan, jagung juga menjadi sumber pangan alternatif di Amerika Serikat. Penduduk beberapa daerah di Indonesia (seperti Madura dan Nusa Tenggara) juga menggunakan jagung sebagai makanan pokok. Selain sebagai sumber karbohidrat, jagung juga ditanam untuk pakan ternak, ekstraksi minyak, diproduksi menjadi tepung, dan bahan baku industri. Jagung memiliki banyak kegunaan, karena hampir seluruh bagian tanaman dapat dimanfaatkan untuk berbagai keperluan. Jagung memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, karena jagung merupakan sumber serat dan kaya akan nutrisi penting bagi tubuh. Kandungan jagung mempunyai kemampuan melindungi tubuh dari berbagai penyakit.

c. Ubi Kayu

Ubi kayu, juga dikenal sebagai singkong atau *cassava* merupakan salah satu jenis tanaman umbi-umbian yang menjadi sumber makanan pokok di banyak wilayah tropis dan subtropis di dunia. Ubi kayu merupakan tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai pangan, pakan ternak, sumber energi dan berbagai keperluan industri (Islami, 2015). Ubi kayu merupakan tanaman yang masa tanamnya 7-12 bulan sebelum panen (Roja, 2009). Ubi kayu merupakan tanaman yang mampu bertahan dalam kekeringan dan tahan terhadap beberapa hama dan penyakit. Ubi kayu mempunyai kemampuan hidup di lahan marginal dan tidak membutuhkan banyak air seperti padi (Ceballos, 2008).

d. Ubi Jalar

Ubi jalar merupakan kelompok tanaman pangan yang banyak dibudidayakan sebagai komoditas pertanian sumber karbohidrat setelah padi, jagung, dan singkong. Alasan utama banyak yang membudidayakan adalah karena tanaman ini relatif mudah tumbuh, tahan terhadap hama dan penyakit, serta produktivitas yang cukup tinggi. Ubi jalar juga merupakan salah satu bahan makanan yang

baik, apalagi patinya yang memiliki nilai gizi yang sangat tinggi, termasuk banyak mengandung karbohidrat. Itu sebabnya ubi jalar juga dijadikan makanan pokok di beberapa daerah. (Winarsih, 2007).

e. Kentang

Kentang (*Solanum tuberosum L.*) merupakan umbi-umbian sumber karbohidrat yang banyak digunakan sebagai makanan pokok bagi masyarakat dunia setelah gandum, jagung, dan beras. Kentang mengandung karbohidrat kompleks, terutama berupa pati. Saat dimakan, tubuh memecah pati menjadi gula sederhana seperti glukosa, yang kemudian digunakan sebagai sumber energi.

f. Mie Instan

Mie instan merupakan produk pangan yang sangat populer di seluruh dunia karena kemudahan penggunaan dan waktu penyiapan yang singkat. Namun, mie instan sering dianggap sebagai makanan tidak sehat karena kandungan garam dan bahan pengawetnya yang tinggi. Pola makan mie instan yang tidak seimbang secara berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan, seperti risiko obesitas, penyakit jantung, dan diabetes. Oleh karena itu, konsumsi mie instan harus diimbangi dengan pola makan yang lebih sehat dan seimbang serta disesuaikan dengan kebutuhan gizi individu.

g. Daging Ayam

Daging ayam merupakan salah satu bahan baku hewani yang dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Daging yang biasa dikonsumsi adalah daging ayam berjenis ayam broiler atau ayam ras pedaging. Daging ayam memiliki ciri-ciri khusus, diantaranya adalah berwarna keputih-putihan atau merah pucat, memiliki serat daging yang halus dan panjang, dan diantara serat daging tidak terdapat lemak (Rosyidi, 2009). Lemak pada daging ayam terletak di bawah kulit dan berwarna kekuning-kuningan. Kandungan gizi yang tinggi pada daging ayam menjadi media yang cocok untuk berkembangnya bakteri sehingga daging mudah

busuk. Kandungan gizi terbesar pada daging ayam adalah kandungan kadar airnya

h. Daging sapi

Daging sapi merupakan bagian dari hewan potong yang dimanfaatkan masyarakat untuk dijadikan makanan (Saptarini, 2009). Daging sapi merupakan hewani dalam negeri yang merupakan sumber protein hewani. Daging sapi merupakan bahan pangan yang mengandung zat gizi yang dibutuhkan tubuh manusia untuk pertumbuhan dan kesehatan (Arifin et al., 2008). Menurut Nurwanto (2012), daging sapi mempunyai nilai gizi yang cukup lengkap, seperti air, protein, lemak, mineral dan kandungan karbohidrat yang rendah.

i. Telur Ayam

Telur merupakan salah satu sumber protein hewani yang populer dan banyak diminati masyarakat. Hampir seluruh masyarakat di Indonesia dapat mengonsumsi telur ayam ras untuk memenuhi kebutuhan protein hewaninya. Hal ini disebabkan karena harga telur ayam ras relatif murah dan mudah didapat serta dapat memenuhi asupan gizi yang diharapkan (Lestari, 2009). Menurut Sudaryani (2009), telur mengandung protein yang tinggi dan mempunyai komposisi protein yang lengkap, namun juga mempunyai kandungan lemak yang tinggi. Umumnya masyarakat paling banyak mengonsumsi telur ayam karena mengandung banyak nutrisi, telur sangat baik dikonsumsi anak-anak pada masa pertumbuhan.

j. Tempe dan tahu

Tempe merupakan produk fermentasi kedelai asli Indonesia yang kaya akan nutrisi. Tempe merupakan bahan pangan yang kaya akan serat, kalsium, vitamin B dan zat besi (Cahyadi, 2007). Selain sebagai alternatif pemenuhan kebutuhan protein, tempe juga mempunyai khasiat obat seperti antibiotik untuk mengatasi infeksi, antioksidan untuk menangkap radikal bebas. Menurut Haryoko dan Nova (2009) tempe biasanya berwarna putih akibat tumbuhnya miselia kapang yang menempel pada biji kedelai sehingga membentuk tekstur yang padat.

Tahu adalah makanan yang terbuat dari kedelai yang difermentasi dan diambil sarinya. Tahu merupakan produk olahan kedelai sebagai pangan fungsional yang mengandung protein, lemak, karbohidrat dan serat. Dibuat dalam proses penggumpalan protein hingga membentuk zat semi padat. Tahu dikenal sebagai bahan pangan yang tidak tahan lama dan proses produksinya biasanya masih tradisional baik dari segi peralatan, metode, dan pemasarannya. Umur simpan tahu hanya satu hari, sehingga permasalahan dari masyarakat dan pengusaha tahu sendiri adalah produksi tahu yang terbatas sesuai dengan tingkat penjualan harian (Harti et al., 2013)

k. Sayuran

Sayuran merupakan bahan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan. Bagian tumbuhan yang dapat dimakan dan dimanfaatkan sebagai sayuran adalah daun, batang, bunga dan buah mudanya, sehingga dapat dikatakan seluruh bagian tumbuhan dapat dimanfaatkan sebagai sayur. Sayuran juga dikenal sebagai bahan pangan yang mempunyai banyak manfaat bagi kehidupan manusia. Fungsi sayur adalah memberikan vitamin dan mineral yang sangat bermanfaat bagi tubuh (Fitria, 2013)

l. Buah-buahan

Buah merupakan organ tumbuhan berbunga yang merupakan perkembangan dari bakal buah (ovarium) suatu buah. Buah biasanya menutupi dan melindungi biji. Buah-buahan seringkali mengandung berbagai produk metabolisme tumbuhan, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Setiap buah mengandung vitamin dan mineral yang berbeda. Belimbing, durian, jambu biji, jeruk, mangga, melon, pepaya, rambutan, sawo dan karan merupakan buah terbanyak yang mengandung vitamin C dalam jumlah relatif tinggi dibandingkan buah lainnya. Padahal jambu biji, mangga matang, pisang raja dan nangka merupakan sumber provitamin A yang sangat tinggi (Astawan, 2008).

m. Susu

Susu merupakan sumber energi karena banyak mengandung laktosa dan lemak, disebut juga sumber pembangun karena juga banyak mengandung protein dan mineral serta berbagai bahan penunjang proses metabolisme seperti mineral dan vitamin. Susu adalah cairan berwarna putih yang dikeluarkan oleh kelenjar susu mamalia betina sebagai makanan dan sumber gizi bagi anaknya. Kebutuhan gizi setiap mamalia betina berbeda-beda, sehingga jumlah susu yang dihasilkan tidak sama pada mamalia yang berbeda (Utami et al. 2011).

Susu segar merupakan bahan makanan yang sangat bergizi, karena susu segar mengandung berbagai macam nutrisi yang lengkap dan seimbang seperti protein, lemak, karbohidrat, mineral dan vitamin yang sangat dibutuhkan tubuh manusia. Tingginya nilai gizi pada susu menjadikan susu sangat disukai oleh mikroorganisme yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan mikroba, sehingga susu menjadi tidak layak dikonsumsi dalam waktu yang sangat singkat apabila tidak ditangani dengan baik dan benar.

3. Konsumsi

Konsumsi adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam memenuhi kebutuhan hidup, tentunya dalam konsumsi setiap manusia berbeda, tergantung dengan kebutuhan yang diperlukan. Dengan adanya kemajuan dan perkembangan zaman yang membawa banyak perubahan, sehingga menciptakan beragam kebutuhan individu. tingkat konsumsi masyarakat di Indonesia mengalami kenaikan seiring dengan bertambahnya jumlah penduduk. Konsumsi juga mencerminkan gaya hidup setiap individu atau kelompok sosial tertentu.

Teori konsumsi pertama kali dikemukakan oleh John Maynard Keynes. Konsep konsumsi Keynes didasarkan pada hipotesis bahwa terdapat hubungan empiris yang stabil antara konsumsi dan pendapatan. Jika jumlah pendapatan meningkat maka konsumsi meningkat secara proporsional, namun dengan proporsi yang lebih kecil dibandingkan dengan peningkatan pendapatan itu sendiri.

Menurut Mankiw (2013), konsumsi mengacu pada pengeluaran rumah tangga atas barang dan jasa. Barang yang dimaksud di sini adalah barang tahan lama, seperti kendaraan dan perlengkapan rumah tangga, serta barang tidak tahan lama seperti makanan dan pakaian, sedangkan jasa mengacu pada barang-barang yang tidak berwujud, seperti potong rambut dan layanan Kesehatan. Selain itu pembelanjaan rumah tangga untuk pendidikan juga termasuk kedalam konsumsi jasa.

4. Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan Tingkat Kecukupan Gizi (TKG)

Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan didefinisikan sebagai rata-rata kecukupan zat gizi harian bagi hampir semua orang dari menurut kelompok umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, dan aktivitas. Kecukupan makanan yang dianjurkan tidak sama dengan kebutuhan gizi. AKG untuk beberapa zat gizi seperti vitamin dan mineral juga mencakup pembuatan cadangan zat gizi tersebut. Cadangan dalam tubuh ini diperlukan oleh tubuh untuk memenuhi kebutuhan dalam jangka waktu tertentu (Indriani, 2019)

Perhitungan angka kecukupan gizi yang dianjurkan berdasarkan acuan berat badan setiap kelompok umur dan jenis kelamin. Nilai acuan berat badan didasarkan pada berat badan orang yang merupakan mayoritas penduduk dan berada dalam kondisi optimal. Tujuan konsumsi pangan adalah untuk memperoleh asupan zat gizi yang memenuhi kecukupan zat gizi esensial tubuh sesuai dengan anjuran. Berdasarkan konsumsi zat gizi tersebut, selanjutnya dapat dinilai apakah konsumsi tersebut telah memenuhi anjuran atau belum. Dengan kata lain, tingkat kecukupan gizi seseorang dapat dinilai dengan menggunakan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (Indriani, 2019)

Tingkat kecukupan gizi yang merupakan persentase angka kecukupan gizi (%AKG) adalah perbandingan antara asupan gizi yang dicapai bila dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan dalam persen (Indriani, 2019). Ketidakseimbangan asupan gizi dapat menimbulkan permasalahan gizi, baik masalah gizi kurang maupun gizi lebih (Rokhmah, 2016). Tingkat kecukupan gizi

mengacu pada sejauh mana konsumsi makanan seseorang atau populasi tertentu memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan untuk menjaga kesehatan dan pertumbuhan yang optimal. Kecukupan gizi sangat penting untuk menghindari terjadinya kekurangan gizi (*malnutrition*) atau kelebihan gizi (*overnutrition*).

Tujuan mengonsumsi makanan adalah untuk mendapatkan asupan zat gizi guna memenuhi kecukupan tubuh akan zat-zat gizi esensial sebagaimana yang telah dianjurkan. Berdasarkan konsumsi zat gizi, selanjutnya dapat dilakukan penilaian terhadap konsumsi tersebut apakah telah memenuhi anjuran atau belum. Dengan kata lain, tingkat kecukupan gizi seseorang dapat dinilai dengan menggunakan dasar angka kecukupan gizi yang dianjurkan.

Perhitungan tingkat kecukupan gizi harus dilakukan dengan membandingkan jumlah asupan setiap macam zat gizi dari semua makanan yang dimakan oleh seseorang selama 24 jam dengan AKG orang tersebut yang telah dihitung menggunakan rumus bedasarkan tabel AKG tahun 2019 (Permenkes No. 28 tahun 2019). Selain energi, zat gizi lain yang sering dihitung tingkat kecukupannya adalah protein, vitamin A, vitamin c, fosfor, kalsium, dan zat besi, kategori tingkat kecukupan gizi untuk zat gizi makro (energi, karbohidrat, lemak dan protein) adalah <70% defisit berat, 70-79% defisit ringan, 80-89% cukup, 90-109% normal, >1105 kelebihan. Untuk zat gizi mikro (vitamin dan mineral) menggunakan batas 2/3 (70% AKG) (Indriani, 2019)

5. Pola Konsumsi

Pola konsumsi berasal dari kata pola dan konsumsi. Pola adalah suatu bentuk atau struktur, sedangkan konsumsi adalah pengeluaran seseorang atau kelompok atas penggunaan barang dan jasa hasil produksi untuk memenuhi kebutuhan. Oleh karena itu, pengertian pola konsumsi adalah bentuk atau struktur pengeluaran seseorang atau kelompok dalam rangka pemakaian barang dan jasa hasil produksi untuk memenuhi kebutuhan. Dari segi konsumsi, pola konsumsi rumah tangga atau pelajar tidak sama persis antara satu dengan yang lainnya. Namun secara

umum terdapat perbedaan keteraturan pengeluaran konsumsi, pola pengeluaran ini disebut pola konsumsi, karena konsumsi merupakan suatu bentuk atau struktur pengeluaran.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pola konsumsi adalah gambaran kegiatan seseorang untuk memenuhi kebutuhannya, baik itu barang hasil produksi, bahan makanan, dan lain-lain. Pola konsumsi pangan adalah cara seseorang untuk memilih dan memakan makanan sebagai reaksi dari pengaruh fisiologis, psikologis, sosial, dan budaya. Pola pangan disebut juga sebagai pola makan atau kebiasaan makan. Jenis-jenis pangan yang dikonsumsi oleh penduduk pada suatu daerah biasanya tidak jauh dari jenis-jenis pangan yang dapat diproduksi atau ditanam di daerah tersebut. Pangan yang dikonsumsi secara teratur oleh suatu kelompok penduduk dalam jumlah yang cukup banyak untuk menyediakan bagian terbesar dari konsumsi energi total yang dihasilkan oleh makanan disebut sebagai pangan pokok (Indriani, 2019).

Untuk dapat memperoleh asupan semua zat gizi yang diperlukan, tubuh perlu mengonsumsi berbagai macam bahan makanan dengan kandungan zat gizi yang bervariasi. Dengan mengkombinasikan berbagai macam makanan, maka akan dapat diperoleh menu yang seimbang. Saat ini, menu seimbang telah disempurnakan dan diperkenalkan dengan nama menu makanan B2S+AH (beragam, bergizi, seimbang, aman dan halal). Penyusunan menu makanan B2S ini mengacu kepada Pedoman Zat Gizi Seimbang (PGS) dan Pola Pangan Harapan (PPH) yang telah disesuaikan untuk orang Indonesia (Indriani, 2019)

6. Determinan Pola Konsumsi

Menurut Suparmoko (1998) terdapat beberapa variabel yang memengaruhi konsumsi selain dari pendapatan adalah sebagai berikut:

a. Selera Konsumsi

masing-masing individu berbeda meskipun individu tersebut mempunyai umur dan pendapatan yang sama, hal ini disebabkan karena adanya perbedaan selera pada tiap individu.

b. Faktor Sosial Ekonomi

Faktor sosial ekonomi seperti usia, pendidikan dan keadaan keluarga juga memengaruhi pengeluaran konsumsi. Pendapatan akan tinggi pada kelompok usia muda dan mencapai puncaknya pada usia paruh baya dan akhirnya menurun pada usia tua.

c. Kekayaan

Kekayaan seringkali secara langsung atau tidak langsung dimasukkan dalam fungsi agregat sebagai penentu konsumsi. Seperti halnya pendapatan permanen yang dikemukakan oleh Friedman, Albert Ando dan Franco Modigliani menyatakan bahwa perolehan kekayaan bersih merupakan faktor penting dalam menentukan konsumsi.

d. Keuntungan atau Kerugian Capital

Keuntungan capital yaitu dengan naiknya hasil bersih dari kapital akan mendorong tambahnya konsumsi, sebaliknya dengan adanya kerugian kapital akan mengurangi konsumsi.

e. Tingkat Bunga

Ahli-ahli ekonomi klasik menganggap bahwa konsumsi merupakan fungsi dari tingkat bunga. Khususnya mereka percaya bahwa tingkat bunga mendorong tabungan dan mengurangi konsumsi.

f. Tingkat Harga

Sejauh ini dianggap konsumsi riil merupakan fungsi dari pendapatan riil. Oleh karena itu naiknya pendapatan nominal yang disertai dengan naiknya tingkat harga dengan proposi yang sama tidak akan merubah konsumsi riil.

7. Pola Pangan Harapan

Pola Pangan Harapan (PPH) adalah sebagai susunan beragam pangan yang didasarkan atas proporsi keseimbangan energi dari berbagai kelompok pangan untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya, baik dalam jumlah maupun mutu dengan mempertimbangkan segi daya terima, ketersediaan pangan, ekonomi, budaya dan agama (Indriani, 2019). Pola pangan harapan merupakan suatu metode yang digunakan untuk menilai jumlah dan komposisi atau ketersediaan pangan. Skor PPH digunakan untuk evaluasi situasi dan kebijakan konsumsi pangan, perencanaan konsumsi, penyedia, dan produksi pangan, serta digunakan untuk penelitian, pengembangan, pengkajian, dan penerapan dibidang pangan.

Penilaian jumlah dan komposisi pangan berdasarkan PPH mempertimbangkan Angka Kecukupan Energi (AKE), kelompok pangan PPH, komposisi PPH tingkat nasional atau daerah bedasarkan zonasi, komposisi pemenuhan energi bedasarkan kelompok pangan PPH, dan bobot bedasarkan kelompok pangan PPH. Kelompok pangan PPH meliputi 9 kelompok pangan, yaitu; padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, buah/biji berminyak, minyak dan lemak, kacang-kacangan, gula, sayur dan buah, dan aneka bumbu dan bahan minuman. Penilaian jumlah dan komposisi pangan bedasarkan PPH sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 dilaksanakan melalui tahapan pengumpulan data, pengolahan data, penganalisisan data, dan penyajian data (Badan Ketahanan Pangan, 2015)

Tabel 5. Susunan PPH nasional tahun 2019

No	Golongan Pangan	% AKG (FAO RAPA)	Pola Pangan Harapan Nasional				
			Gram	Energi (kkal)	% AKG	Bobot	Skor PPH Maks.
1	Padi-padian	40,0-60,0	289	1050	50,0	0,5	25,0
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	105	126	6,0	0,5	2,5
3	Hewani	5,0-20,0	157	252	12,0	2,0	24,0
4	Minyak dan lemak	5,0-15,0	21	210	10,0	0,5	5,0
5	Buah dan biji berminyak	0,0-3,0	11	63	3,0	0,5	1,0
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	37	105	5,0	2,0	10,0
7	Gula	2,0-15,0	31	105	5,0	0,5	2,5
8	Sayur dan buah	3,0-8,0	262	126	6,0	5,0	30,0
9	Lain-lain	0,0-5,0		63	3,0	0,0	0,0
Jumlah				2100	100,0		100,0

Sumber: Badan Ketahanan Pangan, 2019

Susunan triguna makanan berdasarkan Pola Pangan Harapan (PPH) terdiri dari sumber tenaga (karbohidrat dan lemak, yang terdiri dari 50% serelia, 6% umbi-umbian, 10% minyak dan lemak, 3% buah dan biji berminyak, dan 5% gula), sumber zat pembangun (protein, yang terdiri dari 12% pangan hewani dan 5% kacang-kacangan), sumber zat pengatur (vitamin dan mineral, yang terdiri dari sayur dan buah), dan lain-lain (yang terdiri dari minuman dan bumbu) (Indriani, 2019).

Dalam RPJMN 2020-2024, Skor Pola Pangan Harapan dijadikan sebagai salah satu indikator keberhasilan program prioritas peningkatan ketersediaan, akses dan kualitas konsumsi pangan. Target yang ingin dicapai untuk skor PPH yaitu 90,4 (Th 2020); 91,6 (Th 2021); 92,8 (Th 2022); 94,0 (Th 2023) dan 95,2 (Th 2024). Selain skor PPH, indikator yang digunakan adalah Angka Kecukupan Energi (AKE) dengan target 2.100 kkal per tahun hingga tahun 2024, merupakan angka ideal berdasarkan WNPG XI. Begitu pula dengan Angka Kecukupan Protein (AKP) ditargetkan 57 gram/kapita/hari. (Indriani, 2019)

8. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu berfungsi sebagai referensi peneliti untuk menemukan perbandingan dan selanjutnya dapat menemukan inspirasi baru untuk penelitian selanjutnya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah penelitian terdahulu hanya menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi mahasiswa saja, tetapi pada penelitian ini menambahkan faktor-faktor yang memengaruhi pola pengeluaran dan pola konsumsi mahasiswa perantauan.

Pola konsumsi yang akan dibahas pada penelitian ini yaitu mencakup konsumsi (jumlah, jenis dan frekuensi pangan) dan perhitungan AKG dan TKG mahasiswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dan analisis regresi linier berganda, serta menggunakan metode recall untuk menganalisis AKG dan TKG. Tabel ringkasan penelitian terdahulu disajikan dalam Tabel 6.

Tabel 6. Penelitian Terdahulu

No	Judul Penelitian (Peneliti, tahun)	Metode Analisis	Hasil Penelitian
1	Determinan Pola Konsumsi Mahasiswa yang Bekerja di STIE Tri Dharma Nusantara (Syukri dan Rahmatia, 2020)	Analisis deskriptif kuantitatif dan regresi linear berganda	Konsumsi nonmakanan (Y) dipengaruhi secara positif dan signifikan dengan gaya hidup (X2), dipengaruhi secara positif dan tidak signifikan dengan variabel tingkat harga (X3), dan dipengaruhi negative dan tidak signifikan oleh variabel pendapatan (X1)
2	Determinan Pola Pangan Harapan pada Rumah Tangga Buruh Pengasin Ikan di Pulau Pasaran (Aneftasari, Arifin, dan Indriani, 2016)	Analisis linear berganda dan uji asumsi klasik	<ul style="list-style-type: none"> (1) Variabel pendapatan, pengeluaran pangan, pendidikan istri dan pengetahuan gizi berpengaruh nyata terhadap skor PPH rumah tangga buruh pengasin ikan di Pulau Pasaran (2) Skor PPH buruh pengasin ikan di Pulau Pasaran 74,38
3	Determinan Pola Konsumsi Siswa Jurusan IPS SMA Negeri di Kabupaten Ogan Komering Ilir. (Fitriani, Yanto dan Muhsin, 2021)	Analisis deskriptif, uji asumsi klasik	Faktor yang berpengaruh terhadap pola konsumsi siswa jurusan IPS adalah teman sebaya, peran keluarga, religiusitas, dan literasi keuangan.

Tabel 6. Lanjutan

6	Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Pangan Mahasiswa Fakultas Ekonomi Unizar Mataram. (Suryani, dan Ulfah, 2022)	Analisis regresi linear berganda	(1) Faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi pangan mahasiswa adalah pendapatan (uang saku) dan gaya hidup (2) Faktor pendapatan (uang saku) dan gaya hidup, memengaruhi pola konsumsi pangan secara signifikan
7	Pola Konsumsi Pangan dan Status Gizi Anak Balita di Daerah Pantai Kecamatan Teluk Betung Timur. (Surya, Indriani dan Adawiyah, 2022)	Deskriptif kuantitatif dan menganalisis jumlah, frekuensi, jenis makanan, dan skor PPH.	(1) Jenis pangan yang paing disukai oleh balita di daerah pantai Kecamatan Teluk Betung Timur adalah susu dengan konsumsi sebanyak 195 g/anak/hari, kemudian padi-padian, sayur kol, dan buah-buahan yang sudah di jus. (2) Tingkat Kecukupan Energi (TKE) balita di daerah pantai Kecamatan Teluk Betung Timur dikategorikan normal (110,13%), sedangkan Skor PPH balita di daerah pantai Kecamatan Teluk Betung Timur belum mencapai skor maksimal yaitu sebesar 72,32
8	Pola Konsumsi Pangan Pokok dan Kontribusinya Terhadap Tingkat Kecukupan Energi Masyarakat Desa Sukadamai. (Adha dan Suseno, 2020)	Menganalisis Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQFFQ) dan menghitung TKE	(1) Masyarakat Desa Sukadamai masih kurang beragam dimana ketergantungan pangan pokok hanya bertumpu pada beras. (2) Bahan pangan yang memiliki kontribusi energi terbesar adalah beras sebesar 6408 kkal, peringkat kedua yaitu jagung sebesar 321 kkal dan yang paling terendah adalah talas sebesar 19 kkal

Tabel 6. Lanjutan

9	Analisis Faktor Determinan Pola Konsumsi Mahasiswa Nobel Indonesia Makassar yang Bertempat Tinggal di Pondok (Awaluddin dan Rahmatia, 2020)	Analisis regresi linear berganda	Faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi variabel uang saku dan beasiswa berpengaruh positif dan signifikan terhadap pola konsumsi mahasiswa Nobel Indonesia Makassar yang bertempat tinggal di pondok, sedangkan variabel tabungan dan jenis kelamin tidak berpengaruh terhadap pola konsumsi mahasiswa Nobel Indonesia Makassar yang bertempat tinggal di pondok.
10	Determinan Pola Konsumsi Makanan Berisiko pada Ibu di Kecamatan Mataram dan Gunungsari, Nusa Tenggara Barat. (Wadhani dan Ratningsih, 2021)	Analisis regresi logistik	Faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi makanan berisiko pada ibu adalah pengetahuan mengenai konsumsi makanan berisiko. Faktor yang tidak berpengaruh secara signifikan adalah usia, pekerjaan, pendapatan dan pendidikan.

B. Kerangka Pemikiran

Pangan termasuk salah satu kebutuhan primer yang wajib dipenuhi oleh setiap individu. Kebutuhan konsumsi pangan tersebut sangat diperlukan bagi setiap individu sebagai asupan energi dan kecukupan gizi bagi tubuh. Pola konsumsi pangan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi sehingga akan mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat.

Pola konsumsi mencakup jenis, jumlah, dan frekuensi makanan yang dikonsumsi, cara makanan tersebut dipersiapkan, dan faktor-faktor lain yang memengaruhi pola konsumsi pangan. Pola konsumsi pangan seseorang dikatakan baik apabila memenuhi standar Pola Pangan Harapan (PPH) yang telah ditetapkan. Pola pengeluaran dan pola konsumsi dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, baik itu faktor internal, maupun faktor eksternal. Untuk melihat faktor apa saja yang memengaruhi pola pengeluaran dan pola konsumsi mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung (FP Unila), maka digunakan beberapa variabel untuk mengukurnya.

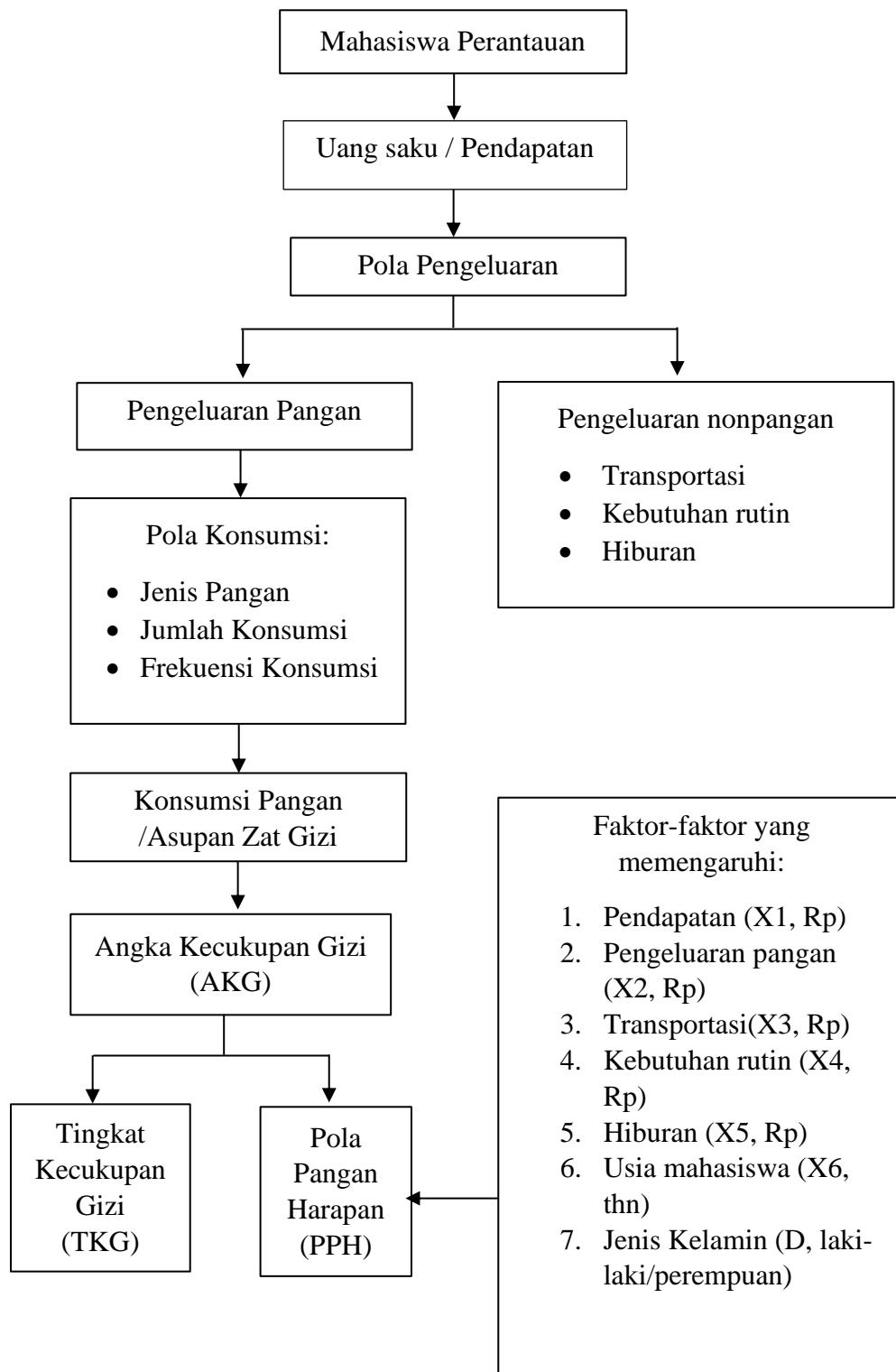
Penentuan variabel didasarkan pada referensi dari jurnal yang telah diteliti sebelumnya, diantaranya; variabel pendapatan (X1) dan usia (X6) mengacu pada Wadhani dan Ratnaningsih (2021), variabel pengeluaran pangan (X2), variabel hiburan (X5), dan variabel jenis kelamin (*dummy*) mengacu pada Wurangian et al. (2015), variabel kebutuhan rutin (X3) mengacu pada Djakiyah et al. (2024), dan variabel transportasi (X4) mengacu pada Hermayanti dan Rizali (2019). Variabel-variabel tersebut akan diuji pengaruhnya secara simultan dan parsial sehingga dapat diambil sebuah kesimpulan.

Pola pengeluaran mahasiswa perantauan tergantung pada uang saku/pendapatan yang diperoleh. Apabila pendapatan yang diperoleh mahasiswa perantauan rendah, maka pengeluaran yang digunakan juga menjadi rendah. Selain itu,

kebutuhan yang berbeda pada setiap mahasiswa perantauan, membuat pola pengeluarannya pun berbeda. Beberapa mahasiswa perantauan memperkecil pengeluaran pangannya agar bisa memperbesar pengeluaran nonpangan. Hal tersebut yang akan berpengaruh terhadap asupan gizi yang diterima mahasiswa perantauan.

Pengelompokan pengeluaran pangan mengacu pada BPS [Badan Pusat Statistik] tahun 2023. Pengeluaran nonpangan mengacu pada dua sumber, diantaranya jurnal Hermayanti dan Rizali (2019) yang berjudul “Pola Konsumsi Non Makanan Mahasiswa Stara Satu (S1) Reguler Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat” terdapat transportasi, hiburan, dan komunikasi (kebutuhan rutin) dan jurnal Mantouw et al. (2024) yang berjudul “Analisis Ketahanan Pangan Rumah Tangga Petani Berdasarkan Pola Konsumsi Pangan (Studi Kasus Di Negeri Haruku Kecamatan Pulau Haruku Kabupaten Maluku Tengah)” terdapat pakaian, sepatu, kosmetik, sabun, odol/sikat, dan deterjen (kebutuhan rutin), transportasi, dan rekreasi atau hiburan,

Pola konsumsi pangan dapat menentukan kualitas pangan yang dikonsumsi. Kualitas pangan diukur dengan menggunakan skor PPH. Skor PPH digunakan sebagai pengukuran pola konsumsi pangan untuk meningkatkan mutu konsumsi yang bergizi dan mengurangi ketergantungan konsumsi pada salah satu jenis pangan. Skor PPH nasional yang dianjurkan yaitu 100. Kelompok pangan PPH meliputi 9 kelompok pangan yaitu; padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, buah/biji berminyak, minyak dan lemak, kacang-kacangan, gula, sayur dan buah, dan aneka bumbu dan bahan minuman. Berdasarkan uraian di atas, maka kerangka pemikiran penelitian disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Kerangka pemikiran pola pengeluaran dan determinan pola konsumsi mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung (FP Unila)

C. Hipotesis

Hipotesis penelitian yang digunakan adalah diduga faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi pangan (yang diukur dengan skor PPH (Pola Pangan Harapan) adalah pendapatan, pengeluaran pangan, transportasi, kebutuhan rutin, hiburan, usia mahasiswa, dan jenis kelamin

III. METODE PENELITIAN

A. Metode Dasar

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah survei. Metode ini termasuk dalam kategori penelitian kuantitatif, di mana data primer diperoleh secara langsung dari responden. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner kepada sampel yang telah dipilih untuk mewakili populasi (Sugiyono, 2023). Metode ini dipilih untuk memperoleh gambaran mengenai pola konsumsi mahasiswa perantauan dalam waktu yang relatif singkat dan efisien.

B. Konsep Dasar dan Definisi Operasional

Konsep dasar dan definisi operasional merupakan semua pengertian dan pengukuran yang akan digunakan dalam penelitian sehingga dapat membantu mendapatkan data yang akan dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian. Konsep dasar dan definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

Mahasiswa perantauan adalah individu yang memutuskan untuk pergi sementara keluar dari kota, provinsi, pulau atau bahkan negara asalnya, untuk mengejar pendidikan tinggi di universitas atau institusi dengan kualitas yang baik.

Pola Pengeluaran adalah seluruh pengeluaran/pembayaran yang dikeluarkan oleh mahasiswa untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya berupa barang atau jasa

Pola konsumsi adalah pola atau kebiasaan makan mahasiswa perantauan dalam memilih, membeli, dan mengonsumsi makanan sehari-hari mencakup jenis, jumlah dan frekuensi konsumsi

Jenis pangan adalah berbagai macam jenis pangan yang dikonsumsi mahasiswa dalam 1x24 jam.

Jumlah konsumsi adalah banyaknya konsumsi oleh mahasiswa dari setiap jenis pangan dalam 1x24 jam

Frekuensi konsumsi adalah intensitas mahasiswa dalam mengonsumsi setiap jenis makanan yang diukur dari berapa kali dalam seminggu, hingga berapa kali per bulan, setelah itu dibuat rata-rata dalam kali per minggu.

Variabel yang memengaruhi pola konsumsi pangan adalah berbagai variabel yang diduga berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Pendapatan (X1), Pengeluaran pangan (X2), Transportasi (X3), Kebutuhan rutin (X4), Hiburan (X5), Usia mahasiswa (X6), Jenis kelamin (D)

Pendapatan (X1) adalah sejumlah uang yang diberikan oleh orang tua/wali (uang saku) ditambah dengan uang yang didapatkan individu (diluar uang saku), dan dapat digunakan dalam memenuhi kebutuhan diukur dengan satuan rupiah per bulan (Rp/bulan).

Pengeluaran pangan (X2) adalah pengeluaran yang berhubungan dengan segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati produk pertanian, perkebunan, kehutanan, perikanan, peternakan, dan perairan, diukur dalam satuan rupiah per bulan (Rp/bulan).

Transportasi (X3) adalah biaya yang dikeluarkan oleh mahasiswa untuk memenuhi kebutuhannya dalam bepergian diukur dalam satuan rupiah per bulan (Rp/bulan).

Kebutuhan rutin (X4) adalah pengeluaran yang wajib dibelanjakan setiap bulan untuk kebutuhan pribadi mahasiswa dalam sebulan. Seperti: sabun mandi, sabun cuci, token listrik, skincare, dan lain sebagainya, diukur dalam satuan rupiah per bulan (Rp/bulan).

Hiburan (X5) adalah sejumlah uang yang dikeluarkan untuk memenuhi keinginan mahasiswa di luar kebutuhan dasarnya. Seperti: ke pantai, ke *mall*,

bermain panahan, berenang, dan lain sebagainya diukur dalam satuan rupiah per bulan (Rp/bulan).

Usia mahasiswa (X6) adalah perhitungan umur dalam hitungan tahun setiap mahasiswa, mulai dari lahir hingga saat ini diukur dalam jumlah tahun.

Jenis kelamin (Dummy) adalah perbedaan biologis antara laki-laki dan perempuan sejak seseorang dilahirkan, di tandai dengan angka 1 untuk perempuan dan 0 untuk laki-laki

Angka kecukupan gizi (AKG) adalah sesuatu kecukupan rata-rata zat gizi setiap hari bagi hampir semua orang menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh dan aktivitas untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal.

Tingkat kecukupan gizi (TKG) adalah perbandingan antara asupan gizi yang dicapai bila dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan, dalam persen

Pola pangan harapan (PPH) adalah susunan beragam pangan yang didasarkan atas proporsi keseimbangan energi dari berbagai kelompok pangan untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya, baik dalam jumlah maupun mutu dengan mempertimbangkan segi daya terima, ketersediaan pangan, ekonomi, budaya dan agama.

C. Lokasi, Waktu, Populasi dan Sampel Penelitian

Waktu pengumpulan data penelitian dilakukan pada bulan April 2024 (setelah hari raya). Penelitian ini dilakukan di Fakultas Pertanian Universitas Lampung (FP Unila). Lokasi penelitian tersebut dipilih secara sengaja (*purposive*) dengan pertimbangan bahwa Kota Bandar Lampung adalah Ibukota dari Provinsi Lampung, yang merupakan pusat kota dengan jumlah pendatang dan perantau yang banyak. Sebagian perantau tersebut merupakan mahasiswa yang berkuliah di Universitas Lampung dengan tujuan dapat memperluas relasi, menambah pengalaman dan menambah ilmu. Selain itu, Universitas Lampung merupakan

perguruan tinggi negeri (PTN) pertama di Provinsi Lampung dengan jumlah mahasiswa terbanyak di Provinsi Lampung.

Pemilihan Fakultas Pertanian sebagai lokasi penelitian adalah karena penelitian ini meneliti tentang pola konsumsi mahasiswa dengan menggunakan kuesioner, metode *recall*, dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ), hal tersebut berkaitan dengan ilmu gizi. Beberapa jurusan di Fakultas Pertanian sudah mempelajari tentang ilmu gizi secara mendasar, hal tersebut akan memudahkan peneliti dalam penyebaran kuesioner. Jurusan yang sudah mempelajari ilmu gizi di fakultas pertanian, yaitu jurusan Agribisnis dan Teknologi Hasil Pertanian. Jumlah mahasiswa jurusan Agribisnis dan Teknologi Hasil Pertanian per tahun ajaran 2023/2024 genap dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Jumlah mahasiswa aktif jurusan Agribisnis dan Teknologi Hasil Pertanian tahun 2024-2025

No	Jurusan	Prodi	Angkatan	Jumlah (orang)	
				Laki-laki	Perempuan
1	Agribisnis	Agribisnis	2021	31	68
		Penyuluhan	2022	40	103
		Pertanian	2022	37	70
2	Teknologi Hasil Pertanian	Teknologi Hasil	2021	22	62
		Pertanian (THP)	2022	28	91
		Teknologi Industri	2021	28	44
		Pertanian (TIP)	2022	35	59

Sumber: Siakad Unila, 2024

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan yang sama pada setiap unsur (anggota populasi) untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2023). Pada teknik ini terbagi menjadi enam teknik sampel, salah satunya teknik *quota sampling*. *Quota sampling* adalah teknik penentuan

sampel dari populasi dengan kriteria yang ditentukan hingga jumlah yang dibutuhkan.

Kriteria sampel dalam penelitian ini yaitu:

1. Mahasiswa FP Unila yang berstatus aktif (Mahasiswa semester 4 dan 6) per tahun ajaran genap 2023/2024
2. Mahasiswa yang tinggal di kost / kontrakan dan mengatur pengeluarannya sendiri
3. Sudah mengambil mata kuliah gizi dan pangan untuk Jurusan Agribisnis dan mata kuliah ilmu gizi dan pangan dan analisis gizi dan pangan untuk Jurusan Teknologi Hasil Pertanian

Dikarenakan jumlah populasi mahasiswa jurusan Agribisnis dan Teknologi Hasil Pertanian yang tinggal di kost tidak diketahui, maka penelitian ini mengikuti saran Roscoe dalam Sugiyono (2023) tentang ukuran sampel untuk penelitian, yaitu ukuran sampel yang layak dalam penelitian antara 30 sampai dengan 500. Bila dalam penelitian akan melakukan analisis dengan multivariate (korelasi atau regresi berganda), maka jumlah anggota sampel minimal 10 kali dari jumlah variable yang diteliti. Jumlah variabel yang dianalisis dalam penelitian ini adalah 8 variabel, maka jumlah sampel yang diambil adalah 80 sampel, dengan 40 sampel mahasiswa Jurusan Agribisnis dan 40 sampel mahasiswa Jurusan Teknologi Hasil Pertanian. Penentuan / pemilihan sampel dilakukan melalui himpunan mahasiswa untuk menjaring mahasiswa yang memenuhi kriteria dan bersedia menjadi responden

D. Jenis Data dan Metode Pengumpulan Data

Jenis pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer didapat dengan bantuan kuesioner yang diberikan kepada responden secara langsung, kuesioner daftar pertanyaan yang telah dibuat dan diuji coba. Data primer meliputi data karakteristik mahasiswa, data

pendapatan yang didapatkan mahasiswa per bulan, data pengeluaran mahasiswa, dan data pola konsumsi meliputi jumlah, jenis, frekuensi mengonsumsi.

Data sekunder adalah data pendukung yang diperoleh dengan membaca literatur yang berkaitan dengan topik penelitian dari perpustakaan dan beberapa instansi yang berhubungan dengan masalah dalam penelitian, misalnya dari Badan Pusat Statistik. Data sekunder yang diperlukan antara lain adalah data jumlah penduduk Indonesia, data rata rata per kapita pengeluaran penduduk, data rata rata per kapita konsumsi penduduk di Indonesia serta data sekunder lainnya.

Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan melalui metode penyebaran kuesioner secara langsung dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada responden yang disesuaikan dengan panduan kuesioner

E. Analisis Data

a) Analisis Data untuk Menjawab Tujuan Pertama

Untuk menjawab tujuan pertama, yaitu menganalisis pola pengeluaran mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung di Kota Bandar Lampung.

Metode analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif. Hal-hal yang dianalisis pada pengeluaran mahasiswa mencakup pola pengeluaran pangan, pengeluaran kebutuhan rutin, pengeluaran transportasi, dan pengeluaran hiburan. Informasi terkait pola pengeluaran didapatkan dari penyebaran kuesioner responden secara langsung.

b) Analisis Data untuk Menjawab Tujuan ke Dua

Metode analisis yang digunakan untuk menganalisis pola konsumsi mahasiswa perantauan FP Unila dilakukan dengan analisis kuantitatif dilihat secara kuantitas dan kualitas komsumsi mahasiswa perantauan. Untuk mengukur kuantitas konsumsi mahasiswa perantauan menggunakan metode *recall* dan *Food*

Frequency Questionnaire (FFQ). Metode *recall* adalah metode untuk memperkirakan jumlah pangan yang dikonsumsi mahasiswa perantauan selama 24 jam. Metode *recall* digunakan untuk mengukur tingkat konsumsi makanan dan tingkat kecukupan gizi seseorang, sedangkan FFQ digunakan untuk memperoleh data jumlah jenis pangan, jumlah konsumsi, dan frekuensi konsumsi asupan energi dan zat gizi dengan menentukan frekuensi penggunaan sejumlah bahan makanan sebagai sumber utama dari zat gizi tertentu dalam sehari, seminggu, atau sebulan selama periode waktu tertentu

Untuk menghitung tingkat kecukupan energi perlu mengetahui konsumsi energi dan kecukupan energi. Kandungan gizi (Y) dalam suatu bahan makanan dapat dihitung dengan cara sebagai berikut (Indriani, 2019):

$$Y = \text{bdd} (\%) \times \frac{\text{berat } A (g)}{100 \text{ } g} \times \text{Angka zat gizi Y dalam DKBM} \dots \dots \dots (4)$$

Keterangan:

Y = Kandungan gizi (energi)

bdd = berat yang dapat dimakan dalam 100 gram bahan makanan

Berat A = Berat makanan yang dikonsumsi (gram)

Angka kecukupan gizi (AKG) dapat dihitung dengan rumus yang dianjurkan didasarkan pada patokan berat badan untuk setiap kelompok umur dan jenis kelamin, dengan menggunakan rumus (Indriani 2019):

Keterangan:

AKG = Angka kecukupan gizi yang dianjurkan (kkal)

BB standar = Berat badan standar (kg)

AKG standar = Angka kecukupan gizi dalam tabel kecukupan gizi yang dianjurkan (kkal)

Setelah kadar zat gizi dan angka kecukupan gizi diketahui, tingkat kecukupan gizi (TKG) dapat dirumuskan sebagai berikut (Indriani 2019):

$$TKG (\%AKG) = \frac{Konsumsi\ Gizi}{Angka\ Kecukupan\ Gizi} \times 100\%$$

Analisis pola konsumsi mahasiswa perantauan selanjutnya dengan cara mengukur kualitas konsumsi mahasiswa perantauan menggunakan skor PPH sebagai pengukuran konsumsi pangan yang seimbang dan beragam. PPH adalah metode yang digunakan untuk menilai jumlah, komposisi dan ketersediaan pangan. PPH terpenuhi apabila kebutuhan energi dari berbagai pangan yang dikonsumsi sesuai dengan PPH karena semakin tinggi skor PPH, maka konsumsi pangan semakin beragam dan seimbang.

Langkah-langkah perhitungan skor PPH dilakukan dengan:

- Mengelompokan pangan dan Menghitung ketersediaan energi menurut kelompok pangan menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan
- Menghitung kontribusi energi dari setiap kelompok pangan (% AKE) dengan rumus:

$$\% AKE = \frac{\text{energi tiap kelompok pangan} \times 100\%}{AKE\ Ketersediaan}$$

- Menghitung skor AKE tiap kelompok bahan makanan dengan rumus:
Skor AKE = % AKE x bobot
- Menghitung skor PPH berdasarkan kecukupan energi semua kelompok bahan makanan sehingga diperoleh skor PPH. Dengan menjumlahkan skor masing-masing golongan pangan akan diperoleh skor PPH nasional yaitu 100.
- Analisis Data untuk Menjawab Tujuan ke Tiga

Analisis regresi linear berganda digunakan untuk menjawab tujuan ketiga yaitu faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi mahasiswa perantauan di Universitas Lampung Kota Bandar Lampung. Regresi linear berganda merupakan persamaan ekonometrika yang menggambarkan hubungan antara variabel tak bebas dengan variabel bebas. Parameternya diestimasi dengan menggunakan program SPSS.

Fungsi yang digunakan untuk mencari faktor yang memengaruhi pola konsumsi pangan secara matematisnya dirumuskan sebagai berikut :

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \beta_4 X_4 + \beta_5 X_5 + \beta_6 X_6 + d_1 D_1 + e \dots (2)$$

Keterangan :

Y = Skor Pola Pangan Harapan (PPH)

β_0 = Intersep

β_1 - β_6 = Koefisien variabel bebas

d_1 = Koefisien *dummy*

X_1 = Uang Saku (Rp/bulan)

X_2 = Pengeluaran pangan (Rp/bulan)

X_3 = Transportasi (Rp/bulan)

X_4 = Kebutuhan rutin (Rp/bulan)

X_5 = Hiburan (Rp/bulan)

X_6 = Usia mahasiswa (tahun)

D_1 = Jenis kelamin mahasiswa

D = 1 Perempuan

D = 0 Laki-laki

e = error

Untuk menguji kebenaran hipotesis yang dirumuskan, maka dilakukan dengan menggunakan pengujian statistik. Adapun uji statistik yang dilakukan pada penelitian ini meliputi Uji Asumsi Klasik (uji normalitas, multikolinearitas, dan heterokedastisitas), Uji F, Uji t, dan Uji Determinasi (R^2) yang dapat dilihat pada penjelasan sebagai berikut:

1. Uji Asumsi Klasik

- a. Uji Normalitas

Menurut Ghazali (2018) uji normalitas adalah salah satu uji asumsi klasik bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel penganggu atau

residual memiliki distribusi normal. Rumus yang digunakan dalam uji normalitas ini adalah rumus Kolmogorov-Smirnov dengan ketentuan data berdistribusi normal jika signifikansi $>0,05$ dan data tidak berdistribusi normal, jika signifikansi $< 0,05$

b. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel independen (Ghozali, 2018). Model regresi yang baik sebenarnya tidak terjadi korelasi antara variabel independen. Untuk mendeteksi ada atau tidaknya multikolinearitas dapat dilihat dari nilai *variance inflation factor* (VIF) dan *tolerance*. Hipotesis yang digunakan dalam pengujian multikolinieritas adalah:

H_0 : VIF > 10 , terdapat multikolinieritas antar variabel bebas

H_1 : VIF < 10 , tidak terdapat multikolinieritas antar variabel bebas.

c. Uji Heteroskedastisitas

Menurut Ghozali (2018) uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi terjadi ketidaksamaan varian dari residual suatu pengamatan ke pengamatan lain. Apabila varian dari residual suatu pengamatan ke pengamatan lain tetap, maka disebut homoskedastisitas dan apabila berbeda disebut heteroskedastisitas. Model yang baik adalah model yang tidak terjadi heteroskedastisitas. Untuk menguji ada atau tidaknya heteroskedastisitas digunakan uji Glejser, yaitu meregresi nilai absolut residual terhadap variabel independen. Tidak terjadi heteroskedastisitas apabila nilai signifikansinya $> 0,05$. Sebaliknya, terjadi heteroskedastisitas apabila nilai signifikansinya

2. Regresi Linear Berganda

a. Uji F (uji pengaruh secara serempak) .

Uji F digunakan untuk melihat pengaruh dari variabel-variabel bebas secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel terikat dengan tingkat signifikansi = 10%. Untuk uji F digunakan hipotesis sebagai berikut:

$H_0 : b_i = 0$, artinya tidak ada pengaruh secara bersama-sama variabel bebas terhadap variabel terikat.

$H_1 : b_i \neq 0$, artinya ada pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dan paling sedikit ada satu variabel yang $\neq 0$

b. Uji t (uji pengaruh secara parsial)

Uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat pada tingkat signifikansi =10%. Hipotesis yang digunakan adalah sebagai berikut:

$H_0 : b_i = 0$ artinya, variabel bebas secara parsial tidak berpengaruh nyata terhadap variabel terikat.

$H_1 : b_i \neq 0$, artinya variabel bebas secara parsial berpengaruh nyata terhadap variabel terikat.

- 1) Jika $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}}$, maka H_0 diterima
- 2) Jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$, maka H_0 ditolak.

c. Uji R^2 (koefisien determinasi)

Uji R^2 digunakan untuk mengetahui ketepatan model yang digunakan dan dinyatakan dalam persen variabel dependent yang dijelaskan dengan variabel-variabel independent dalam model.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut.

- (1) Rata-rata total pengeluaran mahasiswa perantauan adalah Rp1.270.348,00 per bulan, dengan pengeluaran pangan mahasiswa perantauan adalah Rp684.848,00 per bulan (53,91%) dan pengeluaran nonpangan Rp585.500,00 per bulan (46,09%). Pengeluaran nonpangan terbesar adalah kebutuhan rutin dan terkecil adalah hiburan. Pengeluaran pangan terbesar mahasiswa perantauan perempuan adalah daging, makanan minuman jajanan, dan beras/nasi, sedangkan pengeluaran terbesar laki-laki adalah beras/nasi, daging, dan rokok. Jenis pengeluaran yang tidak ditemukan pada mahasiswa perantauan perempuan adalah rokok, sedangkan pada laki-laki adalah umbi-umbian.
- (2) Pola konsumsi pangan mahasiswa perantauan Fakultas Pertanian Universitas Lampung berdasarkan skor PPH sebesar 52,88. Skor PPH mahasiswa perantauan perempuan sebesar 53,35 lebih tinggi dibanding laki-laki sebesar 51,38, dengan skor PPH tertinggi adalah kelompok hewani dan padi-padian. Lima jenis pangan yang paling sering dikonsumsi mahasiswa sehari-hari adalah nasi, ayam goreng, minyak, telur ayam dan cabe (sambal) dan jenis pangan yang jarang dikonsumsi mahasiswa adalah jenis pangan dari kelompok gula, umbi-umbian dan buah/biji berminyak. Rata-rata frekuensi konsumsi tertinggi adalah

beras/nasi, ayam, dan minyak goreng dengan rata-rata frekuensinya secara berturut-turut 14 kali, 4 kali dan 3 kali per minggu

- (3) Faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi mahasiswa perantauan FP Unila dalam penelitian ini adalah pengeluaran pangan, transportasi, kebutuhan rutin, dan hiburan yang secara simultan berpengaruh signifikan terhadap skor PPH mahasiswa perantauan. Secara parsial hanya variabel pengeluaran pangan yang berpengaruh signifikan terhadap skor PPH mahasiswa perantauan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut.

- (1) Bagi Mahasiswa

Peneliti menyarankan mahasiswa agar dapat memperbaiki pola konsumsinya dengan cara mengonsumsi beragam jenis pangan, agar tubuh tidak kekurangan zat gizi tertentu dan terhindar dari berbagai penyakit dengan menambah konsumsi pada kelompok pangan umbi-umbian (kentang, singkong, ubi, dll), buah/biji berminyak (kelapa, biji bunga matahari, almond, dll), sayur dan buah (sawi, wortel, bayam, pisang, jeruk, dll) dan gula.

- (2) Bagi Akademisi

Disarankan untuk meneliti tentang topik penelitian ini dengan variabel-variabel lain yang belum ada dalam penelitian ini seperti variabel pekerjaan dan pendapatan orang tua, jumlah anggota keluarga, sehingga dapat menjadi perbandingan dan evaluasi bagi pihak-pihak terkait, dan penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk penelitian selanjutnya

DAFTAR PUSTAKA

Adha, A. S. A. dan Suseno S.H. 2020. Pola konsumsi pangan pokok dan kontribusinya terhadap tingkat kecukupan energi masyarakat desa sukadamai. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, Vol. 2(6): 988-995. <https://journal.ipb.ac.id/index.php/pim/article/view/33271>
Diakses pada tanggal 23 Oktober 2023

Alfiati, S. 2018. Analisis Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga. *Journal of Economic, Business and Accounting*. 2(1):76-83. <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/COSTING/article/view/369>
Diakses pada tanggal 24 Oktober 2023

Ambarinanti, M. 2007. *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Produksi dan Ekspor Beras Indonesia. Program Studi Ekonomi Pertanian dan Sumber Daya*. Fakultas Pertanian IPB. Bogor

Aneftasari, I. R., Arifin, B., dan Indriani, Y. 2016. Determinan Pola Pangan Harapan (PPH) pada Rumah Tangga Buruh Pengasih Ikan di Pulau Pasaran. *Jurnal Ilmu Ilmu Agribisnis*. Universitas Lampung. 10(1) <https://jurnal.fp.unila.ac.id/index.php/JIA/article/view/1505>
Diakses pada tanggal 25 Oktober 2024

Anggraini, C.D., Herviana, Pratiwi, S., dan Wirakesuma, M.D. 2023. Gambaran Pola Makan Mahasiswa Program Studi Sarjana Gizi di Kepulauan Riau. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia (JIKKI)*. Institut Kesehatan Mitra Bunda. 3(2). <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/jikki/article/download/1698/1628/7064>. Diakses 25 Februari 2025

Anwar, K., dan Hardinsyah. 2014. Konsumsi Pangan Dan Gizi Serta Skor Pola Pangan Harapan Pada Dewasa Usia 19-49 Tahun Di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 9(1): 51-58. <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/view/8263>. Diakses pada 15 Maret 2025

Argandi, S., Trimo, L., dan Noor, T.I. 2019. Faktor-faktor yang Menpengaruhi Pola Pangan Harapan (PPH) di Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Agroinfo Galuh*. Volume 6, Nomor 1, Januari 2019: 132-143.

<https://jurnal.unigal.ac.id/agroinfogaluh/article/view/1506/1693>. Diakses pada tanggal 4 Mei 2025

Arifin, M., B. Dwiloka dan D.E. Patriani. 2008. *Penurunan Kualitas Daging Sapi yang terjadi selama Proses Pemotongan dan Distribusi di Kota Semarang*. Prosiding Seminar Nasional Teknologi Peternakan dan Veteriner. Bogor. 99-104.

Astawan, M. 2004. *Kandungan Gizi Aneka Bahan Makanan*. PT Gramedia. Jakarta

Astawan, M. 2008. *Sehat dengan Buah*, 103-104. Dian Rakyat. Jakarta

Awaluddin, S. P., dan Rahmatia, R. 2020. Analisis Faktor Determinan yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Mahasiswa Nobel Indonesia Makassar yang Bertempat Tinggal di Kos. *AkMen Jurnal Ilmiah*. 17(1), 120–132. <https://e-jurnal.nobel.ac.id/index.php/akmen/article/view/864> Diakses pada 20 Desember 2023

BPS [Badan Pusat Statistik]. 2023. Kota Bandar Lampung. *Rata-rata Pengeluaran per Kapita Sebulan Kelompok Komoditas Makanan menurut Kabupaten/Kota*. Badan Pusat Statistik. Bandar Lampung <https://lampung.bps.go.id/indicator/5/490/1/pengeluaran-rata-rata-per-kapita-sebulan-untuk-makanan.html>. Diakses pada tanggal 01 September 2024

BPS [Badan Pusat Statistik]. 2023. Kota Bandar Lampung. *Rata-rata Pengeluaran per Kapita Sebulan menurut kelompok komoditas..* Badan Pusat Statistik. Bandar Lampung. <https://bandarlampungkota.bps.go.id/id/statistics-table/2/MzY0IzI=/rata-rata-pengeluaran-per-kapita-sebulan-menurut-kelompok-komoditas-dan-kelompok-pengeluaran.html>. Diakses pada tanggal 01 Desember 2024

BPS [Badan Pusat Statistik]. 2023. Kota Bandar Lampung. *Jumlah Penduduk*. Badan Pusat Statistik. Bandar Lampung. <https://bandarlampungkota.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjkjMg==/jumlah-penduduk-menurut-kecamatan.html>. Diakses pada tanggal 01 Desember 2024.

BPS [Badan Pusat Statistik]. 2024. Provinsi Lampung. *Rata-rata Pengeluaran per Kapita Sebulan Menurut Kelompok Komoditas dan Klasifikasi Desa di Provinsi Lampung (rupiah)*. Badan Pusat Statistik. Provinsi Lampung. <https://lampung.bps.go.id/id/statistics-table/3/VTJaSFFtWklXVnBYZVdSREwyczJlbm93UWpVM1FUMDkjMw==/rata-rata-pengeluaran-per-kapita-sebulan-menurut-kelompok-komoditas-dan-klasifikasi-desa-di-provinsi-lampung--rupiah---2021.html>. Diakses pada tanggal 16 Juni 2025

Badan Ketahanan Pangan. 2015. *Panduan Perhitungan Pola Pangan Harapan (PPH)*. Kementerian Pertanian

Badan Ketahanan Pangan. 2019. *Susunan PPH nasional tahun 2019*. Kementerian Pertanian

Badan Pangan Nasional. 2024. *Pedoman Penilaian Skor Pola Pangan Harapan*. <https://pustaka.badanpangan.go.id/koleksi/705f2172834666788607efbfca35afb3>. Diakses pada 20 september 2024

Barth, F. 1998. *Ethnic groups and boundaries: The social organization of culture difference*. Waveland Press.

Bestari, A.P. dan Noor, T.I. 2022. Perubahan Pola Konsumsi Rumah Tangga Saat Covid-19 (Studi Kasus di Kelurahan Drajat, Kota Cirebon, Jawa Barat). *Jurnal Sosial Ekonomi Pertanian dan Agribisnis*, 18(2), 214. <https://jurnal.uns.ac.id/sepa/article/download/50531/pdf> Diakses pada tanggal 24 November 2023

Cahyadi, W., 2007. Teknologi dan Khasiat Kedelai, Bumi Aksara. Jakarta

Ceballos, H. T., Sánchez, K., Denyer, A.P., Tofiño, E.A., Rosero, D., Dufour, A., Smith, N., Morante, J.C. Pérez, and B. Fahy. 2008. *Induction and identification of a small-granule, high amylose mutant in cassava (Manihot esculenta Crantz)*

Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian. 2023. *Pola Pangan Harapan (PPH)*. Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian Kabupaten Samosir.

Djakiyah, D., Rosmanidar, E., dan Ramli, F. 2024. Pengaruh Pendapatan dan Kebutuhan Terhadap Pola Konsumsi Masyarakat Pada Kecamatan Alam Barajo Kota Jambi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 6741–6752. <https://doi.org/10.31004/jptam.v8i1.13419>. Diakses pada tanggal 20 Desember 2024

Fitria, Y. 2013. Pengaruh Konsentrasi Poc Nasa dan Pupuk Kandang Terhadap Pertumbuhan Serta Produksi Tanaman Cabai Merah (*Capsicum annum* L.). *Skripsi*. Fakultas Pertanian. Universitas Teuku Umar. Meulaboh

Fitriani, T., Yanto, H., dan Muhsin. 2021. Determinan Pola Konsumsi Siswa Jurusan IPS SMA Negeri di Kabupaten Ogan Komering Ilir. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*. 14(2), 140-152. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jpe/article/view/22707>. Diakses pada tanggal 24 Oktober 2023

Ghozali, I. 2018. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Pogram IBM SPSS*. Edisi Sembilan. Badan Penerbit Universitas Diponegoro. Semarang

Harti, A. S., Nurhidayati, A., dan Handayani., D. 2013. *Potensi chito-oligosaccharide (COS) sebagai prebiotik dan pengawet alami dalam pembuatan tahu sinbiotik*. Prosiding SNST ke-4. Fakultas Teknik. Universitas Wahid Hasyim.Semarang.

Haryoko, M., dan Nova, K. 2009. *Pembuatan Tempe Saga (Adenanthera pavonia L) Menggunakan Ragi Tepung Tempe dan Ragi Instan*. Universitas Diponegoro. Semarang

Hermayanti dan Rizali. 2019. Pola Konsumsi Non Makanan Mahasiswa Strata Satu (S1) Reguler Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat. *Jurnal Ilmu Ekonomi dan Pembangunan*. Vol 2, No 3, 632-643. <https://jiep.ulm.ac.id/index.php/jiep/article/view/2210>
Diakses pada tanggal 01 November 2024

Imelda. 2018. Karakteristik dan Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga Masyarakat Kota Pontianak. *Jurnal Penelitian Pengabdian Masyarakat*, Vol 6, No 2, Juni 2018 : 250- 259
<https://ejournal.unisba.ac.id/index.php/ethos/article/view/3441>
Diakses pada tanggal 24 Oktober 2023

Indriani Y. 2019. *Gizi dan Pangan*. CV. Anugrah Utama Raharja (AURA). Lampung.

Irfan, M., Prasmatiwi, F.E., dan Adawiyah, R. 2023. Analisis Preferensi, Pola Konsumsi dan Permintaan Teh Celup Konsumen Rumah Tangga di Pasar Modern Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa AGROINFO GALUH*. 10(3)
<https://jurnal.unigal.ac.id/agroinfogaluh/article/view/8989/pdf>. Diakses pada tanggal 25 Februari 2025

Islami, T. 2015. *Ubi Kayu; Tinjauan Aspek Ekofisiologi serta Upaya Peningkatan dan Keberlanjutan Hasil Tanaman*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Kemenkes [Kementerian Kesehatan]. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta.

Kemenkes [Kementerian Kesehatan]. 2019. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia
http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No_28_Th_2019_ttg_Angka_Kecukupan_Gizi_Yang_Dianjurkan_Untuk_Masyarakat_Indonesia.pdf. Diakses pada tanggal 06 November 2023

Kementerian Pertanian. 2023. Statistik Konsumsi Pangan Tahun 2023. Kementerian Pertanian. Jakarta

Lestari, P.I. 2009. Kajian Supply Chain Management: Analisis Relationship Marketing antara Peternakan Pamulihan Farm dengan Pemasok dan Pelanggannya. *Skripsi*. Institut Pertanian Bogor. Bogor

Mankiw, N. G. 2013. *Pengantar Ekonomi Makro*. Penerbit Salemba Empat. Jakarta

Mantouw, S.Y., Sopamena, J.F., dan Papilaya, F. (2024). Analisis Ketahanan Pangan Rumah Tangga Berdasarkan Pola konsumsi Pangan : Studi Kasus Di Negeri Haruku Kecamatan Pulau Haruku Kabupaten Maluku Tengah. *Student Research Journal*, 2(2), 01–07.

<https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i2.1124>. Diakses pada tanggal 20 Desember 2024

Marjuki, F.A. 2008. *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Beras di Indonesia Tahun 1981-2006*. FE-UMS.

Muana, N. 2001. *Makro Ekonomi, Teori, Masalah dan Kebijakan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Musta'in dan Saputro, W.A. 2021. Perkembangan dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Pangan Harapan Daerah Istimewah Yogyakarta. *Jurnal Agri Wiralodra*. Vol. 13, No. 2. <https://agriwiralodra.unwir.ac.id/index.php/agriwiralodra/article/view/42>. Diakses pada tanggal 4 Mei 2025

Miranti, A., Syaukat, Y. dan Harianto. 2016. Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga di Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Agro Ekonomi*, Vol. 34 No. 1. IPB. Bogor https://www.researchgate.net/publication/314034462_Pola_Konsumsi_Pangan_Rumah_Tangga_di_Provinsi_Jawa_Barat. Diakses pada tanggal 24 Oktober 2023

Mubarak, Z., Gusriati, dan Gusvita, H. 2022. Analisis Konsumsi Pangan Masyarakat Provinsi Sumatera Barat. *Jurnal Research Ilmu Pertanian*. Universitas Ekasakti Padang. 2 (1). <https://journal.unesp Padang.ac.id/jrip> Diakses pada tanggal 27 Februari 2025

Nanga, M. 2001. *Makro Ekonomi, Teori, Masalah dan Kebijakan*. Edisi Perdana. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Novianto Dwi. 2019. *Tepat Guna Pengelolaan Keuangan Desa*. CV Derwati Press. Kalimantan Barat.

Nurwanto. 2012. Sifat Organoleptik Rendang Kelinci dan Rendang Sapi. *Skripsi*. Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Pekanbaru.

Permatasari, A dan Wijayanti A.C. 2022. Pola Makan dan Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Ptm, Hipertensi, Dm, Stroke dan Jantung pada Siswa di SMK N 6 Sukoharjo : Studi Deskriptif. *Skripsi thesis*, Universitas Muhammadiyah Surakarta https://eprints.ums.ac.id/106218/3/Adinda%20Permatasari_J410180067.pdf. Diakses pada tanggal 25 Februari 2025

Prisylvia, M.D., Amisi, M.D., dan Musa, E.C. 2021. Gambaran Pola Makan pada Remaja di Desa Sarani Matani kecamatan Tombariri pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesmas*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. 10(8) <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/36859>. Diakses pada tanggal 25 Februari 2025

Restuningtyas, D., Nurrochmah, S., Alma, R. L., dan Supriyadi. 2024. Determinan Pola Konsumsi Pangan Balita Pada Masa Pandemi Covid-19 di Nusa Tenggara Timur (NTT): Analisis Survei Status Gizi Indonesia Tahun 2020. *Jurnal Universitas Negeri Malang (Sport Science and Health)*. 6(1), 49–65. 10.17977/um062v6i12024p49-65. Diakses pada tanggal 20 Desember 2024

Roja, A. 2009. *Ubi Kayu: Varietas dan Teknologi Budidaya*. Makalah Pelatihan Spesifik Lokalita Kabupaten 50 Kota Sumatera Barat, Balai Pengkajian Teknologi Pertanian (BPTP) Sumatera Barat. Payakumbuh

Rokhmah, F. 2016. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Siswi SMA di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Baru. *Jurnal Media Gizi Indonesia*. 94-100
<https://e-journal.unair.ac.id/MGI/article/view/4410>. Diakses pada tanggal 04 November 2023

Roring, G.Z., Aseng, A.C., dan Pandeirot, L.B. 2022. Pola Pengeluaran Mahasiswa FKIP indekos Universitas Klabat. *Nusantara Hasana Journal*. 2(5).
<https://nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/download/540/427>. Diakses pada 26 Februari 2025

Rorintulus S.J., Amisi M.D., dan Sanggelorang Y. 2022 Gambaran Pola Makan Penduduk Usia 18-30 Tahun di Kelurahan Bahu Kecamatan Malalayang Kota Manado. *Jurnal KESMAS*. 11(1):131–7.
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/39207>
 Diakses pada tanggal 20 Februari 2025

Rosyidi, D. 2009. Pengaruh penambahan limbah udang terfermentasi *Aspergillus niger* pada pakan terhadap kualitas fisik daging ayam broiler. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Hasil Ternak*. 4(1):1- 10.
<https://jitek.ub.ac.id/index.php/jitek/article/download/133/130/224>
 Diakses pada tanggal 13 Oktober 2023

Riyanto, W., Ridwansyah, M., dan Umiyati, E. 2013. Permintaan Beras di Provinsi Jambi (Penerapan Partial Adjustment Model). *Jurnal Perspektif Pembiayaan Dan Pembangunan Daerah*, 1(1), 11 - 20.
<https://online-journal.unja.ac.id/JES/article/view/1337/6384>
 Diakses pada tanggal 01 November 2023

Ruaida N, Sammeng W, Haluruk MK. Pola Makan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Inpres 36 Rumah Tiga. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*. 7(2):305–15. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v7i2.1022>. Diakses pada tanggal 13 Desember 2024

Samuelson, P. A. dan Nordhaus, W. D. 2001. *Ilmu Mikroekonomi*, Terjemahan. Edisi 17. PT Media Global Edukasi. Jakarta.

Saptarini, K. 2009. Isolasi *Salmonella* spp. pada Sampel Daging Sapi di Wilayah Bogor Serta Uji Ketahanannya Terhadap Proses Pendinginan dan Pembekuan. *Skripsi*. Fakultas Teknologi Pertanian IPB. Bogor.

Sari, S. P., Yuliati, E., Damayanti, S., dan Shayida, H. 2022. Gambaran Pola Konsumsi Minyak Goreng Pada Rumah Tangga. *Prosiding Seminar Nasional*. 4(1): 131–138.
<https://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/viewFile/436/416>
 Diakses pada tanggal 20 Februari 2025

Sayekti, W. D., Adawiyah, R., Indriani, Y., Tantriadisti, S., & Syafani, T. S. (2021). Pola Pikir Makan dan Preferensi Mahasiswa terhadap Makanan dan Minuman Jadi: Studi Kasus di Kota Bandar Lampung Saat Pandemi Covid-19. *AgriHealth: Journal of Agri-Food, Nutrition and Public Health*, 2(2), 65. <https://doi.org/10.20961/agrihealth.v2i2.54702>

Sciffman dan Kanuk 2007. *Perilaku Konsumen*. Edisi Kedua. PT. Indeks Gramedia. Jakarta.

Sirajuddin, Surmita, dan Astuti, T. 2018. *Survey Konsumsi Pangan. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan*. Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan Edisi Tahun 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Siregar, S. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif*. PT Fajar Interpratama Mandiri. Jakarta.

Situmorang A.R., Davidson S.M., dan Tampubolon R. 2022. Pola Makan dan Aktivitas Fisik Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Kristen Stya Wacana Selama Pandemi Covid-19. *Darussalam Nutrition Journal*. 8(1-12)
<https://ejurnal.unida.gontor.ac.id/index.php/nutrition/article/view/8977/1408>. Diakses pada tanggal 20 Februari 2025

Sudaryani T. 2009. *Kualitas Telur*. Penebar Swadaya. Jakarta

Sugiyono. 2023. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. CV Alfabeta. Bandung.

Sukirno, S. 2000. *Makro Ekonomi Modern*. PT. Raja Grafindo Perkasa. Jakarta

Suparmoko. 1998. *Pengantar Ekonomika Makro*. Yogyakarta:BPFE

Surya, E. A., Indriani, Y., dan Adawiyah, R. 2022. Pola Konsumsi Pangan dan Status Gizi Anak Balita di Daerah Pantai Kecamatan Teluk Betung Timur. *Jurnal Ilmu Ilmu Agribisnis*. Universitas Lampung. 10(1).
<https://jurnal.fp.unila.ac.id/index.php/JIA/article/view/5693>
 Diakses pada tanggal 25 Oktober 2023

Suryani, L., dan Ulfah, B. R. M. 2022. Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Mahasiswa Fakultas Ekonomi Unizar Mataram. *Nusantara Hasana Journal*, 2(2), 109–116.

<https://nusantarahasajournal.com/index.php/nhj/article/view/385>
 Diakses pada tanggal 03 November 2023

Syahroni, M., Astuti, N., Indrawati, V., dan Ismawati, R. 2021. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan Anak Usia Prasekolah (4-6 Tahun) Ditinjau dari Capaian Gizi Seimbang. *Jurnal Tata Boga*. 10(1). 12-22. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/article/view/37802>
 Diakses pada tanggal 01 November 2023

Syukri, A. U., dan Rahmatia, R. 2020. Determinan Pola Konsumsi Mahasiswa Yang Bekerja Di Stie Tri Dharma Nusantara. *Jurnal Ekonomi Pembangunan*. STIE Muhammadiyah Palopo, 6(1), 1–11. <https://journal.stiem.ac.id/index.php/jurep/article/view/460>
 Diakses pada tanggal 25 Oktober 2023

Utami, K. B., Radiati, L. E., Surjowardojo, P., dan Brawijaya, U. 2011. Kajian kualitas Susu Sapi Perah PFH (Studi Kasus pada Anggota Koperasi Agro Niaga di Kecamatan Jabung Kabupaten Malang). *Jurnal Ilmu-Ilmu Peternakan*. 24(2), 58–66. <https://jiip.ub.ac.id/index.php/jiip/article/view/174>. Diakses pada tanggal 17 November 2023

Wadhani, L. P. P., dan Ratnaningsih, N. 2021. Determinan Pola Konsumsi Makanan Berisiko Pada Ibu di Kecamatan Mataram dan Gunungsari, Nusa Tenggara Barat. *Amerta Nutrition*, 5(3), 230-236. <https://e-jurnal.unair.ac.id/AMNT/article/view/20982>. Diakses pada tanggal 25 Oktober 2023

Winarsih, 2007. Studi Ekstraksi Pigmen Antosianin Pada Ubi Jalar Ungu (*Ipomea Batatas L*). Dan Uji Stabilitas Pada produk minuman yoghurt dan sari buah) (Kajian ubi jalar segar dan kering dengan jenis pelarut). *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Malang.

Winda, A., Tawaf, R., dan Sulistyati, M. 2016. Pola konsumsi daging ayam broiler berdasarkan tingkat pengetahuan dan pendapatan kelompok mahasiswa Fakultas Peternakan. *Students e-Journal*. Universitas Padjadjaran. 5(2). <https://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/view/8494/3946>. Diakses pada 25 Mei 2025

Wurangian, F.D., Engka, D., dan Sumual, J. 2015. Analisis Pola Konsumsi Mahasiswa Fakultas Ekonomi & Bisnia Universitas Sam Ratulangi yang Kost di Kota Manado. *Jurnal Berkala Ilmiah Efisiensi*. Vol. 15 No. 02 <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jbie/article/view/7658>
 Diakses pada tanggal 20 Desember 2024

Yusuf, S. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya. Bandung

Zebua, A., Hadi, S., dan Bakce, D. 2020. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Pangan Rumahtangga Petani Sayuran Di Kabupaten Kampar. *Jurnal Agribisnis*. 21(2):163–7 <https://journal.unilak.ac.id/index.php/agr/article/view/3547>. Diakses pada 23 Oktober 2023

Zulaekah, S., Anggraini, I., Setiawati, Y., dan Kusumawati, Y. 2022. Perbedaan Pola Makan Pasien Diabetes Melitus (DM) dan Non-DM di Pusat Layanan Kesehatan Masyarakat Kota Surakarta. ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan). 7(1), 61-79. <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/argipa>. Diakses pada tanggal 25 Februari 2025