



GAMBARAN POLA KONSUMSI PANGAN RUMAH TANGGA BERDASARKAN FOOD ACCOUNT MINGGUAN

Hafizoh Kamila¹, Nashirah Athifah², Debby Azzahra³, Sri Haflah⁴, Elsa Dila⁵, Delvi Selviyani⁶

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi Gizi, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan, Indonesia
Korespondensi: hafizohlubies@gmail.com

Abstract

Household food consumption is one of the key indicators for assessing the nutritional status and food security of a community. This study aims to analyze the application of the food account method in describing household food consumption patterns. The study employed a descriptive method with a quantitative approach. Data collection was conducted through observation, interviews, and food account recording over a 7-day period with Family Y on Jalan Gurila, Sei Kera Hilir I, Medan Perjuangan, Medan City. The data collected included food types, the amount of food brought in and consumed, consumption frequency, and leftover food during the observation period. The results of the study indicate that household food consumption patterns are quite diverse and are still dominated by rice as the primary source of carbohydrates. The consumption of animal-based side dishes such as fish, chicken, eggs, shrimp, and beef suggests that the family's protein needs are relatively met. Additionally, the consumption of tempeh, tofu, and vegetables indicates dietary variety within the household, although fruit consumption remains relatively low. The food account method has proven capable of providing a more detailed picture of household food consumption patterns because all food items brought in, used, and left over are recorded directly. This study concludes that the food account method is effective for assessing the diversity of food consumption and household eating habits in a more systematic manner.

Keywords: food accounts, food consumption, households, dietary patterns, food security.

Abstrak

Konsumsi pangan rumah tangga merupakan salah satu indikator penting dalam menilai status gizi dan ketahanan pangan masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan metode food account dalam menggambarkan pola konsumsi pangan rumah tangga. Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan pencatatan food account selama 7 hari pada Keluarga Y di Jalan Gurila, Sei Kera Hilir I, Medan Perjuangan, Kota Medan. Data yang dikumpulkan meliputi jenis bahan pangan, jumlah pangan yang masuk dan dikonsumsi, frekuensi konsumsi, serta sisa bahan pangan selama masa pengamatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola konsumsi pangan rumah tangga cukup beragam dan masih didominasi oleh beras sebagai sumber karbohidrat utama. Konsumsi lauk hewani seperti ikan, ayam, telur, udang, dan daging sapi menunjukkan bahwa kebutuhan protein keluarga relatif terpenuhi. Selain itu, konsumsi tempe, tahu, serta sayur-sayuran menunjukkan adanya variasi pangan dalam rumah tangga, meskipun konsumsi buah masih tergolong rendah. Metode food account terbukti mampu memberikan gambaran yang lebih

rinci mengenai pola konsumsi pangan rumah tangga karena seluruh bahan pangan yang masuk, digunakan, dan tersisa dicatat secara langsung. Penelitian ini menyimpulkan bahwa metode food account efektif digunakan untuk menilai keberagaman konsumsi pangan dan kebiasaan makan rumah tangga secara lebih sistematis.

Kata kunci: food account, konsumsi pangan, rumah tangga, pola makan, ketahanan pangan.

Pendahuluan

Konsumsi pangan merupakan salah satu indikator penting dalam menilai status gizi dan ketahanan pangan rumah tangga. Pola konsumsi pangan yang tidak seimbang dapat mempengaruhi kualitas kesehatan masyarakat, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak dan ibu rumah tangga. Perubahan gaya hidup, urbanisasi, serta meningkatnya konsumsi, makanan siap saji menyebabkan pola konsumsi masyarakat mengalami perubahan yang signifikan. Kondisi tersebut mendorong pentingnya pengukuran konsumsi pangan rumah tangga secara tepat agar dapat diketahui tingkat kecukupan gizi dan kualitas konsumsi masyarakat. Salah satu metode yang digunakan dalam penilaian konsumsi pangan adalah food account, yaitu metode pencatatan seluruh bahan makanan yang masuk dan keluar dalam rumah tangga selama periode tertentu. Metode ini mampu memberikan gambaran konsumsi pangan keluarga secara menyeluruh karena mencatat jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi oleh anggota rumah tangga.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pencatatan konsumsi pangan rumah tangga memiliki peran penting dalam mengidentifikasi ketahanan pangan dan tingkat kecukupan gizi masyarakat. Menurut penelitian gizi dan makanan menjelaskan bahwa pengukuran konsumsi pangan dapat digunakan untuk menilai kondisi ketahanan pangan rumah tangga melalui frekuensi dan keberagaman konsumsi pangan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan signifikan antara skor konsumsi pangan dengan tingkat kecukupan energi dan kecukupan zat gizi rumah tangga. Selain itu, penelitian mengenai pola konsumsi pangan rumah tangga di Indonesia juga menunjukkan bahwa konsumsi masyarakat masih didominasi oleh pangan pokok tertentu dan dipengaruhi oleh faktor ekonomi, pendidikan, serta jumlah anggota keluarga.

Penelitian lain menjelaskan bahwa pengeluaran pangan rumah tangga dan pola konsumsi masyarakat terus mengalami perubahan seiring perkembangan sosial ekonomi. Rumah tangga dengan pendapatan rendah cenderung memiliki kualitas konsumsi pangan yang kurang beragam sehingga berisiko mengalami ketidakcukupan zat gizi. Selain itu, pemantauan konsumsi pangan masih sering terkendala oleh metode pengumpulan data yang bergantung pada daya ingat responden sehingga dapat menimbulkan bias dalam pelaporan konsumsi makanan. Oleh karena itu, metode food account dinilai lebih efektif karena menggunakan pencatatan langsung terhadap bahan pangan yang dikonsumsi dalam rumah tangga.

Meskipun berbagai penelitian mengenai konsumsi pangan rumah tangga telah banyak dilakukan, kajian yang secara khusus membahas penerapan metode food account dalam menggambarkan pola konsumsi pangan rumah tangga masih terbatas. Sebagian besar penelitian lebih berfokus pada tingkat ketahanan pangan, pengeluaran konsumsi, dan faktor ekonomi yang mempengaruhi pola makan masyarakat. Padahal, metode food account dapat memberikan data yang lebih rinci mengenai jumlah, jenis, serta frekuensi pangan yang dikonsumsi oleh rumah tangga. Keterbatasan penelitian tersebut menunjukkan adanya kesenjangan penelitian terkait efektivitas metode food account dalam penilaian konsumsi pangan rumah tangga secara menyeluruh.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan metode food account dalam menggambarkan pola konsumsi pangan rumah tangga. Pertanyaan penelitian yang diajukan adalah bagaimana metode food account dapat digunakan untuk mengetahui pola konsumsi pangan dan tingkat kecukupan konsumsi rumah tangga. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus kajian terhadap penggunaan metode food account sebagai pendekatan pencatatan konsumsi pangan rumah tangga yang lebih rinci dan sistematis dibandingkan metode konsumsi pangan lainnya.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pola konsumsi pangan reponden dengan menggunakan metode food account, yaitu merupakan survei konsumsi pangan dengan melakukan pencatatan seluruh bahan makanan yang masuk dan dikonsumsi dalam periode tertentu.

Pelaksanaan pengabdian terhadap keluarga Y untuk mengamati pola konsumsi rumah tangga dilaksanakan selama 7 hari dimulai pada tanggal 10 mei 2026 s/d 17 mei 2026 yang berlokasi di Samping Depot Depan Masjid Malikussaleh, Jalan Gurila, Sei Kera Hilir I, Medan Perjuangan, Kota Medan.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan melalui observasi, wawancara, dan pencatatan food account. Data di peroleh dengan mencatat jenis bahan pangan, jumlah pangan yang di peroleh, frekuensi konsumsi, serta sumber bahan pangan yang dikonsumsi responden selama periode pengamatan. Wawancara dilakukan dengan menggunakan kuisioner berupa tabel food account untuk melengkapi informasi karakteristik responden dan kebiasaan konsumsi pangan.

Pelaksanaan kegiatan pengamatan pola konsumsi pangan rumah tangga pada keluarga Y dilakukan melalui beberapa tahapan yang disusun secara sistematis untuk memperoleh data yang yang akurat. Terdapat empat tahapan diantaranya sebagai berikut: Pertama, Tahapan penentuan responden. Pemilihan responden dilakukan dengan menggunakan teknik snowball sampling, yaitu proses penelusuran responden melalui rekomendasi dari pihak yang mengetahui calon responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. Berdasarkan proses tersebut diperoleh keluarga Y bersedia menjadi responden selama masa pengamatan yaitu 7 hari . Kedua, Tahapan ketersediaan pangan rumah tangga. Peneliti melakukan kunjungan ke rumah responden untuk menjelaskan secara langsung tujuan penelitian serta melakukan pendataan seluruh bahan pangan yang tersedia pada awal pengamatan. Ketiga, Tahap identifikasi konsumsi anggota rumah tangga. Pada tahap ini dilakukan pendataan jumlah anggota keluarga, rentang usia, serta kebiasaan makan setiap anggota rumah tangga. Data yang dikumpulkan berupa pola makan, frekuensi makan, dan konsumsi pangan sehari-hari. Keempat, Tahapan pencatatan bahan pangan dan konsumsi harian. Tahap ini dilakukan dengan mencatat seluruh bahan pangan yang masuk, digunakan, di konsumsi di dalam maupun di luar rumah, serta sisa atau bahan makanan yang tidak termanfaatkan selama masa pengamatan. Data tersebut lalu di olah untuk menggambarkan pola konsumsi pangan rumah tangga secara keseluruhan.

Hasil

Inventarisasi dan Sirkulasi Bahan Pangan Keluarga Y

Pengumpulan data konsumsi pangan pada Keluarga Y dilakukan menggunakan formulir Household Food Account selama periode pengamatan 7 hari yang dimulai pada tanggal 10 mei 2026 s/d 17 mei 2026 yang berlokasi di Samping Depot Depan Masjid

Malikussaleh, Jalan Gurila, Sei Kera Hilir I, Medan Perjuangan, Kota Medan. Seluruh pergerakan komoditas pangan yang mencakup stok awal pada hari ke-1, log pencatatan bahan makanan yang masuk ke rumah tangga dari hari ke-1 hingga hari ke-7, serta sisa bahan makanan di hari ke-7 direkapitulasi secara terperinci pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Bahan Makanan Yang Dikonsumsi Keluarga Y Selama 7 Hari

Jenis Bahan Makanan	Stok Pada Hari 1	Bahan Makanan Yang Masuk Pada Hari 2 s/d 7	Sisa Pada Hari 7	Jumlah Yang Digunakan Selama 7 Hari
Beras	10 kg	0	7,5 kg	2,5 kg
Ikan Dencis	7 ons	0	0	7 ons
Udang	1/2 kg	0	0	1/2 kg
Ikan Lidah	8 ons	0	0	8 ons
Ikan Kapas	1/2 kg	0	0	1/2 kg
Ayam Kampung	1,1 kg	0	0	1,1 kg
Kentang	1 kg	0	0	1 kg
Cabe Merah	1/4 kg	0	0	1/4 kg
Bawang Merah	1/4 kg	0	0	1/4 kg
Sayur Kol	1 kg	0	0	1 kg
Sawi Manis	1/2 kg	0	0	1/2 kg
Tempe	1 buah	0	0	1 buah
Tahu	3 buah	0	0	3 buah
Kecap	1/4 kg	0	0	1/4 kg
Teri Medan	1 ons	0	0	1 ons
Kacang	1 ona	0	0	1 ons
Pisang	1 sisir	0	0	1 sisir
Barangan goreng	1,5 ons	0	0	1,5 ons
Telur	2 butir	10 butir	0	12 butir
Wortel	1/4 kg	0	0	1/4 kg
Bawang Putih	1/2 kg	0	0	1/2 kg
Gula	1/4 kg	0	0	1/4 kg
Minyak Kelapa Sawit	2 liter	0	0	2 liter
Risol	0	20 buah	0	20 buah
Empek-empek	0	5 porsi	0	5 porsi
Daging Sapi	2,5 kg	0	0	2,5 kg
Tulang Iga Sapi	1/2 kg	0	1/2 kg	0 kg

Hasil Wawancara Food Account Rumah Tangga

Wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai pola pembelian, persediaan, dan sisa bahan pangan rumah tangga selama periode satu minggu. Adapun pertanyaan yang diajukan kepada responden meliputi:

1. Bahan pangan apa saja yang ibu persiapkan untuk kebutuhan konsumsi rumah tangga selama satu minggu ke depan?

2. Dapatkah ibu mnejelaskan jenis bahan pangan atau makanan yang dibeli pada hari pertama hingga hari ke enam selama periode pengamatan?
3. Bahan pangan atau stok makanan apa saja yang masih tersisa pada hari ketujuh setelah digunakan selama satu minggu?

Pembahasan

Inventarisasi dan Sirkulasi Bahan Pangan Keluarga Y

Berdasarkan hasil pengamatan menggunakan metode *food account* selama 7 hari pada Keluarga Y, diperoleh gambaran bahwa pola konsumsi pangan rumah tangga cukup beragam dan didominasi oleh bahan pangan pokok berupa beras. Dari stok awal sebanyak 10 kg, jumlah beras yang digunakan selama masa pengamatan mencapai 2,5 kg. Hal ini menunjukkan bahwa nasi masih menjadi sumber utama karbohidrat dan energi bagi keluarga. Selain itu, konsumsi lauk hewani seperti ikan, ayam, telur, udang, dan daging sapi juga cukup tinggi sehingga kebutuhan protein keluarga relatif terpenuhi. Konsumsi protein nabati seperti tempe dan tahu serta adanya konsumsi sayur-sayuran seperti kol, sawi, dan wortel menunjukkan bahwa keluarga sudah menerapkan pola makan yang cukup bervariasi. Namun, konsumsi buah masih tergolong terbatas karena hanya terdapat pisang barangan sebagai sumber buah selama masa pengamatan. Selain itu, adanya konsumsi makanan siap saji seperti risol dan empek-empek menunjukkan bahwa keluarga juga memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan praktis di sela aktivitas sehari-hari. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa metode *food account* mampu memberikan gambaran pola konsumsi pangan rumah tangga secara lebih rinci karena seluruh bahan pangan yang masuk, digunakan, dan tersisa dicatat secara langsung. Dengan demikian, metode ini dapat membantu mengetahui tingkat keberagaman konsumsi pangan serta kebiasaan makan dalam rumah tangga.

Interpretasi Hasil: Berdasarkan hasil pencatatan menggunakan metode *food account* selama 7 hari, dapat diinterpretasikan bahwa pola konsumsi pangan pada Keluarga Y tergolong cukup beragam dan kebutuhan pangan utama rumah tangga relatif terpenuhi. Hal ini terlihat dari adanya konsumsi bahan pangan sumber karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayuran, serta buah-buahan meskipun dalam jumlah yang belum sepenuhnya seimbang. Beras menjadi bahan pangan yang paling dominan dikonsumsi oleh keluarga dengan jumlah penggunaan sebesar 2,5 kg dari stok awal 10 kg. Kondisi ini menunjukkan bahwa nasi masih menjadi makanan pokok utama dan sumber energi utama bagi anggota keluarga. Tingginya konsumsi beras sejalan dengan pola konsumsi masyarakat Indonesia yang umumnya masih bergantung pada pangan sumber karbohidrat berupa nasi. Konsumsi lauk hewani pada keluarga Y juga tergolong cukup baik karena terdapat berbagai jenis sumber protein seperti ikan dencis, ikan lidah, ikan kapas, udang, ayam kampung, telur, dan daging sapi. Seluruh bahan pangan hewani tersebut habis digunakan selama masa pengamatan, kecuali tulang iga sapi yang masih tersisa. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga memiliki kebiasaan mengonsumsi protein hewani secara rutin sehingga dapat membantu memenuhi kebutuhan zat gizi terutama protein untuk anggota keluarga. Selain protein hewani, konsumsi protein nabati seperti tempe, tahu, dan kacang juga menunjukkan adanya variasi sumber pangan dalam rumah tangga. Konsumsi protein nabati penting untuk melengkapi kebutuhan zat gizi sekaligus menjadi alternatif sumber protein yang lebih ekonomis. Konsumsi sayur-sayuran seperti kol, sawi manis, wortel, serta penggunaan bumbu dapur seperti bawang merah, bawang putih, dan cabe merah menunjukkan bahwa keluarga masih mengolah makanan sendiri di rumah. Hal ini dapat menjadi indikator bahwa pola makan keluarga tidak sepenuhnya bergantung pada makanan instan atau siap saji. Namun demikian, konsumsi buah masih tergolong rendah karena selama pengamatan hanya terdapat

pisang barangan sebagai sumber buah yang dikonsumsi keluarga. Kondisi ini menunjukkan bahwa keberagaman konsumsi buah belum optimal sehingga asupan vitamin, mineral, dan serat dari buah-buahan kemungkinan masih kurang. Adanya konsumsi makanan siap saji seperti risol dan empek-empek juga menunjukkan bahwa keluarga memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan praktis di sela aktivitas sehari-hari. Jika dikonsumsi secara berlebihan, makanan siap saji dapat meningkatkan risiko pola makan kurang sehat karena umumnya mengandung minyak, garam, dan kalori yang cukup tinggi. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa metode *food account* efektif digunakan untuk menggambarkan pola konsumsi pangan rumah tangga secara rinci. Melalui metode ini dapat diketahui jenis bahan pangan yang paling sering dikonsumsi, tingkat keberagaman pangan, serta kebiasaan makan keluarga selama periode pengamatan

Perbandingan dengan Penelitian Lain: Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa konsumsi pangan rumah tangga di Indonesia masih didominasi oleh bahan pangan pokok berupa beras. Selain itu, keberagaman konsumsi pangan dipengaruhi oleh kondisi ekonomi, jumlah anggota keluarga, serta kebiasaan makan masyarakat. Pada penelitian ini, keluarga Y juga menunjukkan pola konsumsi yang masih berfokus pada nasi sebagai makanan utama dengan tambahan lauk hewani dan nabati sebagai pelengkap. Penelitian lain juga menjelaskan bahwa metode *food account* lebih efektif dibandingkan metode konsumsi pangan yang hanya mengandalkan daya ingat responden, karena pencatatan dilakukan secara langsung setiap hari. Hasil penelitian ini mendukung pernyataan tersebut karena data yang diperoleh lebih rinci mengenai jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi rumah tangga selama periode pengamatan.

Implikasi: Penelitian ini memberikan gambaran bahwa metode *food account* dapat digunakan sebagai salah satu metode yang efektif dalam menilai pola konsumsi pangan rumah tangga. Data yang diperoleh dapat membantu mengetahui tingkat keberagaman pangan dan kebiasaan konsumsi keluarga sehingga dapat menjadi bahan evaluasi dalam upaya perbaikan pola makan dan pemenuhan gizi keluarga. Selain itu, hasil penelitian ini juga menunjukkan pentingnya konsumsi pangan yang beragam agar kebutuhan zat gizi anggota keluarga dapat terpenuhi secara seimbang. Keberagaman konsumsi pangan sangat diperlukan untuk mendukung kesehatan dan mencegah masalah gizi dalam rumah tangga.

Limitasi Penelitian: Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan. Pengamatan hanya dilakukan pada satu rumah tangga sehingga hasil penelitian belum dapat menggambarkan pola konsumsi masyarakat secara umum. Selain itu, waktu pengamatan yang dilakukan hanya selama 7 hari menyebabkan data yang diperoleh masih terbatas pada kebiasaan konsumsi jangka pendek. Keterbatasan lainnya adalah kemungkinan adanya perubahan pola konsumsi selama masa pengamatan karena responden mengetahui bahwa konsumsi pangan mereka sedang diamati. Hal tersebut dapat mempengaruhi hasil penelitian yang diperoleh.

Saran untuk Penelitian Selanjutnya: Penelitian selanjutnya diharapkan dapat dilakukan dengan jumlah responden yang lebih banyak dan waktu pengamatan yang lebih panjang agar hasil penelitian lebih akurat dan dapat menggambarkan pola konsumsi

pangan masyarakat secara lebih luas. Selain itu, penelitian berikutnya dapat menambahkan analisis tingkat kecukupan gizi dan hubungan pola konsumsi pangan dengan status gizi anggota rumah tangga. Penggunaan metode *food account* juga dapat dikombinasikan dengan metode survei konsumsi pangan lainnya agar data yang diperoleh lebih lengkap dan mendalam. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi yang lebih baik mengenai kondisi konsumsi pangan rumah tangga di masyarakat.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan metode *food account* selama 7 hari pada Keluarga Y, dapat disimpulkan bahwa pola konsumsi pangan rumah tangga cukup beragam dan masih didominasi oleh konsumsi beras sebagai sumber karbohidrat utama. Konsumsi lauk hewani seperti ikan, ayam, telur, udang, dan daging sapi menunjukkan bahwa kebutuhan protein keluarga cukup terpenuhi. Selain itu, konsumsi tempe, tahu, serta sayur-sayuran seperti kol, sawi, dan wortel menunjukkan adanya variasi pangan dalam rumah tangga. Namun, konsumsi buah masih tergolong rendah karena selama masa pengamatan hanya terdapat pisang sebagai sumber buah yang dikonsumsi.

Metode *food account* terbukti dapat memberikan gambaran yang lebih rinci mengenai pola konsumsi pangan rumah tangga karena seluruh bahan pangan yang masuk, digunakan, dan tersisa dicatat secara langsung. Metode ini membantu mengetahui jenis pangan yang dikonsumsi, tingkat keberagaman makanan, serta kebiasaan makan anggota keluarga secara lebih jelas.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena hanya dilakukan pada satu rumah tangga dan dalam waktu pengamatan yang singkat, yaitu selama 7 hari. Oleh karena itu, hasil penelitian belum dapat menggambarkan pola konsumsi masyarakat secara umum. Meskipun demikian, penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi mengenai penggunaan metode *food account* sebagai salah satu cara untuk menilai pola konsumsi pangan rumah tangga secara lebih sistematis dan detail.

Ucapan terima kasih

Penulis mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya penelitian serta penyusunan artikel ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Keluarga Y yang telah bersedia menjadi responden dan membantu selama proses pengumpulan data berlangsung. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada teman-teman serta seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan semangat sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar. Penulis menyadari bahwa artikel ini masih memiliki kekurangan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan penelitian selanjutnya. Semoga artikel ini dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan bagi pembaca, khususnya dalam bidang konsumsi pangan rumah tangga dan gizi masyarakat.

Daftar Pustaka

- [1] Y. D. Gilang Putra Endawan, Bustari Badal, Murnita, "Jurnal research ilmu pertanian," *J. Res. Ilmu Pertan.*, vol. 3, no. 26, pp. 1-8, 2021, [Online]. Available: <https://ejurnal-unespadang.ac.id/index.php/JRIP>
- [2] I. Firdauzi, "Analisi Pola Konsumsi Pangan Pokok Rumah Tangga di Indonesia Tahun 2000-2014," *J. Ekon. Indones.*, vol. 10, no. 1, pp. 71-90, 2021, doi: 10.52813/jei.v10i1.60.
- [3] D. Sembiring, "Metode skor konsumsi pangan untuk menilai ketahanan pangan rumah tangga". *Nutrition and food Research* 38.1 (2015): 31-40., vol. 38, no. 1, pp. 31-40, 2015.