

ANALISIS POLA KONSUMSI PANGAN MINYAK DAN KELAPA RUMAH TANGGA DI PROVINSI RIAU

ANALYSIS OF PATTERN AND BEHAVIORS FOOD CONSUMPTION OF OIL AND COCONUT IN RIAU PROVINCE

Novita Dewi Limbong¹, Djaimi Bakce², Jumatri Yusri³
Jurusan Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Riau
Email: ndewi1668@gmail.com, Mobile: 0813 6434 2067

ABSTRACT

Oil and coconut are food sources of fat that can produce energy that the body needs to carry out activities or activities. Oil and coconut food consumption in Riau Province is dominated by cooking oil commodity. This study aims to analyze the pattern of household consumption of oil and coconut based on income, number of household members and education of housewives in Riau Province. The data used in this research is secondary data obtained from the results of the National Socio-Economic Survey (SUSENAS) for the province of Riau in 2018 issued by the Central Statistics Agency. This research uses quantitative descriptive analysis. The results showed that the calorie consumption of food oil and coconut in Riau Province in 2018 had exceeded the recommended energy consumption figure set by the National Food and Nutrition Widyakarya (WNPG) XI in 2018. The pattern of food consumption of oil and coconut in Riau Province is as follows: The higher the income, the share of expenditure for commodities of coconut oil, cooking oil and other oils and coconuts is increasing. The more the number of household members, the lower the share of expenditure for cooking oil and other oil and coconut commodities. The higher the education of housewives, the higher the share of expenditure for cooking oil and other oil and coconut commodities.

Keywords: oil and coconut food consumption, food consumption patterns

Pendahuluan

Pangan merupakan segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun yang tidak diolah, yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan dan bahan lain yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan dan atau pembuatan makanan atau minuman [1]. Tubuh memerlukan energi sebagai sumber tenaga untuk segala aktivitas. Energi diperoleh dari makanan sehari-hari yang terdiri dari berbagai zat gizi terutama karbohidrat dan lemak [2]. Zat-zat gizi yang dapat memberikan energi adalah karbohidrat, lemak dan protein [3]. Lemak menyediakan sekitar 60% energi yang diperlukan tubuh selama beristirahat.

Walaupun kelebihan karbohidrat dan protein dapat diubah dalam bentuk lemak, namun lemak tidak dapat diubah dalam bentuk karbohidrat dan protein. Lemak sebagai komponen utama pembentuk membran sel. Lemak juga membantu penyerapan dan penyimpanan vitamin larut lemak, seperti vitamin A, D, E dan K. Asam lemak esensial, seperti asam lemak omega 3 dan omega 6 merupakan zat nutrisi penting yang dibutuhkan dalam pertumbuhan otak. Namun, asam lemak ini diperoleh dari luar, tidak disintesis sendiri oleh tubuh [4].

Sumber minyak dan lemak terdiri dari minyak jagung, minyak kelapa, minyak samin, minyak lemak dan santan instan, serta minyak yang sudah

1. Mahasiswa Faperta Universitas Riau

2. Dosen Faperta Universitas Riau

JOM Faperta Vol. 9 edisi 1 Januari-Juni 2022

dimurnikan [5]. Namun menurut data SUSENAS tahun 2018 di Provinsi Riau, sumber minyak dan kelapa terdiri dari minyak kelapa, minyak goreng (bunga matahari, kelapa sawit), kelapa (tidak termasuk santan instan), minyak dan kelapa lainnya. Konsumsi pangan minyak dan kelapa yang paling banyak dikonsumsi masyarakat Provinsi Riau adalah minyak goreng. Pola pangan masyarakat penduduk Provinsi Riau masih banyak yang mengonsumsi minyak goreng dikarenakan harga yang relatif terjangkau dan juga banyak ditemui di setiap pasar ataupun swalayan dibandingkan dengan minyak kelapa. Penggunaan minyak goreng sebagai pengolahan suatu makanan demikian luas, bahkan sudah tidak dapat terpisahkan lagi dari kehidupan kita. Konsumsi minyak goreng yang berlebihan dapat berdampak buruk bagi kesehatan. Pola makan yang tinggi lemak dan minyak tidak hanya berdampak pada resiko obesitas dan penyakit jantung, namun juga dapat meningkatkan resiko beragam penyakit kanker misalnya seperti kanker payudara, kanker usus besar dan kanker paru.

Konsumsi energi kelompok pangan minyak dan lemak pada tahun 2018 sebesar 311 kkal/kap/hari, sedangkan anjuran yang telah ditetapkan oleh Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI tahun 2018 adalah 210 kkal/kap/hari. Konsumsi energi kelompok pangan buah atau biji berminyak pada tahun 2018 sebesar 38 kkal/kap/hari, sedangkan anjuran yang ditetapkan oleh Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI tahun 2018 adalah 59 kkal/kap/hari [6,7]. Konsumsi energi minyak dan lemak menunjukkan kecenderungan yang terus meningkat. Kenaikan tersebut disebabkan oleh adanya pola pangan masyarakat penduduk Provinsi Riau yang masih banyak mengonsumsi minyak goreng. Minyak goreng juga mengandung banyak lemak jenuh dan lemak trans yang diketahui dapat meningkatkan kadar kolesterol darah.

Peningkatan kolesterol ini bisa menjadi akar dari berbagai penyakit seperti penyakit jantung koroner, serangan jantung, dan stroke [8].

Pada penelitian ini faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi pangan minyak dan kelapa adalah tingkat pendapatan, jumlah anggota rumah tangga dan tingkat pendidikan ibu rumah tangga. Pendapatan merupakan faktor ekonomi yang sangat erat kaitannya dengan akses pangan yang dikonsumsi. Dengan pendapatan maka rumah tangga memiliki kemampuan untuk memperoleh pangan yang cukup untuk kebutuhan energi dan gizi. Pendapatan dapat dilihat dengan laju pertumbuhan ekonomi suatu daerah, Produk Domestik Regional Bruto (PDRB). Pada tahun 2015 sampai tahun 2017, laju pertumbuhan ekonomi di Provinsi Riau mengalami peningkatan masing-masing sebesar 0,22 persen, 2,18 persen, 2,68 persen. Namun pada tahun 2018, laju pertumbuhan ekonommi di Provinsi Riau mengalami penurunan sebesar 2,34 persen [9]. Hukum Engel menyatakan bahwa pada saat tingkat pendapatan meningkat maka proporsi pendapatan yang akan dihabiskan untuk membeli makanan akan berkurang. Hal tersebut berarti dalam hukum engel menyatakan bahwa tingkat kesejahteraan seseorang dapat dikatakan membaik apabila perbandingan pengeluaran untuk konsumsi makanan cenderung semakin menurun dan sebaliknya konsumsi non makanan semakin meningkat. Jumlah anggota rumah tangga juga akan mempengaruhi pola konsumsi pangan rumah tangga. Semakin banyak jumlah anggota keluarga, maka kebutuhan pangan yang dikonsumsi akan semakin meningkat karena masing-masing anggota keluarga mempunyai selera yang berbeda. Hubungan sangat nyata antara besarnya rumah tangga dan kurang gizi pada masing-masing rumah tangga, jumlah anggota rumah tangga yang semakin besar tanpa diimbangi dengan meningkatnya pendapatan akan menyebabkan pendistribusian konsumsi pangan semakin

tidak merata [9]. Tingkat pendidikan ibu rumah tangga juga akan mempengaruhi pola konsumsi pangan rumah tangga. Tingkat pendidikan penduduk Provinsi Riau pada tahun 2017 yang tamatan pendidikan dasar adalah 46,28 persen, sedangkan yang tamatan pendidikan menengah hingga tamatan pendidikan tertinggi adalah 53,72 persen. Artinya hampir setengah penduduk Provinsi Riau yang bertamatan pendidikan dasar [5]. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola dan perilaku konsumsi pangan minyak dan kelapa rumah tangga di Provinsi Riau.

Metode Penelitian

Tempat penelitian yang dipilih adalah Provinsi Riau. Pemilihan lokasi penelitian di Provinsi Riau dilakukan secara sengaja (*purposive*) dengan pertimbangan bahwa di Provinsi Riau konsumsi pangan minyak dan kelapa yang sudah melebihi dari anjuran yang telah ditetapkan oleh Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI tahun 2018. Penelitian ini dilaksanakan dimulai bulan Oktober 2019 sampai Desember 2020. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh dari hasil SUSENAS tahun 2018 yang dikeluarkan untuk Provinsi Riau oleh Badan Pusat Statistik (BPS). Data tersebut merupakan data *cross section*. Data SUSENAS terdiri dari data kor, data modul sosial budaya dan pendidikan, dan data konsumsi pengeluaran. Variabel yang digunakan pada data kor adalah pendapatan dan jumlah anggota rumah tangga. Untuk data modul sosial budaya dan pendidikan variabel yang digunakan adalah variabel pendidikan ibu rumah tangga. Data modul konsumsi dan pengeluaran variabel yang digunakan adalah variabel pengeluaran rumah tangga untuk setiap jenis komoditi yang dikonsumsi rumah tangga.

Pada data kuesioner SUSENAS Tahun 2018 yang dikeluarkan untuk

Provinsi Riau, untuk penelitian ini dipilih satu kelompok komoditi pangan yaitu minyak dan kelapa dengan jumlah komoditi sebanyak 4 komoditi, yaitu: minyak kelapa, minyak goreng (kelapa sawit, bunga matahari), kelapa (tidak termasuk santan instan) serta minyak dan kelapa lainnya. Total sampel rumah tangga konsumsi pangan pada data SUSENAS tahun 2018 adalah 7.492 rumah tangga. Jumlah rumah tangga yang mengonsumsi 4 komoditi tersebut sebanyak 7.098 rumah tangga.

Analisis pola konsumsi pangan minyak dan kelapa menggunakan analisis deskriptif kuantitatif, dimana tujuan analisis ini untuk melihat keragaan pengeluaran atau pola konsumsi pangan dengan membandingkan angka anjuran berdasarkan ketetapan Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI tahun 2018 sebagai acuan untuk mengukur Angka Kecukupan Gizi (AKG) penduduk dan lihat perbedaan keragaan pola konsumsi. Keragaan konsumsi pangan dibagi berdasarkan tingkat pendapatan, jumlah anggota rumah tangga dan tingkat pendidikan ibu rumah tangga. Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Riau (2018), golongan pendapatan terbagi menjadi tiga (3), yaitu pendapatan rendah, pendapatan sedang dan pendapatan tinggi. Jumlah anggota rumah tangga dikelompokkan menjadi tiga, yaitu: rumah tangga kecil (kurang dari 4 orang), rumah tangga sedang (5-6 orang), dan rumah tangga besar (lebih dari 7 orang) dalam satu rumah. Sedangkan untuk melihat pendidikan ibu rumah tangga didasarkan jenjang pendidikan formal yang pernah diikuti. Pendidikan ibu rumah tangga dikelompokkan menjadi tiga kelompok, yaitu: pendidikan rendah (Tidak Sekolah, SD, MI, SDLB, Paket A), pendidikan menengah (SMP, MTs, SMPLB, Paket B, SMA, MA, SMK, MAK, SMALB, Paket C) dan pendidikan tinggi (D-I, D-II, D-III, D-IV, S1, S2, S3) [3].

Hasil Dan Pembahasan Pola Konsumsi Pangan Minyak dan Kelapa

Berdasarkan hasil olahan data SUSENAS tahun 2018, konsumsi kalori minyak dan kelapa di Provinsi Riau sebesar 934,10 kkal/kap/hari. Sedangkan berdasarkan anjuran Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI tahun 2018,

konsumsi kalori yang dianjurkan untuk konsumsi pangan minyak dan kelapa adalah 269 kkal/kap/hari. Konsumsi kalori pangan minyak dan kelapa penduduk Provinsi Riau dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Konsumsi Kalori Pangan Minyak dan Kelapa Penduduk di Provinsi Riau Tahun 2018

No	Komoditi	Konsumsi Kalori (kkal/kapita/hari)
1	Minyak Kelapa	304,29
2	Minyak Goreng (bunga matahari, kelapa sawit)	344,16
3	Kelapa (tidak termasuk santan instan)	96,82
4	Minyak dan Kelapa lainnya	188,83
	Jumlah	934,10

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa konsumsi kalori yang dikonsumsi paling tinggi oleh penduduk Provinsi Riau adalah komoditi minyak goreng sebesar 344,16 kkal/kap/hari, sedangkan konsumsi kalori yang dikonsumsi paling sedikit adalah komoditi kelapa sebesar 96,82 kkal/kap/hari. Jika dilihat dari tabel 1 konsumsi kalori untuk konsumsi pangan minyak dan kelapa penduduk Provinsi Riau sudah melebihi dari angka anjuran

yang telah ditetapkan oleh Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI tahun 2018. Kelebihan kalori maupun kekurangan kalori di dalam tubuh tidak baik bagi kesehatan. Kelebihan kalori dapat menyebabkan penyakit obesitas. Obesitas ialah ketidakseimbangan antara konsumsi kalori dan kebutuhan energi, dimana konsumsi terlalu banyak dibandingkan dengan kebutuhan atau pemakaian energi [10].

Pola Konsumsi Pangan Minyak Dan Kelapa Berdasarkan Pendapatan

Pendapatan menjadi penentu konsumsi dalam sebuah keluarga, karena pada dasarnya pendapatan menjadi salah satu acuan pola konsumsi dalam sebuah keluarga dalam menentukan pengeluarannya. Golongan pendapatan terbagi menjadi tiga, yaitu: pendapatan rendah, pendapatan sedang dan pendapatan tinggi⁷. Jumlah rumah tangga yang

mengonsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan pendapatan yaitu: pendapatan rendah sebanyak 5.374 rumah tangga, pendapatan sedang sebanyak 1.266 rumah tangga, dan pendapatan tinggi sebanyak 459 rumah tangga. Pola konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan pendapatan di Provinsi Riau dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Pola konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan pendapatan di Provinsi Riau tahun 2018

No.	Golongan Pendapatan	Pangsa Pengeluaran			
		Minyak Kelapa (%)	Minyak Goreng (%)	Kelapa (%)	Minyak dan Kelapa lainnya (%)
1	Pendapatan Rendah	5,20	73,58	19,84	1,37
2	Pendapatan Sedang	4,80	73,48	18,05	3,65
3	Pendapatan Tinggi	6,45	73,93	14,72	4,88

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa minyak goreng merupakan komoditi yang paling banyak dikonsumsi baik dari pendapatan rendah, pendapatan sedang dan pendapatan tinggi. Semakin tinggi pendapatan rumah tangga maka semakin meningkat persentase pangsa pengeluaran untuk komoditi minyak kelapa, minyak goreng serta minyak dan kelapa lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa semakin meningkat pengeluarannya maka pola konsumsi masyarakat akan membaik. Ketika semakin besar pendapatan maka akan semakin besar pengeluaran untuk konsumsi dan

pemenuhan konsumsi pangannya semakin beragam. Sehingga untuk mendapatkan konsumsi, seseorang harus mempunyai pendapatan, besar kecilnya pendapatan seseorang sangat menentukan tingkat konsumsinya [11]. Pada komoditi kelapa semakin menurun persentase pangsa pengeluarannya pada setiap pendapatan. Hal ini sesuai dengan teori konsumsi menurut hukum Engel yang menyatakan bahwa pada saat tingkat pendapatan meningkat maka proporsi pendapatan yang akan dihabiskan untuk membeli makanan akan berkurang.

Pola Konsumsi Pangan Minyak dan Kelapa Berdasarkan Jumlah Anggota Rumah Tangga

Jumlah tanggungan keluarga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pola konsumsi rumah tangga. Banyaknya anggota rumah tangga, maka pola konsumsinya semakin beragam karena masing-masing anggota rumah tangga belum tentu mempunyai selera yang sama. Menurut Badan Pusat Statistik Indonesia (2018) jumlah anggota rumah tangga dilihat dari jumlah anggota keluarga, yaitu rumah tangga kecil sebanyak 1- 4 orang, rumah tangga sedang sebanyak 5-6 orang, dan rumah tangga besar sebanyak lebih dari 7 orang dalam

satu rumah. Berdasarkan data dari SUSENAS tahun 2018, jumlah rumah tangga yang mengkonsumsi komoditi pangan minyak dan kelapa di Provinsi Riau berdasarkan jumlah anggota rumah tangganya, yaitu: rumah tangga kecil sebanyak 4.730 rumah tangga, rumah tangga sedang sebanyak 1.952 rumah tangga dan rumah tangga besar sebanyak 416 rumah tangga. Pola konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan jumlah anggota rumah tangga dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Pola konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan jumlah anggota rumah tangga di Provinsi Riau tahun 2018

No.	Pengelompokan Rumah tangga	Pangsa Pengeluaran			
		Minyak Kelapa (%)	Minyak Goreng (%)	Kelapa (%)	Minyak dan Kelapa lainnya (%)
1	Jumlah anggota rumah tangga kecil	4,95	74,13	18,80	2,10
2	Jumlah anggota rumah tangga sedang	5,54	72,86	19,47	2,11
3	Jumlah anggota rumah tangga besar	5,88	72,14	20,24	1,72

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat pangsa pengeluaran konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan jumlah anggota rumah tangga di Provinsi Riau tahun 2018. Minyak goreng merupakan komoditi yang paling banyak dikonsumsi baik dari jumlah anggota rumah tangga kecil, jumlah anggota rumah tangga sedang dan jumlah anggota rumah tangga besar. Sedangkan minyak dan kelapa lainnya merupakan komoditi yang paling sedikit dikonsumsi. Pada Tabel 3 menjelaskan bahwa semakin banyak jumlah anggota rumah tangga maka semakin meningkat persentase pangsa pengeluarannya untuk

komoditi minyak kelapa dan kelapa. Hal ini menandakan bahwa apabila terdapat jumlah anggota rumah tangga yang banyak maka jumlah konsumsinya juga semakin banyak dan beragam tergantung pada permintaan masing-masing individu dalam keluarga tersebut karena adanya perbedaan selera antara individu yang satu dengan yang lainnya sehingga akan mempengaruhi peningkatan konsumsi dalam suatu rumah tangga [12]. Untuk komoditi minyak goreng serta minyak dan kelapa lainnya, semakin banyak jumlah anggota rumah tangga maka semakin menurun persentase pangsa pengeluarannya.

Pola Konsumsi Pangan Minyak dan Kelapa Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu Rumah Tangga

Pendidikan menjadi hal penting yang harus ditempuh oleh kebanyakan orang dan mampu mempengaruhi seseorang dalam memenuhi kebutuhan diri maupun keluarganya. Tinggi rendahnya pendidikan ibu rumah tangga akan mempengaruhi terhadap perilaku, sikap dan kebutuhan konsumsinya. Menurut Badan Pusat Statistik (2018) pendidikan ibu rumah tangga dikelompokkan menjadi tiga kelompok, yaitu: ibu rumah tangga berpendidikan rendah (Tidak Sekolah, SD, MI, SDLB, Paket A), ibu rumah tangga berpendidikan menengah (SMP, MTs,

SMA, MA, SMK, MAK), dan ibu rumah tangga berpendidikan tinggi (D-I, D-II, D-III, D-IV, S1, S2,S3). Jumlah anggota rumah tangga yang mengkonsumsi pangan minyak dan kelapa di Provinsi Riau berdasarkan tingkat ibu rumah tangga berpendidikan rendah sebanyak 2.691 rumah tangga, ibu rumah tangga berpendidikan menengah sebanyak 2.696 rumah tangga, dan ibu rumah tangga berpendidikan tinggi sebanyak 622 rumah tangga. Pangsa pengeluaran konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan tingkat pendidikan ibu rumah tangga dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Pola konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan tingkat pendidikan ibu rumah tangga di Provinsi Riau tahun 2018

No.	Pengelompokan Pendidikan Ibu Rumah tangga	Pangsa Pengeluaran			
		Minyak Kelapa (%)	Minyak Goreng (%)	Kelapa (%)	Minyak dan Kelapa lainnya (%)
1	Ibu rumah tangga berpendidikan rendah	5,58	72,13	21,40	0,86
2	Ibu rumah tangga berpendidikan menengah	4,95	74,09	18,26	2,68
3	Ibu rumah tangga berpendidikan tinggi	3,73	76,35	15,29	4,62

Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat bahwa semakin tinggi pendidikan ibu rumah tangga maka proporsi pengeluaran pada komoditi minyak goreng serta minyak dan kelapa lainnya juga akan semakin bertambah. Sedangkan untuk komoditi minyak kelapa dan kelapa, semakin tinggi pendidikan ibu rumah tangga maka proporsi pengeluaran pada komoditi minyak kelapa dan kelapa juga akan semakin menurun. Hal ini dikarenakan minyak goreng merupakan salah satu kebutuhan pokok bagi setiap rumah tangga. Provinsi Riau merupakan salah satu penghasil minyak sawit terbesar se-Indonesia. Oleh karena itu, hampir setiap rumah tangga menggunakan minyak goreng untuk memasak. Karena mayoritas masyarakat juga kurang mengenal akan manfaat minyak kelapa dan memang masyarakat lebih memilih barang yang mudah di dapat dan hemat terhadap

pengeluaran sedangkan minyak kelapa masih susah untuk dijumpai di setiap pasar tradisional dan juga harganya yang cukup mahal. Sedangkan untuk komoditi kelapa, semakin tinggi pendidikan ibu rumah tangga maka ibu rumah tangga tersebut akan mengurangi mengonsumsi kelapa. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan memiliki pengaruh negatif terhadap konsumsi kelapa karena semakin tinggi tingkat pendidikan ibu rumah tangga maka semakin baik pemilihan konsumsi pangannya dan tingkat pengetahuan ibu rumah tangganya jauh lebih baik dalam memberikan asupan gizi bagi keluarganya. Hal ini dikarenakan santan sangat tidak bagus dikonsumsi bagi penyakit kolesterol dan asam urat dan mempunyai resiko tinggi terhadap penyakit tersebut. Maka dari itu banyak masyarakat mengganti santan dengan susu.

Kesimpulan

Berdasarkan tujuan dari penelitian, maka dapat disimpulkan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Konsumsi kalori minyak dan kelapa penduduk Provinsi Riau sudah diatas angka standar rekomendasi Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI tahun 2018.
2. Pola konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan tingkat pendapatan di Provinsi Riau tahun

- 2018, semakin tinggi pendapatan rumah tangga maka semakin meningkat persentase pangsa pengeluaran untuk komoditi minyak kelapa, minyak goreng serta minyak dan kelapa lainnya. Semakin rendah pendapatan rumah tangga maka semakin menurun persentase pangsa pengeluaran untuk komoditi kelapa.
3. Pola konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan jumlah anggota

rumah tangga di Provinsi Riau tahun 2018 menunjukkan bahwa semakin banyak jumlah anggota rumah tangga maka semakin meningkat persentase pangsa pengeluaran untuk komoditi minyak kelapa dan kelapa. Untuk komoditi minyak goreng serta minyak dan kelapa lainnya, semakin banyak jumlah anggota rumah tangga maka semakin menurun persentase pangsa pengeluarannya

4. Pola konsumsi pangan minyak dan kelapa berdasarkan tingkat pendidikan ibu rumah tangga di Provinsi Riau tahun 2018, semakin tinggi pendidikan ibu rumah tangga maka proporsi pengeluaran pada komoditi minyak goreng serta minyak dan kelapa lainnya juga akan

semakin bertambah. Sedangkan untuk komoditi minyak kelapa dan kelapa, semakin tinggi pendidikan ibu rumah tangga maka proporsi pengeluaran pada komoditi minyak kelapa dan kelapa juga akan semakin menurun.

5. Kebijakan yang tepat dalam mewujudkan pola konsumsi pangan minyak dan kelapa yang ideal adalah perlunya kebijakan sosialisasi dan peningkatan pengetahuan kepada masyarakat tentang pentingnya konsumsi pangan minyak dan kelapa yang beragam dan penduduk harus menerapkan pola konsumsi makanan rendah lemak agar terhindar dari penyakit obesitas dan kolesterol.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka saran yang dapat dilakukan adalah sebaiknya mengurangi konsumsi minyak

goreng dengan cara melakukan sosialisasi melalui penyuluhan agar masyarakat dapat mengkonsumsi pangan yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Effendi, S. (2012). *Teknologi Pengolahan dan Pengawetan Pangan*. Alfabeta. Bandung.
- [2] Soediaoetama, A.D. (2000). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia Jilid I*. Penerbit Dian Rakyat. Jakarta.
- [3] Almtsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- [4] Boyle, M.A dan Roth, S.L. (2010). *Personal Nutrition, Seventh Edition*. Wadsworth Cengage Learning. USA.
- [5] Badan Pusat Statistik Provinsi Riau. (2018). *Riau Dalam Angka 2018*. Badan Pusat Statistik Provinsi Riau. Pekanbaru.
- [6] Badan Ketahanan Pangan Provinsi Riau. (2018). *Direktori Perkembangan Konsumsi Pangan*. Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian. Pekanbaru.
- [7] Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi IX. (2018). *Buku Panduan Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi XI*. Jakarta. Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.
- [8] Weldy. (2010). *Pengetahuan Pedagang Gorengan dan Pengelola Warung Makan Tenda Tentang Minyak Jelantah*. Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. Palangkaraya.
- [9] Suyastiri, N.M. (2008). *Diversifikasi Konsumsi Pangan Pokok Berbasis Potensi Lokal dalam Mewujudkan Ketahanan Pangan Rumah tangga Pedesaan di Kecamatan Semin Kabupaten Gunung Kidul*. *Jurnal Ekonomi Pembangunan*. 13(1):51-60.

- [10] Budiyanto. (2002). *Gizi dan Kesehatan. Bayu Media*. Malang.
- [11] Sukirno. dan Sadono. (2000). *Pengantar Teori Mikro Ekonomi*. Penerbit PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- [12] Adiana. dan Karmini. (2014). *Pengaruh Pendapatan, Jumlah Anggota Keluarga dan Pendidikan Terhadap Pola Konsumsi Rumah Tangga Miskin di Kecamatan Gianyar*. Jurusan Ekonomi Pembangunan Fakultas Ekonomi Universitas Udayana