

## CHARACTERISTICS AND FACTORS AFFECTING CARBOHYDRATE AND PROTEIN BASED FOOD CONSUMPTION PATTERNS

### KARAKTERISTIK DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI POLA KONSUMSI MAKANAN BERBASIS KARBOHIDRAT DAN PROTEIN

Merna Ayu Sulastri<sup>1a</sup>, Yulia Sari<sup>1</sup>, Rani Revina Putri<sup>2</sup>, Etika Fuji Lestari<sup>1</sup>, M Huanza<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Sriwijaya, Indonesia

<sup>2</sup>Politeknik Negeri Sriwijaya, Indonesia

<sup>a</sup>Korespondensi: Email: mernaayusulastri@fp.unsri.ac.id

(Diterima: 07-03-2025; Ditelaah: 13-03-2025; Disetujui: 09-04-2025 )

#### ABSTRACT

Food consumption patterns are fundamental to human well-being, directly influencing health, productivity, and quality of life. This research examines the characteristics, welfare, and factors affecting household consumption patterns in Palembang City. This study uses primary data from an online survey of 72 deliberately selected respondents in Palembang City during November and December 2024. The data was analyzed using descriptive analysis and linear regression methods. The results showed that the people of Palembang City consume carbohydrates and protein as their primary daily food sources. Protein consumption, such as chicken meat and eggs, has met welfare standards. The variables influencing household protein consumption are Household Income (X1), Age (X3), Education (X4), Family Size (X5), and Gender of the Respondent (X6). Meanwhile, the variables affecting household rice consumption (Y2) are Household Income (X1), Family Size (X5), and Gender (X6). The variation in household consumption of protein and rice is significantly influenced by household income. The results of this study can provide information to the government to improve the welfare of the people of Palembang City.

*Keywords:* Food; household; wellbeings

#### ABSTRAK

Pola konsumsi makanan merupakan aspek mendasar dari kesejahteraan manusia, yang secara langsung mempengaruhi kesehatan, produktivitas, dan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk melihat karakteristik, kesejahteraan, dan faktor yang mempengaruhi pola konsumsi rumah tangga di Kota Palembang. Penelitian ini menggunakan data primer dari survei daring terhadap 72 responden secara sengaja di Kota Palembang pada bulan November dan Desember 2024. Data dianalisis menggunakan metoda analisis deskriptif dan regresi linier. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat kota Palembang mengkonsumsi karbohidrat dan protein sebagai sumber utama makanan sehari-hari. Konsumsi protein seperti daging ayam dan telur telah memenuhi standard kesejahteraan. Variabel-variabel yang memengaruhi konsumsi protein rumah tangga adalah Pendapatan Rumah Tangga, Usia, Pendidikan, Ukuran Keluarga, dan Jenis Kelamin Responden. Sementara itu, variabel yang mempengaruhi konsumsi beras rumah tangga adalah Pendapatan Rumah Tangga, Ukuran Keluarga, dan Jenis Kelamin. Variasi konsumsi rumah tangga baik protein maupun karbohidrat secara signifikan dipengaruhi oleh pendapatan rumah tangga. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pemerintah agar dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat kota Palembang.

Kata kunci: Kesejahteraan; makanan; rumah tangga.

---

Sulastri, M, A., Sari, Y., & Putri, R, R. (2025). Karakteristik dan Faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Pangan Kebutuhan Pokok Berbasis Karbohidrat dan Protein di Kota Palembang. *Jurnal AgribiSains*, 11 (1), 65-79.

---

## PENDAHULUAN

Pola konsumsi makanan adalah aspek mendasar dari kesejahteraan manusia, yang secara langsung mempengaruhi kesehatan, produktivitas, dan kualitas hidup (Boesveldt & Parma, 2021; Didinger & Thompson, 2020; Muskaritoli, 2021). Pemilihan dan konsumsi jenis makanan tertentu, terutama yang kaya akan Karbohidrat dan protein sangat penting untuk memenuhi kebutuhan energi, memastikan nutrisi yang memadai, dan mendukung kesejahteraan (Aggarwal & Bains, 2022; Emakpor dkk., 2024; Serrem dkk., 2020). Di lingkungan perkotaan seperti Palembang, kota yang beragam secara budaya dan berkembang pesat di Indonesia, pola konsumsi makanan dibentuk oleh interaksi yang kompleks antara faktor sosial-ekonomi dan demografis (Junaidi dkk., 2020). Faktor-faktor ini, termasuk pendapatan, pendidikan, usia, pekerjaan, dan ukuran rumah tangga, memainkan peran penting dalam menentukan akses ke makanan, preferensi diet, dan hasil nutrisi (Junaidi dkk., 2020; Manajit dkk., 2020).

Protein dan karbohidrat adalah makronutrien penting yang memainkan peran penting dalam mendukung kesejahteraan. Karbohidrat menyediakan energi utama yang dibutuhkan untuk aktivitas sehari-hari, sedangkan protein sangat penting untuk pertumbuhan, perbaikan jaringan, dan menjaga sistem kekebalan tubuh yang kuat (Kerksick et al., 2018; Shao dkk., 2021). Hubungan antara nutrisi ini dan kesejahteraan dipengaruhi oleh akses ke sumber makanan berkualitas, yang sering mencerminkan status sosial-ekonomi individu. Rumah tangga berpenghasilan tinggi cenderung membeli pilihan yang beragam dan bergizi, seperti daging tanpa lemak, ikan, produk susu, dan biji-bijian, yang berkontribusi pada asupan nutrisi yang seimbang dan kesehatan secara keseluruhan. Sebaliknya, rumah tangga berpenghasilan rendah mungkin mengandalkan pola makan yang kurang bervariasi, terutama terdiri dari karbohidrat pokok yang murah dan sumber

protein yang terbatas, yang dapat membahayakan kecukupan nutrisi. Kesenjangan ini menggarisbawahi hubungan antara akses ke nutrisi berkualitas dan kesejahteraan secara keseluruhan, menyoroti pentingnya faktor sosial-ekonomi dalam membentuk pola diet dan hasil kesehatan.

Pola konsumsi rumah tangga dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi di Nigeria (Adeniyi dkk., 2012) Thailand (Manajit dkk., 2020). Faktor sosial-ekonomi sangat penting dalam menjelaskan variasi konsumsi makanan di antara anak-anak dan remaja dan harus diperhitungkan dalam intervensi di masa depan (Febriana dkk., 2020). Khoiriyah dkk (2024) juga mengatakan bahwa sosiodemografis menjadi penentu konsumsi, termasuk ukuran rumah tangga dan pendapatan. Urbanisasi dan transisi ekonomi di kota-kota seperti Palembang semakin memperumit dinamika konsumsi pangan. Praktik diet tradisional semakin dipengaruhi oleh gaya hidup modern, pilihan makanan yang berorientasi pada kenyamanan, dan perubahan norma budaya. Pergeseran ini, dikombinasikan dengan kesenjangan sosial-ekonomi, menciptakan lanskap perilaku diet yang beragam yang memerlukan pemeriksaan lebih dekat. Memahami bagaimana faktor sosial-ekonomi memengaruhi pola konsumsi pangan sangat penting untuk mengatasi masalah kekurangan gizi, kerawanan pangan, dan meningkatnya beban penyakit tidak menular pada populasi perkotaan.

Berbagai penelitian telah menganalisis pola asupan karbohidrat di Yogyakarta (Helmyati et al., 2021), pola diversifikasi makanan pokok di Takaran (Rahajeng & Khotimah, 2022), pola Keputusan dan konsumsi protein di Ghana (Abdallah et al., 2024), pola konsumsi protein berbasis makanan luar rumah di Indonesia (Belum ada penelitian yang menel) (Anindita et al., 2022), namun belum ada penelitian yang menganalisis pengaruh karakteristik sosial ekonomi yang memengaruhi pola konsumsi karbohidrat dan protein bahan dasar seperti telur, ikan, ayam dan daging di Kota

Palembang. Artikel ini akan mengisi kesenjangan penelitian ini, tujuan penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik sosial ekonomi masyarakat di Kota Palembang, menilai kesejahteraan masyarakat berdasarkan kebutuhan hidup minimum, dan menganalisis bagaimana karakteristik sosial ekonomi tersebut mempengaruhi pola konsumsi masyarakat terhadap pangan berbasis protein dan karbohidrat di Kota Palembang.

Penelitian ini berupaya mengeksplorasi bagaimana berbagai karakteristik sosial-ekonomi, seperti tingkat pendapatan, pendidikan, status pekerjaan, dan ukuran rumah tangga, membentuk kebiasaan makan rumah tangga. Ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor kunci yang memengaruhi aksesibilitas, keterjangkauan, dan preferensi untuk makanan berbasis karbohidrat dan protein, memberikan wawasan berharga tentang tantangan dan peluang nutrisi di wilayah tersebut.

Selain itu, penelitian ini dimotivasi oleh kebutuhan untuk menginformasikan intervensi dan kebijakan berbasis bukti yang mempromosikan kebiasaan konsumsi makanan yang lebih sehat dan berkelanjutan. Dengan mengidentifikasi hambatan dan fasilitator sosial-ekonomi tertentu, temuan ini dapat memandu pembuat kebijakan, praktisi kesehatan masyarakat, dan pemangku kepentingan dalam merancang strategi yang ditargetkan untuk meningkatkan hasil nutrisi. Hal ini sangat penting di daerah perkotaan seperti Palembang, di mana pertumbuhan ekonomi dan urbanisasi yang cepat telah menciptakan tren dan tantangan pola makan yang unik.

**METODE**

**Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di kota Palembang. Pemilihan lokasi penelitian dilakukan dengan sengaja (*Purposive*), berdasarkan pertimbangan bahwa permintaan konsumsi pangan di Kota Palembang cukup tinggi yakni 111,58 ton per tahun jika dibandingkan dengan kabupaten lain misalnya Ogan Komering Ilir

(OKI) yakni 97,03 ton per tahun (BPS, 2024). Hal ini dikarenakan Palembang merupakan kota besar. Pengumpulan data dilakukan selama periode November 2024-Desember 2024.

**Sampel**

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan spesifik sesuai kriteria yang ditetapkan. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 71 responden rumah tangga di Kota Palembang.

**Metodologi Penelitian**

Metodologi penelitian regresi linier berganda adalah metode analisis statistik yang digunakan untuk menguji pengaruh dua atau lebih variabel independen pada satu variabel dependen.

$$Y1 = \alpha + \beta1X1 + \beta2X2 + \beta3X3 + \beta4X4 + \beta5X5 + \beta6X6 + \dots \dots \dots (4.1)$$

$$Y2 = \alpha + \beta1X1 + \beta2X2 + \beta3X3 + \beta4X4 + \beta5X5 + \beta6X6 + e \dots \dots \dots (4.2)$$

Dimana:

- Y1: Jumlah Konsumsi (Protein)
- Y2: Total Konsumsi Beras
- X1: Penghasilan Rumah Tangga Bulanan (Rp/Bulan)
- X2: Harga Beras/ Harga Protein Hewani (Rp)
- X3: Usia Konsumen (Tahun)
- X4: Edukasi Konsumen (Tahun)
- X5: Jumlah Anggota Keluarga (Orang)
- X6: Jenis kelamin: Pria (1) atau Wanita (0)
- e: Kesalahan

Peneliti akan menghitung koefisien regresi dan koefisien determinasi (R<sup>2</sup>) untuk menentukan seberapa besar variabel independen dapat menjelaskan variabel dependen. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan melalui uji-F untuk memeriksa efek simultan dan uji-t untuk memeriksa efek parsial dari setiap variabel independen.

**Analisis Deskriptif**

Pola konsumsi dan kesejahteraan rumah tangga dianalisis secara deskriptif. Data primer yang diperoleh disajikan dalam tabulasi data untuk menggambarkan pola konsumsi konsumen. Persentase paling

signifikan dari setiap variabel adalah faktor dominan dari variabel yang dianalisis.

### Studi Populasi dan Klasifikasi

Penelitian ini mengamati dan menggambarkan karakteristik sosial dan ekonomi responden untuk mendapatkan pemahaman awal tentang karakteristik masing-masing rumah tangga. Faktor-faktor ini dianggap secara langsung mempengaruhi preferensi, kebutuhan, dan kemampuan individu atau kelompok dalam mengalokasikan sumber daya untuk konsumsi karbohidrat dan protein. Analisis meliputi jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, profesi, pendapatan rumah tangga, dan ukuran rumah tangga, dapat dilihat pada Tabel 1. Responden didominasi perempuan, mewakili 83,33% (n = 60) dari sampel, sedangkan laki-laki membentuk 16,67% (n = 12). Ini menunjukkan ketidakseimbangan gender dalam kumpulan responden, yang dapat memengaruhi preferensi makanan dan pola konsumsi. Responden tersebar di tiga kelompok usia, seperti 20-40 tahun: 38,88% (n = 28), 41-60 tahun: 54,17% (n = 39), 61-85 tahun: 6,95% (n = 5).

Mayoritas responden (54,17%) termasuk dalam kelompok paruh baya (41-60 tahun), berpotensi mencerminkan peran aktif mereka dalam pengambilan keputusan rumah tangga, termasuk pilihan makanan. Mayoritas telah menyelesaikan sekolah menengah atas (52,78%), mencerminkan pencapaian pendidikan sedang. Tingkat pendidikan tinggi (sarjana dan magister) menyumbang 19,45%, berpotensi mempengaruhi kesadaran akan nutrisi dan preferensi makanan. Sebagian besar responden (63,89%) menganggur, yang dapat mempengaruhi daya beli dan prioritas konsumsi pangan. Ukuran rumah tangga terutama dalam kisaran 3-5 anggota (81,94%, n = 59), diikuti oleh 6-8 anggota (9,72%, n = 7) dan rumah tangga yang lebih kecil dengan 0-2 anggota (8,34%, n = 6). Rumah tangga yang lebih besar mungkin memiliki pola konsumsi makanan yang berbeda karena kebutuhan nutrisi dan alokasi anggaran yang berbeda-beda.

Tabel 1. Karakteristik Sosial dan Ekonomi Responden

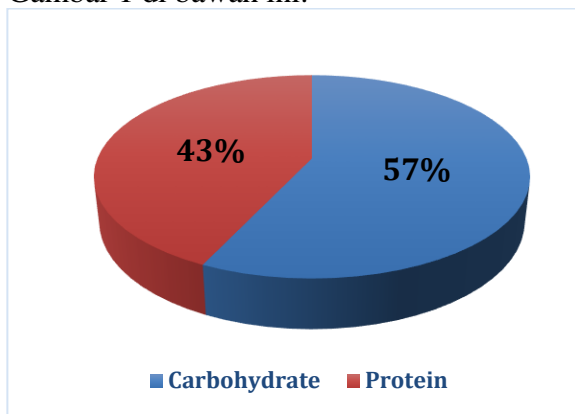
Keadaan	Jumlah Sample (n)	Persentase (%)
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	12,00	16,67
Perempuan	60,00	83,33
<b>Umur</b>		
20-40	28	38,88
41-60	39	54,17
61-85	5	6,95
<b>Pendidikan</b>		
Sd	6,00	8,33
Sekolah Menengah Pertama	9,00	12,50
Sekolah Menengah Atas	38,00	52,78
Ijazah sekolah menengah	4,00	5,56
Gelar sarjana	10,00	13,89
Gelar master	4,00	5,56
<b>Profesi</b>		
Menganggur	46,00	63,89
Freelance	3,00	4,17
Kehormatan	12,00	16,67
Pegawai negeri sipil negara	4,00	5,56
Pengusaha	9,00	12,50
<b>Anggota rumah tangga</b>		
0-2	6	8,34
3-5	59	81,94
6-8	7	9,72

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pola Konsumsi Karbohidrat dan Protein

Dalam penelitian ini, beras diidentifikasi sebagai sumber karbohidrat utama, yang terus menjadi makanan pokok utama bagi mayoritas penduduk Palembang. Kebiasaan mengonsumsi beras sebagai makanan pokok sehari-hari mencerminkan praktik budaya dan pola makan yang mendarah daging dalam masyarakat. Sementara itu, sumber protein yang diteliti dalam penelitian ini antara lain telur, ikan, ayam, dan sapi. Makanan ini dipilih karena peran pentingnya dalam memenuhi kebutuhan protein masyarakat, mencakup sumber protein hewani berkualitas tinggi serta pilihan yang lebih mudah diakses dan terjangkau.

Ikan, sebagai sumber makanan khas di daerah seperti Palembang, sering dikonsumsi sebagai sumber protein utama. Ayam dan telur, yang relatif terjangkau dan tersedia secara luas, juga memberikan kontribusi besar terhadap asupan protein harian penduduk. Selain itu, daging sapi, meskipun umumnya lebih mahal, tetap menjadi bagian integral dari makanan masyarakat, terutama selama acara-acara atau perayaan khusus. Proporsi persentase konsumsi karbohidrat dan protein diilustrasikan pada Gambar 1 di bawah ini.



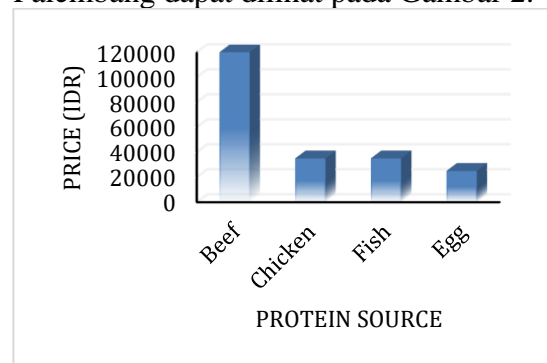
Gambar 1. Pie Chart Persentase Konsumsi Karbohidrat dan Protein di Palembang

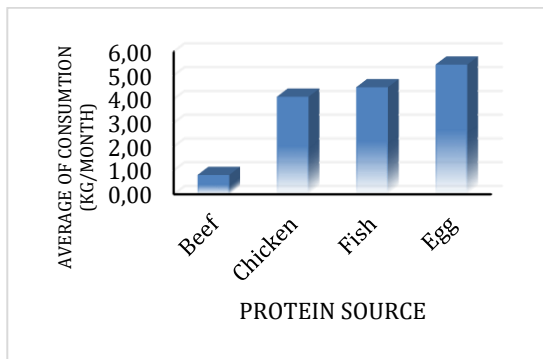
Berdasarkan data yang dianalisis dari 72 responden, ditemukan bahwa rata-rata konsumsi karbohidrat (beras) adalah 20 kg per bulan, sedangkan rata-rata konsumsi protein (telur, ikan, ayam, dan daging) adalah 14,8 kg per bulan. Hasil ini menunjukkan bahwa proporsi konsumsi karbohidrat lebih tinggi daripada protein, masing-masing terhitung 57% dan 43%. Temuan ini mirip dengan Lieberman dkk (2020) yang menemukan jumlah konsumsi karbohidrat di AS lebih tinggi daripada protein. Menurut (Mohidem dkk., 2022; Zhao dkk., 2020), beras merupakan makanan pokok yang dikonsumsi oleh lebih dari separuh populasi global, terutama di negara-negara Asia, termasuk Indonesia. Secara umum di Indonesia, seperti Palembang, preferensi konsumsi karbohidrat, khususnya beras, dapat dikaitkan dengan perannya sebagai sumber energi primer. Sebagai makanan pokok, beras tidak hanya berfungsi sebagai sumber energi tetapi juga memiliki

kepentingan budaya yang signifikan, terutama di daerah seperti Palembang.

Namun, proporsi konsumsi protein yang lebih rendah dibandingkan dengan karbohidrat menyoroti potensi ketidakseimbangan nutrisi. Selanjutnya, penelitian oleh Klink dkk (2022) menunjukkan bahwa konsumsi protein di Indonesia cenderung lebih rendah di kalangan masyarakat berpenghasilan menengah ke rendah, yang lebih mengandalkan sumber protein yang terjangkau seperti ikan dan telur daripada daging sapi atau ayam. Temuan ini sejalan dengan hasil (Juniadi et al., 2016), yang mengungkapkan bahwa rata-rata konsumsi beras di kalangan masyarakat Indonesia jauh lebih tinggi, sementara asupan protein seperti ikan, daging, dan telur tetap relatif rendah. Pola ini terutama disebabkan oleh harga beras yang lebih terjangkau dibandingkan dengan sumber protein hewani.

Sumber protein yang dianalisis dalam penelitian ini meliputi telur, ikan, ayam, dan daging sapi. Setiap sumber protein bervariasi secara signifikan dalam harga, dengan daging sapi menjadi yang paling mahal dan telur yang paling murah. Berdasarkan data observasional, mayoritas responden mengonsumsi telur lebih banyak dibandingkan dengan sumber protein lainnya. Temuan ini sejalan dengan prinsip dasar hukum permintaan, yang menyatakan bahwa permintaan barang atau jasa memiliki hubungan negatif dengan harganya, dengan asumsi faktor-faktor lain tetap konstan (Mankiw & Taylor, 2020). Harga dan Rata-rata Konsumsi Sumber Protein Varius di Palembang dapat dilihat pada Gambar 2.





- Informasi Harga Berbagai Sumber Protein
  - Konsumsi Rata-rata Berbagai Sumber Protein
- Gambar 2. Harga dan Rata-rata Konsumsi Sumber Protein Variouis di Palembang

Grafik harga (atas) menunjukkan bahwa daging sapi memiliki harga tertinggi, diikuti oleh ayam, ikan, dan telur. Sementara itu, bagan konsumsi (bawah) menunjukkan bahwa telur dikonsumsi dalam jumlah terbesar, diikuti oleh ikan, ayam, dan sapi. Pola ini menggambarkan sensitivitas masyarakat terhadap harga dalam mengambil keputusan konsumsi, terutama untuk sumber protein. Telur, yang lebih terjangkau, cenderung lebih mudah diakses oleh sebagian besar populasi, menghasilkan konsumsi yang lebih tinggi dibandingkan dengan protein yang lebih mahal. Di sisi lain, konsumsi daging sapi yang secara signifikan lebih mahal cenderung lebih rendah, terutama di kalangan rumah tangga dengan anggaran terbatas. Fenomena ini konsisten dengan teori elastisitas harga permintaan, di mana barang dengan harga lebih tinggi cenderung memiliki elastisitas yang lebih rendah untuk kelompok berpenghasilan rendah (Deaton & Muellbauer, 1980). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Arru et al., (2022); Cahyasita et al., (2025); Richards et al., (2024) yang menyatakan bahwa konsumen dengan pendapatan menengah ke bawah cenderung memutuskan membeli bahan pangan sumber protein dengan harga yang terjangkau.

Rata-rata pendapatan bulanan responden, yaitu Rp 1.982.000, menunjukkan bahwa mayoritas berasal dari kelompok berpenghasilan menengah ke bawah. Tingkat pendapatan ini mempengaruhi daya beli

mereka untuk sumber protein yang lebih mahal seperti daging sapi. Dalam konteks teori permintaan, pendapatan adalah faktor kunci yang mempengaruhi pola konsumsi. Barang-barang yang lebih murah, seperti telur, cenderung memiliki permintaan yang lebih tinggi di kalangan kelompok berpenghasilan rendah, karena dianggap lebih terjangkau dibandingkan dengan sumber protein lain seperti daging sapi (Mankiw, 2020).

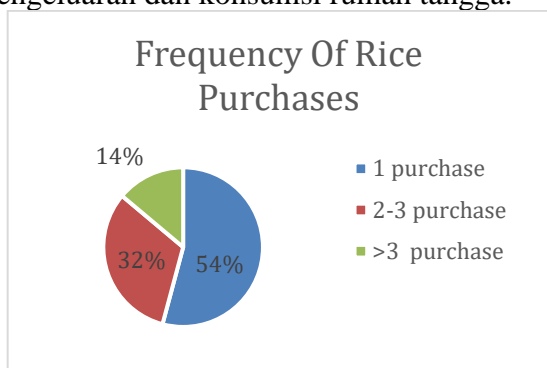
**Tabel 1. Kesejahteraan Rumah Tangga**

Kriteria	Beras		Daging sapi		Ayam		Ikan		Telur	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
< standar	65	90	70	85	21	29	50	69	35	49
Standar	5	7	0	0	4	6	1	1	16	22
> standar	2	3	2	15	47	65	21	29	21	29

Sumber: Data primer tahun 2024 dengan 72 responden

Beras merupakan sumber karbohidrat dalam rumah tangga di Kota Palembang, konsumsi beras oleh rumah tangga tidak memenuhi kebutuhan hidup layak menurut Kementerian Ketenagakerjaan Republik Indonesia (2020) tidak memenuhi standar konsumsi beras yaitu 10 kg/orang/bulan, sedangkan di Kota Palembang rata-rata rata-rata konsumsi beras adalah 5,11 kg/orang/bulan, hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Kota Palembang baru mencapai 50% dari standar Permenaker yang mengidentifikasi daya beli masyarakat Kota Palembang masih terbatas dengan ketahanan pangan yang rendah. Data ini didukung oleh penelitian oleh Aido et al (2021), yang menyebutkan bahwa jumlah beras yang dikonsumsi di Lampung hanya mencapai 60% konsumsi beras dalam satu bulan. Selain itu, jumlah anggota rumah tangga juga memiliki pengaruh nyata terhadap konsumsi beras, yang mempengaruhi ketahanan pangan rumah tangga (Rimadianti dkk., 2016). Dalam penelitian ini, rata-rata rumah tangga memiliki empat anggota, yang memengaruhi ketahanan konsumen rumah tangga, menurut

penelitian. Aido dkk., 2021 & Ashari dkk., 2019, jumlah anggota rumah tangga mempengaruhi pendapatan dan pengeluaran setiap anggota keluarga, yang tercermin dalam pengeluaran dan konsumsi rumah tangga.



Gambar 3. frekuensi pembelian beras

Frekuensi pembelian beras per bulan menunjukkan bahwa konsumen beras di Kota Palembang jarang melakukan pembelian berulang; 54% konsumen hanya melakukan satu pembelian dalam jumlah besar. Hanya 13% konsumen yang sering membeli lebih dari 3 kali sebulan. Data ini menunjukkan bahwa konsumen beras merencanakan pengeluarannya saat membeli beras, sehingga mayoritas melakukan pembelian rutin.

Sumber konsumsi protein bagi masyarakat Kota Palembang didominasi oleh konsumsi daging ayam; rata-rata konsumsi ayam di Kota Palembang adalah 1,32 kg/orang/bulan dan telah memenuhi standar kebutuhan hidup 0,75 kg/orang/bulan menurut Kementerian Ketenagakerjaan Republik Indonesia (2020). Sebanyak 65% rumah tangga di Kota Palembang mengonsumsi daging standar. Membeli lebih banyak daging ayam karena harga daging ayam lebih terjangkau, dan ayam merupakan sumber protein utama dalam rumah tangga. Menurut penelitian oleh Osak et al (2016); Sinaini et al (2020) Selain ayam, masyarakat Kota Palembang juga mengonsumsi daging sapi sebagai sumber protein bagi rumah tangga mereka. Konsumsi daging sapi rata-rata 0,19 kg/orang/bulan, hanya memenuhi 25% dari standar pabrik. Hanya 2% rumah tangga yang telah memenuhi kebutuhan hidupnya dengan mengonsumsi lebih dari 0,75 kg/orang/bulan daging sapi.

Dapat diasumsikan bahwa konsumsi daging sapi di Kota Palembang terbatas dan hanya dikonsumsi pada waktu-waktu tertentu. Berdasarkan penelitian dari Sihite & Tanziha, 2021 Konsumsi protein di Kota Medan belum cukup karena mayoritas sampel berpenghasilan rendah, yang merugikan ketahanan pangan.

Konsumsi daging sapi lebih rendah daripada konsumsi ayam dan ikan. Tadete dkk., 2016 dan Umaroh dkk., 2018 Mengatakan bahwa pembelian daging sapi dipengaruhi oleh harga daging yang lebih mahal daripada ayam dan ikan. Umaroh dkk., 2018 Konsumsi daging dipengaruhi oleh pengeluaran komoditas protein hewani, harga daging, harga daging ayam, harga ikan, dan jumlah anggota rumah tangga. Selain daging, masyarakat Kota Palembang juga mengonsumsi ikan segar, yang rata-rata konsumsinya hanya mencapai 1 kg/orang/bulan. Konsumsi ini kurang dari standar per manajer, di mana standar konsumsi ikan adalah 1,2 kg/orang/bulan. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata penduduk Palembang belum memenuhi standar kebutuhan hidup yang layak untuk mengonsumsi ikan. Hanya 29% anggota rumah tangga yang mengonsumsi ikan sama dengan atau lebih dari standar yang ditetapkan oleh pemerintah.

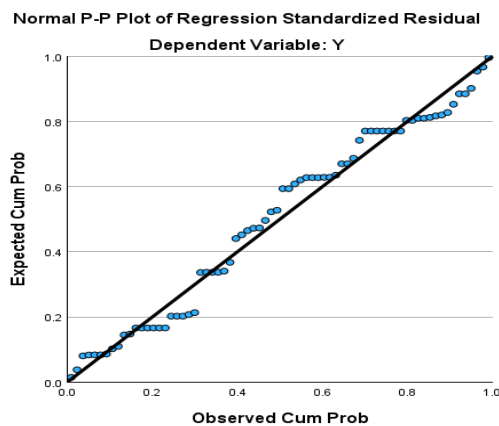
Data ini menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat akan manfaat mengonsumsi ikan tidak terlalu tinggi; masyarakat kota Palembang banyak mengonsumsi olahan ikan dibandingkan dengan ikan segar. Arthatiani dkk., 2018 menyatakan bahwa tidak semua rumah tangga di Indonesia mengonsumsi ikan, dan masih belum memenuhi standar FAO (Syarif dkk., 2021).

Masyarakat Kota Palembang mengonsumsi telur setiap bulan; rata-rata konsumsi telur di Kota Palembang adalah 1,13 kg/orang/bulan, melebihi standar pabrik 1 kg/orang/bulan. Sebanyak 51% anggota rumah tangga telah memenuhi kebutuhan hidup yang layak; Hal ini karena telur merupakan sumber protein yang terjangkau

dan mudah diakses; Selain itu, telur (juga stabil sepanjang tahun. La'bi (2023) menyatakan bahwa telur ayam ras merupakan produk ternak yang sangat digemari masyarakat. Weol dkk., 2014 Penelitian menunjukkan bahwa konsumsi telur masyarakat masih di bawah standar karena kurangnya pengetahuan mengenainya.

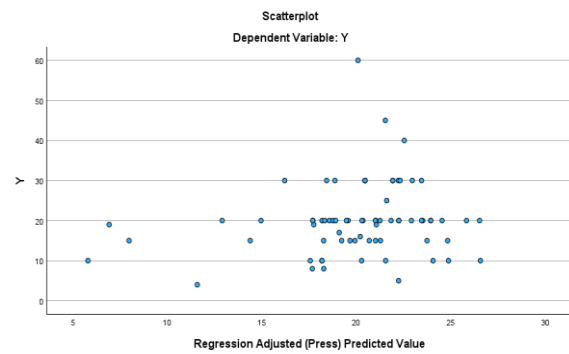
### Tes Asumsi Klasik

Beberapa kriteria pengujian dilakukan untuk melihat keandalan instrumen yang digunakan. Beberapa kriteria yang diuji adalah tes Normalitas dan Tes Heterokedasity. Berikut ini dijelaskan secara rinci.



Gambar 4. Uji normalitas dan Uji Heterokedasitas

Penyebaran titik yang terlihat pada gambar menunjukkan bahwa titik penyebaran mendekati garis lurus, sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang digunakan didistribusikan secara normal. Hasil histogram di atas menunjukkan bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini dinilai memenuhi kriteria BLUE (Best Linear Unbias Estimator) sehingga data dapat dilanjutkan untuk pengujian lebih lanjut. Selain uji normalitas, juga telah dilakukan uji asumsi lainnya, yaitu uji homokestasis. Berikut adalah hasil histogramnya:



Gambar 5. Tes Homokestasis

Gambar di atas menggambarkan bahwa distribusi titik tidak membentuk pola tertentu, sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang digunakan tidak terjadi heterokedasity atau dengan kata lain terjadi homokedasity.

Tabel 2. Hasil analisa data Multikolinieritas

Model	t	Sig.	Collinearity Statistics	
			Tolerance	VIF
(Constant)	1.814	.074		
Y	.005	.996	.952	1.051
X1	2.751	.008	.907	.900
X2	1.200	.314	.875	1.143
X3	.813	.419	.923	1.083
X4	.040	.634	.950	1.053
X5	.450	.755	.904	1.106
X6	.000	1.000	.989	1.012

a. Dependent Variable: Y

Sumber: Data diolah. 2025.

Hasil uji multikolinearitas menunjukkan bahwa tidak ada masalah dalam model, karena semua variabel memiliki Tolerance > 0.1 dan VIF < 10. Berdasarkan hasil analisis, nilai Variance Inflation Factor (VIF) untuk semua variabel berada dalam rentang 0.900 hingga 1.143, yang masih jauh di bawah batas kritis 10. Nilai VIF yang rendah ini menunjukkan bahwa tidak ada masalah multikolinearitas dalam model regresi, artinya tidak terdapat hubungan yang terlalu kuat antar variabel independen. Dengan demikian, estimasi koefisien regresi tetap stabil dan dapat diinterpretasikan dengan baik tanpa adanya distorsi akibat korelasi antar variabel bebas.

Tabel 3. Hasil Analisa Autokorelasi

Model Summary					
Model	R	R Square	Adjusted	Std. Error	Durbin Watson
1	.875a	.890	.082	.031	2.000

a. Predictors: (Constant), Y, X1, X2, X3, X4, X5, X6

b. Dependent Variable: Y

Sumber: Data Primer diproses. 2024

Hasil analisis menunjukkan bahwa hubungan antara variabel independen dan variabel dependen sangat kuat, dengan nilai  $R = 0.875$ . Model ini mampu menjelaskan 89.0% variasi dalam variabel dependen ( $R^2 = 0.890$ ), sementara 11.0% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dimasukkan dalam model. Namun, nilai Adjusted  $R^2 = 0.082$ , yang jauh lebih kecil dari  $R^2$ , menunjukkan bahwa efektivitas model berkurang setelah koreksi jumlah variabel, kemungkinan karena beberapa variabel independen tidak memberikan kontribusi yang signifikan.

*Standard Error of the Estimate* (0.031) menunjukkan tingkat kesalahan prediksi yang sangat kecil, menandakan model cukup akurat dalam memprediksi variabel dependen. Selain itu, tidak terdapat masalah autokorelasi, karena nilai Durbin-Watson = 2.000 berada dalam rentang yang ideal. Meskipun demikian, perlu ditinjau kembali perbedaan besar antara  $R^2$  dan Adjusted  $R^2$  untuk memastikan apakah ada variabel yang tidak relevan dalam model.

**Analisis Regress Linier Ganda**

Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis multivariat yang berfokus pada Regresi Linier Berganda. Hal ini dilakukan untuk menguji apakah variabel dependen terkait dengan karakteristik konsumen yang menjadi responden mempengaruhi variabel independen dalam hal ini variabel Konsumsi Beras oleh konsumen. Model regresi yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$Y1 = \alpha + \beta_1 X1 + \beta_2 X2 + \beta_3 X3 + \beta_4 X4 + \beta_5 X5 + \beta_6 X6 + e$$

$$Y2 = \alpha + \beta_1 X1 + \beta_2 X2 + \beta_3 X3 + \beta_4 X4 + \beta_5 X5 + \beta_6 X6 + e$$

Berikut ini adalah hasil analisis pengolahan data dengan SPSS 29.

**Tabel 4. Hasil Regresi Linier Berganda Y2 (Konsumsi Protein Total)**

Jenis	Koefisien Tidak Standar		Koefisien Standar	t	Sig.
	B	Kesalahan STD.	Beta		
(Konstan)	1.055	.103		1.196	.001
X1	.446	.026	.336	1.777	.030
X2	.444	.034	.426	1.283	.204
X3	.342	.018	.470	2.280	.026
X4	.309	.084	.604	3.664	.001
X5	.601	.097	.446	3.643	.001
X6	.357	.635	.590	3.711	.005

a. Variabel Dependen: Y

Sumber: Data primer yang diproses dengan SPSS. 2024

Hasil analisis regresi linier berganda variabel dependen yang mempengaruhi variabel independen (Y) jumlah konsumsi protein menunjukkan bahwa hampir semua variabel memiliki efek positif dan signifikan. Jika dilihat untuk setiap variabel bahwa koefisien regresi linier berganda dari variabel dengan nilai koefisien tertinggi adalah pada variabel Usia Konsumen (X3) -0,932, yang berarti bahwa setiap kenaikan usia konsumen akan menurunkan konsumsi beras sejauh nilai koefisien menyebar. (Manajit dkk., 2020b).

**Tabel 5. Hasil regresi linier berganda Y2 (total konsumsi beras)**

Jenis	Koefisien Tidak Standar		Koefisien Standar	T	Sig.
	B	Kesalahan STD.	Beta		
(Konstan)	13.302	.141		1.634	.107
X1	.633	.029	.037	.312	.056
X2	.065	.690	.003	.024	.981
X3	-.932	.436	.116	.649	.519
X4	.762	.644	.831	-.867	.389
X5	.893	.600	.290	.354	.022
X6	.739	.490	.587	.635	.028

a. Variabel Dependen: Y

Sumber: Data Primer diproses. 2024

Jika melihat data di atas, dapat dilihat bahwa koefisien regresi pada beberapa variabel yang mempengaruhi variabel independen Y (Jumlah konsumsi beras) tertinggi adalah variabel Jumlah Anggota Keluarga (X5), yaitu 0,601, hal ini menunjukkan bahwa setiap perubahan jumlah anggota keluarga akan meningkatkan konsumsi protein dalam rumah tangga dengan koefisien.

### Uji Hipotesis Variabel Jumlah Konsumsi Protein (Y1)

Uji hipotesis dalam analisis regresi linier berganda dilihat berdasarkan uji parsial dan uji simultan. Hasil analisis yang dilakukan dengan uji multivariat dengan hasil pada tabel 3 digunakan untuk mengetahui apakah setiap variabel independen memiliki pengaruh yang signifikan pada masing-masing variabel dependen, dilakukan uji signifikansi. Tingkat signifikansi (Sig.) biasanya 0,05. Berikut ini dijelaskan secara lebih rinci pada tabel di bawah.

**Tabel 6. Hasil Uji Regresi Linier Berganda**

Jenis	t	Sig.
<b>(Konstan)</b>	<b>1.196</b>	<b>.001</b>
X1 (Pendapatan)	1.777	.030
X2 (Harga Beras)	1.283	.204
X3 (Umur)	2.280	.026
X4 (Pendidikan)	3.664	.001
X5 (Jumlah Anggota Keluarga)	3.643	.001
X6 (Jenis Kelamin)	3.711	.005

a. Variabel Dependen: Y

Sumber: Data primer yang diproses dengan SPSS. 2024

Variabel dependen dalam penelitian ini terdiri dari 6 variabel. Jika melihat tabel 3, bahwa 5 variabel X memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Variabel Y, dalam hal ini Jumlah Konsumsi Protein oleh Rumah Tangga di Kota Palembang. Variabel X2 (Harga Beras) adalah satu-satunya variabel yang tidak memiliki efek signifikan dengan nilai Sig.  $0,204 > 0,05$ .

Hal ini menggambarkan bahwa perubahan harga beras tidak berpengaruh signifikan terhadap jumlah protein yang dikonsumsi oleh rumah tangga. Ketika harga beras naik, rumah tangga di Kota Palembang cenderung tidak mengurangi konsumsi protein, hal ini dikarenakan protein yang dikonsumsi sebagian besar adalah telur dengan harga yang relatif rendah sehingga jumlah yang dibeli akan tetap stabil dengan catatan bahwa tidak ada penurunan pendapatan rumah tangga.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Miranti dkk., 2016) Komoditas daging sapi merupakan bahan pokok dengan peningkatan permintaan hanya 0,22% jika pendapatan rumah tangga meningkat 10%, yang tidak sesuai dengan hipotesis bahwa daging sapi merupakan barang mewah. Hal ini menunjukkan bahwa permintaan sapi tidak begitu banyak dipengaruhi oleh faktor pendapatan rumah tangga, tetapi lebih dipengaruhi oleh faktor harga daging sapi itu sendiri dan faktor non-ekonomi, seperti budaya atau rasa.

Sejalan dengan penelitian (Puady & Sartika, 2024) Bahwa uji Chi-Square menghasilkan nilai p frekuensi konsumsi ikan sebesar 0,367 (nilai-p a (0,05)) dan nilai p asupan protein hewani sebesar 0,061 (nilai-p a (0,05)). Tidak ada hubungan antara frekuensi konsumsi ikan dan asupan protein hewani. Variabel X3 (Usia) dengan Sig.  $0,026 < 0,05$ , yang berarti bahwa usia memiliki pengaruh yang signifikan pada variabel dependen (Y) pada tingkat signifikansi 5%. Hal ini menjelaskan bahwa variabel usia memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel independen dari Jumlah Konsumsi Protein, dengan kata lain bahwa usia anggota keluarga yang lebih tua cenderung lebih fokus pada kebutuhan kesehatan, menjaga kesehatan otot dan mengurangi risiko penyakit, sehingga mereka mengonsumsi protein lebih banyak dibandingkan dengan karbohidrat.

Variabel Pendidikan (X4) dan Variabel Jumlah Anggota Keluarga (X5) memiliki nilai signifikan sebesar  $0,001 < 0,005$  pada tingkat signifikan 5%, menjelaskan bahwa kedua variabel ini memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel independen Jumlah Konsumsi Protein (Y). Tingkat pendidikan yang lebih tinggi dapat mempengaruhi pemahaman tentang pentingnya asupan gizi seimbang termasuk jumlah protein yang dikonsumsi. Sejalan dengan variabel Pendidikan (X4), bahwa Variabel Jumlah Anggota Keluarga (X5) memiliki pengaruh yang signifikan, artinya semakin banyak anggota keluarga

dalam rumah tangga yang makan, semakin tinggi pula jumlah konsumsi protein, dalam penelitian ini konsumsi protein tertinggi adalah telur dengan harga yang cukup terjangkau untuk rumah tangga.

Jenis kelamin (X4) dengan nilai signifikansi  $0,0005 < 0,005$ , menjelaskan bahwa terdapat perbedaan jumlah protein yang dikonsumsi berdasarkan jenis kelamin. Riset (Raihanah dkk., 2019) Disebutkan bahwa itu menjelaskan bahwa jumlah anggota keluarga tidak berpengaruh nyata terhadap permintaan konsumen telur ayam ras di daerah penelitian. Peningkatan jumlah anggota keluarga ditambah dengan peningkatan daya beli responden rumah tangga akan meningkatkan kebutuhan telur ayam ras dalam sebuah rumah tangga.

**Tabel 7. Uji Hipotesis Jumlah Konsumsi Beras Variabel (Y2)**

Jenis	t	Sig.
<b>(Konstan)</b>	<b>1.634</b>	<b>.107</b>
	.312	.056
X2	.024	.981
X3	-.649	.519
X4	-.867	.389
X5	.354	.022
X6	.635	.028

a. Variabel Dependen: Y

Sumber: Data primer yang diproses dengan SPSS. 2024

Data pada tabel 4 menjelaskan bahwa ada 3 variabel dependen yang berpengaruh signifikan terhadap variabel independen Jumlah Konsumsi Beras (Y2), yaitu Pendapatan Rumah Tangga (X1), Jumlah Anggota Keluarga (X5), dan Jenis Kelamin (X6), sedangkan 3 variabel lainnya Harga Beras (X2), Usia (X3), dan Pendidikan (X4) tidak berpengaruh signifikan terhadap jumlah konsumsi beras (Y2).

Jumlah pendapatan rumah tangga (Y) berpengaruh signifikan terhadap jumlah konsumsi rumah tangga dengan nilai sig.  $0,05 < 0,05$ , hal ini menjelaskan bahwa rumah tangga dengan pendapatan lebih tinggi seringkali mengeluarkan lebih banyak uang

untuk membeli bahan pangan yang berkualitas, termasuk beras karena beras merupakan komponen penting dalam pola konsumsi rumah tangga. Berbeda dari penelitian (Saputra dkk., 2023), bahwa pendapatan tersebut tidak berpengaruh signifikan terhadap konsumsi petani di Desa Galang, Kecamatan Petani di Desa Galang, Manggarai Barat. Tidak peduli berapa banyak pendapatan petani, petani tetap dapat memenuhi kebutuhan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan teori Keynes yang mengatakan bahwa jumlah konsumsi rumah tangga tergantung pada jumlah pendapatan. Jika pendapatan yang dapat dibelanjakan meningkat, konsumsi juga akan meningkat. Namun, ada batas konsumsi minimum yang tergantung pada pendapatan.

Selanjutnya, variabel Jumlah anggota keluar (X5), dan Jenis Kelamin (X6) adalah variabel yang memiliki nilai sig  $< \alpha$  5%. Masing-masing memiliki nilai yang signifikan yaitu X5 (Sig.  $< 0,022 < 0,03$ ), X6 (Sig.  $0,028 < 0,05$ ), hal ini menjelaskan bahwa semakin tinggi jumlah anggota keluarga akan meningkatkan jumlah beras yang dikonsumsi oleh rumah tangga, dan perbedaan jenis kelamin perempuan dan laki-laki akan mempengaruhi jumlah beras yang dikonsumsi oleh masing-masing anggota keluarga dalam rumah tangga di Kota Palembang. Menurut penelitian (Bondowoso, 2020), bahwa peningkatan jumlah anggota keluarga yang menjadi tanggungan sebesar 1 orang akan mengurangi nilai WTP konsumen sebesar Rp 703. Nilai t yang dihitung adalah  $-1,187 < \text{tabel } t$  adalah 2,024, maka  $H_0$  diterima, artinya variabel usia (X1) tidak berpengaruh nyata pada nilai WTP konsumen beras organik aromatik Botanic.

Variabel X2, X3 dan X4 merupakan variabel yang tidak berpengaruh signifikan terhadap perubahan Jumlah Konsumsi Beras (Y2) oleh rumah tangga di Kota Palembang. Nilai masing-masing variabel yaitu X2 (Sig.  $0,981 > 0,05$ ), hal ini menjelaskan bahwa harga beras tidak berpengaruh signifikan terhadap Jumlah Konsumsi Beras (Y2), dengan fluktuasi harga beras, rumah tangga

akan terus mengonsumsi beras secara stabil, hal ini dikarenakan beras merupakan kebutuhan pokok rumah tangga yang tidak mudah untuk dikurangi atau bahkan diganti.

Nilai variabel X3 (Sig. 0,519>0,05) menjelaskan bahwa variabel usia (X3) tidak berpengaruh signifikan terhadap Jumlah Konsumsi Beras (Y2). Seiring bertambahnya jumlah usia, jumlah konsumsi beras oleh responden akan menurun, hal ini sejalan dengan nilai t statistik pada hasil analisis data pada tabel 4, yaitu -0,659. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra dkk., 2023, bahwa faktor-faktor seperti usia, pendapatan, harga dan jarak berpengaruh terhadap perilaku konsumen dalam membeli beras di Pasar Jambu Dua Kota Bogor. Pendidikan merupakan variabel yang tidak berpengaruh signifikan terhadap jumlah konsumsi beras, dengan nilai statistik 0,389>0,05. Hal ini dikarenakan kebiasaan masyarakat di Kota Palembang dalam mengonsumsi beras.

## KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

### Kesimpulan

Penduduk Palembang terutama mengonsumsi karbohidrat dan protein sebagai sumber utama rezeki sehari-hari. Konsumsi karbohidrat jauh lebih tinggi daripada protein. Sumber protein yang paling umum dikonsumsi termasuk telur, ikan, ayam, dan sapi. Rata-rata konsumsi masyarakat yang memenuhi standar peraturan Menteri Ketenagakerjaan adalah konsumsi ayam, yaitu konsumsi lebih dari 0,75 kg/orang/bulan dan konsumsi telur lebih dari 1 kg/orang/bulan. Variabel yang mempengaruhi konsumsi protein rumah tangga adalah Pendapatan Rumah Tangga (X1), Usia (X3), Pendidikan (X4), Ukuran Keluarga (X5), dan Jenis Kelamin Termohon (X6). Sementara itu, variabel yang mempengaruhi konsumsi beras rumah tangga (Y2) adalah Pendapatan Rumah Tangga (X1), Ukuran Keluarga (X5), dan Jenis Kelamin (X6). Variasi konsumsi protein dan beras rumah tangga secara signifikan dipengaruhi oleh pendapatan rumah

### Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, masyarakat Kota Palembang dapat meningkatkan konsumsi beras karena tidak memenuhi standar Peraturan Menteri Ketenagakerjaan. Penelitian ini memiliki keterbatasan: pengumpulan data masih kecil, dan kuesioner yang tersebar tidak merata di masyarakat. Disarankan agar peneliti mendatang mengumpulkan lebih banyak data agar data yang diperoleh akan lebih akurat, dan disarankan juga untuk mengumpulkan data konsumsi sayur dan buah, serta olahan konsumsi agar pola konsumsi pada masyarakat Kota Palembang lebih diketahui.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adeniyi, O., Omitoyin, S., & Ojo, O. (2012). Penentu sosial-ekonomi pola konsumsi ikan di antara rumah tangga di wilayah Pemerintah Daerah Ibadan Utara Negara Bagian Oyo, Nigeria. *Jurnal Pangan, Pertanian, Gizi dan Pembangunan Afrika*, 12(53), 6537–6552. <https://doi.org/10.18697/ajfand.53.10900>
- Aggarwal, R., & Bains, K. (2022). Protein, lisin dan vitamin D: peran penting dalam kesehatan otot dan tulang. *Ulasan Kritis dalam Ilmu Pangan dan Nutrisi*, 62(9), 2548–2559. <https://doi.org/10.1080/10408398.2020.1855101>
- Aido, I., Prasmatiwi, F.E., & Adawiyah, R. (2021). Pola Konsumsi Dan Permintaan Beras Tingkat Rumah Tangga Di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmu-Ilmu Agribisnis*, 9(3), 470. <https://doi.org/10.23960/jiia.v9i3.5336>
- Arthathiani, F.Y., Kusnadi, N., & Harianto, H. (2018). Analisis Pola Konsumsi Dan Model Permintaan Ikan Menurut Karakteristik Rumah Tangga Di Indonesia. *Jurnal Sosial Ekonomi Kelautan Dan Perikanan*, 13(1), 73. <https://doi.org/10.15578/jsekp.v13i1>

- 6967
- Ashari, C.R., Khomsan, A., & Baliwati, YF (2019). Perbedaan Karakteristik Sosial Ekonomi Berdasarkan Tingkat Ketahanan Pangan pada Rumah Tangga Miskin Perkotaan dan Perdesaan di Sulawesi Selatan. *Jurnal Dunia Gizi*, 2(1), 12–22.
- Boesveldt, S., & Parma, V. (2021). Pentingnya sistem penciuman dalam kesejahteraan manusia, melalui nutrisi dan perilaku sosial. *Penelitian Sel dan Jaringan*, 383(1), 559–567. <https://doi.org/10.1007/s00441-020-03367-7>
- Bondowoso, D.I.K. (2020). *Jurnal Sosial Ekonomi Pertanian*. 13(1), 38–52.
- Deaton, A., & Muellbauer, J. (1980). *Ekonomi dan Perilaku Konsumen*. Pers Universitas Cambridge.
- Didinger, C., & Thompson, H. (2020). Memotivasi pola makan yang berpusat pada denyut nadi untuk bermanfaat bagi kesejahteraan manusia dan lingkungan. *Nutrisi*, 12(11), 3500. <https://doi.org/10.3390/nu12113500>
- Emakpor, O.L., Edo, G.I., Yousif, E., Samuel, P.O., Jikah, A. N., Zainulabdeen, K., Mohammed, A.A., Ndudi, W., Nwachukwu, S.C., Ugbune, U., Agbo, J.J., Ainyanbhor, I.E., Umar, H., Ekokotu, H.A., Oghroro, E.E.A., Akpogheli, P.O., Owhero, J.O., Ekpekpo, L.D., Onyibe, P.N., Essaghahk, A.E.A. (2024). Interaksi nutrisi, olahraga, dan intervensi diet untuk meningkatkan kinerja atlet dan kesejahteraan umum non-atlet: sebuah tinjauan. *OBM Pengobatan Integratif dan Komplementing*, 09(02), 1–41. <https://doi.org/10.21926/obm.icm.2402038>
- Febriana, V. D., Windarso, S. E., & Haryono. (2020). Pemanfaatan Pohon Perekat sebagai Perangkap Lalat *Musca domestica* Vika Dwi Febriana\*, Sarjito Eko Windarso\*, Haryono\* \*. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 12(2).
- Junaidi, J., Amir, A., & Amril, A. (2020). Analisis karakteristik sosial-ekonomi-demografis keluarga, modal sosial dan strategi coping ekonomi dalam meningkatkan ketahanan pangan bagi rumah tangga miskin perkotaan di Provinsi Jambi, Indonesia. *Dirasat: Ilmu Manusia dan Sosial*, 47(2), 408–424. <https://doi.org/10.35516/0103-047-002-027>
- Juniadi, Ardiningsih, P., & Idiawati, N. (2016). Aktivitas bioinsektisida ekstrak daun sirsak (*Annona muricata* Linn.) pada kecoak (*Periplaneta americana* Linn.). *Jkk*, 5(3), 60–66.
- Kementerian Ketenagakerjaan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia Nomor 18 tahun 2020 Tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Nomor 21 Tahun 2016 Tentang Kebutuhan Hidup Layak*.
- Kerksick, C.M., Wilborn, C.D., Roberts, M.D., Smith-Ryan, A., Kleiner, S.M., Jäger, R., Collins, R., Cooke, M., Davis, J.N., Galvan, E., Greenwood, M., Lowery, L.M., Wildman, R., Antonio, J., & Kreider, R.B. (2018). Latihan ISSN & Pembaruan Ulasan Nutrisi Olahraga: Penelitian & Rekomendasi. *Jurnal Masyarakat Internasional Nutrisi Olahraga*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12970-018-0242-y>
- Khoiriyah, N., Apriliawan, H., Maula, L.R., Sa'diyah, A.A., Forgenie, D., Susyanti, J., & Nendissa, D.R. (2024). Memeriksa pola dan faktor konsumsi protein Indonesia: Model probit. *BIO Web Konferensi*, 143, 01003. <https://doi.org/10.1051/bioconf/202414301003>
- Klink, U., Mata, J., Frank, R., & Schüz, B. (2022). Perbedaan sosial ekonomi dalam konsumsi makanan hewani:

- Pendidikan daripada pendapatan membuat perbedaan. *Perbatasan dalam Nutrisi*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.993379>
- Lieberman, H.R., Fulgoni, V.L., Agarwal, S., Pasiakos, SM, & Berryman, CE (2020). Asupan protein lebih stabil daripada asupan karbohidrat atau lemak di berbagai kelompok demografis AS dan populasi internasional. *Jurnal Nutrisi Klinis Amerika*, 112(1), 180–186. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa044>
- Manajit, S., Samutachak, B., & Voelker, M. (2020a). Penentu Sosial-Ekonomi Pola Konsumsi di Thailand. *Tinjauan Ilmu Sosial Asia-Pasifik*, 20(2). <https://doi.org/10.59588/2350-8329.1301>
- Manajit, S., Samutachak, B., & Voelker, M. (2020b). Penentu Sosial-Ekonomi Pola Konsumsi di Thailand. *Tinjauan Ilmu Sosial Asia-Pasifik*, 20(2). <https://doi.org/10.59588/2350-8329.1301>
- Mankiw, N. G., & Taylor, M. P. (2020). EKONOMI. Di *Cengage* (suntingan kelima). Cebfage.
- Miranti, A., Syaukat, Y., & Harianto, N. (2016). Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga di Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Agro Ekonomi*, 34(1), 67. <https://doi.org/10.21082/jae.v34n1.2016.67-80>
- Mohidem, N.A., Hashim, N., Shamsudin, R., & Che Man, H. (2022). Beras untuk Ketahanan Pangan: Meninjau kembali produksi, keanekaragaman, proses penggilingan padi dan kandungan nutrisi. *Pertanian*, 12(6), 741. <https://doi.org/10.3390/agriculture12060741>
- Muskaritori, M. (2021). Dampak nutrisi pada kesehatan mental dan kesejahteraan: wawasan dari literatur. *Perbatasan dalam Nutrisi*, 8. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.656290>
- Nurmalina, R. (2017). Berpikir Sistem dalam Pendekatan Sistem. Dalam *Menuju Agribisnis Indonesia yang Berdaya Saing* (Agribusine, hlm. 1–10). Departemen Agribisnis: Fakultas Ekonomi dan Manajemen IPB.
- Osak, R.A.F., Paneleween, V. V. J., Pandey, J., & Lumenta, I. D. R. (2016). PENGARUH PENDAPATAN RUMAH TANGGA TERHADAP KONSUMSI DAGING \* Alumni Fakultas Peternakan Unsrat \*\* Jurusan Sosial Ekonomi Peternakan Salah satu upaya meningkatkan konsumsi protein asal ternak adalah meningkatkan kontribusi produksi peternakan baik berupa da. *Jurnal Zootek*, 34(2), 10–17.
- Puady, A., & Sartika, A. N. (2024). HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI IKAN DAN ASUPAN PROTEIN HEWANI DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA DI. 5(September), 8359–8369.
- Raihanah, R., Supristiwendi, & Muhammad, J. (2019). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Permintaan Konsumen Terhadap Telur Ayam Ras Di Kota Langsa. *Jurnal*, 3(3), 219–230.
- Rimadianti, D. M. A., Daryanto, A., & Baliwati, Y. F. (2016). Strategi peningkatan ketahanan pangan Badan Pertanian dan Ketahanan Pangan Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 11(1), 75–82.
- Saputra, A. N., Kusumastuti, R., & Sulfaidah. (2023). Pengaruh Pendapatan terhadap Konsumsi Rumah Tangga Petani di Desa Galang Manggarai Barat. *EKALAYA Jurnal Ekonomi Akuntansi*, 1–12. [www.depkeu.com](http://www.depkeu.com)
- Serrem, K., Dunay, A., Serrem, C., Atubukha, B., Oláh, J., & Illés, CB (2020). Kurangnya pedoman nutrisi

- dan kualitas nutrisi makanan yang disajikan untuk siswa sekolah menengah asrama Kenya. *Keberlanjutan*, 12(8), 3463. <https://doi.org/10.3390/su12083463>
- Shao, T., Verma, H.K., Pande, B., Costanzo, V., Ye, W., Cai, Y., & Bhaskar, LVKS (2021). Aktivitas fisik dan pengaruh nutrisi pada fungsi kekebalan tubuh: strategi penting untuk meningkatkan kekebalan dan status kesehatan. *Perbatasan dalam Fisiologi*, 12. <https://doi.org/10.3389/fphys.2021.751374>
- Sihite, N.W., & Tanziha, I. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi ketahanan pangan rumah tangga di Kota Medan. *Tindakan: Jurnal Gizi Aceh*, 6(1), 15. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.395>
- Sinaini, L., Baru, L., & Erniati. (2020). Pengaruh Faktor Sosial Ekonomi terhadap Permintaan Daging Ayam Broiler (Studi Kasus Konsumen pada Perternak UD. Barokah Kabupaten Muna). *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Peternakan Tropis*, 8(3), 269–274. <https://doi.org/10.33772/jitro.v8i3.18883>
- Syarif, M. R. A. M., Haryono, D., & Situmorang, S. (2021). Pola Konsumsi Ikan Segar Oleh Rumah Tangga Di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmu-Ilmu Agribisnis*, 9(3), 524. <https://doi.org/10.23960/jiia.v9i3.5348>
- Tadete, MA, Elly, FH, Kalangi, LS, & Hadju, R. (2016). Pengaruh Pendapatan masyarakat Terhadap Konsumsi Daging Sapi Di Desa Kotabunan Kecamatan Kotabunan Kabupaten Bolaang Mongondow Timur. *Zootec*, 36(2), 363. <https://doi.org/10.35792/zot.36.2.2016.12538>
- Umaroh, R., & Vinantia, A. (2018). Analisis Konsumsi Protein Hewani pada Rumah Tangga Indonesia. *Jurnal Ekonomi Dan Pembangunan Indonesia*, 18(3), 22–32. <https://doi.org/10.21002/jepi.2018.13>
- Weol, E. F., Rorimpandey, B., Lenzun, G. D., & Endoh, E. K. . (2014). Analisis Pengaruh Pendapatan Rumah Tangga Terhadap Konsumsi Daging Dan Telur Di Kecamatan Suluun Tareran Kabupaten Minahasa Selatan. *Zootec*, 34(1), 37. <https://doi.org/10.35792/zot.34.1.2014.3870>
- Zhao, M., Lin, Y., & Chen, H. (2020). Meningkatkan kualitas gizi beras untuk kesehatan manusia. *Genetika Teoritis dan Terapan*, 133(5), 1397–1413. <https://doi.org/10.1007/s00122-019-03530-x>