Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat dan Sosial (JIKAS)
Volume 4, Nomor 4, November 2026
e-ISSN: 2964-3155, p-ISSN: 2964-3120, Hal. 39-50
DOI: https://doi.org/10.59024/jikas.v4i4.2254
Tersedia: https://jurnal.alimspublishing.co.id/index.php/JIKAS

Hubungan Tingkat Ketahanan Pangan Rumah Tangga dengan Asupan Energi dan Protein pada Ibu Rumah Tangga di Daerah Pesisir Leato Selatan

Syilvi J. Hasyim[1*], Sunarto Kadir[2], Vidya Avianti Hadju[3]
[1-3]Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olaragah dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

**Penulis Korespondensi: syilvihasyim@gmail.com*

Abstract. *Household food security refers to the condition in which all household members have sufficient, safe, nutritious, and sustainable access to food, enabling them to live healthy and active lives. Food security is one of the key factors influencing the quality of household food consumption. This study aims to examine the relationship between household food security with energy and protein intake among housewives living in the coastal area of Leato Selatan Urban Village, Gorontalo City. This quantitative study with a cross-sectional approach used 166 housewives selected through purposive sampling from a population of 281 participants. Household food security was assessed using the Household Food Insecurity Access Scale (HFIAS) questionnaire, while energy and protein intake were measured using a 3 x 24-hour non-consecutive food recall method. Data were analyzed using the Spearman correlation test with a significance level of p < 0.05. The findings revealed that the majority of households were categorized as mildly food insecure (56.6%), followed by food secure (199%), moderately food insecure (13.3%), and severely food insecure (10.2%). Furthermore, most housewives had normal energy and protein intake levels. In addition, the Spearman correlation analysis demonstrated significant relationships between household food security and energy intake (p = 0.010) and protein intake (p=0.000). In conclusion, most households in the coastal area of Leato Selatan Urban Village experienced mild food insecurity, and household food security was significantly associated with both energy and protein intake among housewives. Therefore, relevant stakeholders are encouraged to strengthen nutrition education and food security programs for coastal communities.*

Keywords: *Coastal Communities; Energy Intake; Household Food Security; Housewives; Protein Intake.*

Abstrak. Ketahanan pangan rumah tangga merupakan kondisi terpenuhinya pangan yang cukup, aman, bergizi, dan berkelanjutan bagi seluruh anggota rumah tangga sehingga dapat hidup sehat dan aktif. Ketahanan pangan menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kualitas konsumsi pangan rumah tangga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat ketahanan pangan rumah tangga dengan asupan energi dan protein pada ibu rumah tangga di daerah pesisir Kelurahan Leato Selatan Kota Gorontalo. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian berjumlah 281 ibu rumah tangga dengan sampel sebanyak 166 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data ketahanan pangan diperoleh menggunakan kuesioner *Household Food Insecurity Access Scale* (HFIAS), sedangkan data asupan energi dan protein diperoleh melalui metode *food recall* 3×24 jam tidak berturut-turut. Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman dengan tingkat kemaknaan ρ <0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar rumah tangga berada pada kategori rawan pangan ringan (56,6%), diikuti kategori tahan pangan (19,9%), rawan pangan sedang (13,3%), dan rawan pangan berat (10,2%). Tingkat asupan energi dan protein pada ibu rumah tangga sebagian besar berada dalam kategori normal. Hasil uji Spearman menunjukkan hubungan yang signifikan antara tingkat ketahanan pangan rumah tangga dengan asupan energi (ρ =0,010) dan asupan protein (ρ =0,000). Disimpulkan bahwa sebagian besar rumah tangga di daerah pesisir Kelurahan Leato Selatan berada pada kategori rawan pangan ringan dan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat ketahanan pangan rumah tangga dengan asupan energi dan protein pada ibu rumah tangga. Disarankan kepada instansi terkait untuk meningkatkan edukasi gizi dan ketahanan pangan pada masyarakat pesisir.

Kata Kunci: Asupan Energi, Asupan Protein, IRT, Ketahanan Pangan, Pesisir.

1. LATAR BELAKANG

Makanan merupakan kebutuhan dasar yang sangat penting bagi setiap individu karena berperan sebagai sumber kehidupan yang harus dipenuhi setiap hari. Pemenuhan kebutuhan pangan menjadi perhatian global, sejalan dengan komitmen seluruh negara bersama Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) termasuk Indonesia, dalam mencapai pembangunan

Naskah Masuk: 19 Mei 2026; Revisi: 17 Juni 2026; Diterima: 19 Juli 2026; Tersedia: 23 Juli 2026

berkelanjutan yang dikenal sebagai Tujuan Pembangunan Berkelanjutan atau Sustainable Development Goals (SDGs). Salah satu tujuan SDGs yang berkaitan langsung dengan pangan adalah tujuan kedua, yaitu menghapus kelaparan dan mencapai ketahanan pangan (Setyorini et al., 2023).

Ketahanan pangan memiliki peran yang sangat strategis dalam pembangunan. Pengalaman berbagai negara menunjukkan bahwa pembangunan yang berkelanjutan hanya dapat terwujud apabila ketahanan pangan berhasil dicapai. Ketahanan pangan menjadi fondasi utama dalam membangun sumber daya manusia yang sehat, produktif, dan berdaya saing, yang pada akhirnya mendorong pertumbuhan ekonomi dan stabilitas sosial. Di Indonesia, peningkatan kebutuhan pangan menjadi isu yang semakin krusial seiring dengan pertumbuhan jumlah penduduk yang telah melebihi 280 juta jiwa, sehingga ketahanan pangan menjadi salah satu prioritas utama dalam pembangunan nasional (Veronika et al., 2025). Meskipun Indonesia memiliki sumber daya alam yang melimpah baik di daratan maupun perairan yang berpotensi mendukung pemenuhan kebutuhan pangan masyarakat, pada kenyataannya masih terdapat kelompok masyarakat yang mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan pangan dan gizi keluarga secara optimal (Iriani et al., 2024).

Masyarakat pesisir merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah ketahanan pangan karena sebagian besar pendapatan rumah tangga bergantung pada hasil laut dan keadaan cuaca. Pendapatan yang tidak stabil mengakibatkan kemampuan rumah tangga dalam memenuhi kebutuhan pangan turut berubah termasuk keterbatasan akses terhadap pangan yang beragam dan bergizi. Selain itu, pola makan masyarakat pesisir umumnya kurang bervariasi dan lebih sering bergantung pada makanan sederhana yang menjadikan ikan sebagai lauk utama (Setyorini et al., 2023). Sekitar 60% Masyarakat Indonesia yang bermukim di wilayah pesisir berpotensi mengalami ancaman ketahanan pangan dan kehidupan yang berkelanjutan (Ashari, 2023).

Data konsumsi pangan Provinsi Gorontalo tahun 2024 menunjukkan bahwa rata-rata konsumsi energi masyarakat sebesar 1.938 kkal per kapita per hari, masih berada di bawah Angka Kecukupan Energi (AKE) nasional sebesar 2.100 kkal per kapita per hari. Sementara itu, konsumsi protein rata-rata mencapai sekitar 58 gram per kapita per hari dan telah melebihi Angka Kecukupan Protein (AKP) sebesar 57 gram per kapita per hari. Ditinjau dari kelompok pangan, konsumsi energi masyarakat Gorontalo masih didominasi oleh padi-padian, sedangkan konsumsi umbi-umbian, kacang-kacangan, buah-buahan, dan sayuran masih relatif rendah. Dari sisi protein, ikan menjadi sumber utama konsumsi masyarakat.

Namun, tingginya ketergantungan pada jenis pangan tertentu menyebabkan keragaman konsumsi masih rendah yang tercermin dari nilai Pola Pangan Harapan (PPH) yang belum mencapai skor ideal, khususnya pada kelompok buah, sayur, dan kacang-kacangan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pola konsumsi masyarakat Gorontalo belum seimbang dan beragam sehingga berpotensi memengaruhi kualitas gizi, termasuk pada ibu rumah tangga (BPS, 2024).

Kekurangan energi dan protein yang berlangsung lama dapat mengakibatkan keadaan malnutrisi yang disebut malnutrisi protein-energi (PEM). Kondisi gizi yang tidak baik tidak hanya melemahkan sistem kekebalan tubuh yang meningkatkan kemungkinan terjadinya infeksi, tetapi juga terkait dengan bertambahnya angka kematian dan masalah kesehatan pada orang dewasa. Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pasien dewasa dengan PEM menghadapi risiko morbiditas dan mortalitas yang lebih tinggi, termasuk komplikasi infeksi yang lebih serius dan meningkatnya kebutuhan perawatan intensif. Ini menunjukkan bahwa kekurangan energi dan protein pada umumnya memiliki dampak besar terhadap kesehatan serta kualitas hidup seseorang (Trelles-garcia et al., 2020).

Berdasarkan hasil pengumpulan data awal melalui kuesioner HFIAS pada rumah tangga nelayan di wilayah pesisir kelurahan Leato Selatan, diperoleh bahwa sebagian besar responden berada pada kategori rawan pangan ringan. Dari hasil pengelompokan skor objektif ketahanan pangan, terdapat 19 rumah tangga (63,3%) termasuk kategori rawan pangan ringan, 6 rumah tangga (20,0%) termasuk rawan pangan sedang, dan 5 rumah tangga (16,7%) termasuk kategori tahan pangan.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar rumah tangga masih mengalami keterbatasan dalam pemenuhan pangan, meskipun belum berada pada kondisi rawan pangan yang sangat berat. Berdasarkan data awal penelitian tersebut, pola konsumsi masyarakat pesisir di Kelurahan Leato Selatan dapat dikatakan cukup baik dari sisi konsumsi protein hewani, namun masih kurang beragam dari sisi kualitas pangan dan keseimbangan gizi.

2. KAJIAN TEORITIS

Ketahanan Pangan

Ketahanan pangan menurut FAO (1996) adalah keadaan sesorang untuk bisa mendapatkan makanan secara fisik, sosial dan ekonomi yang mencukupi secara kualitas dan kuantitas untuk memenuhi keinginan terutama sesuai dengan kebutuhan sehingga makanan dapat dikonsumsi setiap saat serta mendapat dukungan layanan kesehatan, perawatan, dan dukungan lingkungan sanitasi yang sehat yang dapat mendukung pola hidup sehat dan aktif.

Ketahanan pangan rumah tangga meliputi akses terhadap pangan yang cukup, ketersediaan, keterjangkauan, dan kemampuan memanfaatkannya, serta menekankan kualitas dan stabilitas ketersediaan pangan dari waktu ke waktu. (Sarana, 2018). Menurut FAO (1996), ketahanan pangan dibangun atas tiga subsistem utama, yaitu ketersediaan, akses/distribusi, pemanfaatan/konsumsi. Ketersediaan pangan mencakup tersedianya pangan dalam jumlah, kualitas, maupun keragaman yang memadai (Herdiansyah et al., 2024). Akses pangan berkaitan dengan kemampuan rumah tangga memperoleh pangan secara fisik maupun ekonomi. Sementara itu, pemanfaatan pangan mengacu pada kemampuan tubuh memanfaatkan zat gizi dari pangan yang dikonsumsi melalui pola makan yang beragam, praktik pengolahan pangan yang baik, serta didukung oleh kondisi kesehatan dan sanitasi yang memadai (FAO, 1996).

Ketahanan pangan rumah tangga dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain tingkat pendapatan, pendidikan, pengetahuan gizi, kebiasaan makan, akses terhadap pasar pangan, dan stabilitas ketersediaan pangan (Khan et al., 2025). Pada rumah tangga nelayan, pendapatan yang bergantung pada hasil tangkapan ikan menyebabkan kondisi ketahanan pangan menjadi rentan terhadap perubahan musim dan cuaca. Selain itu, kemampuan rumah tangga dalam memperoleh pangan juga dipengaruhi oleh akses ekonomi serta ketersediaan pangan dilingkungan sekitar (Wahadi, 2025).

Asupan Energi dan Protein

Asupan energi adalah jumlah kalori yang diperoleh dari makanan dan minuman yang dikonsumsi seseorang. Energi merupakan salah satu hasil metabolisme karbohidrat, protein dan lemak. Energi berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu dan kegiatan fisik. Rata-rata angka kecukupan energi bagi masyarakat Indonesia sebesar 2100 kilo kalori per orang per hari pada tingkat konsumsi. Protein adalah zat gizi yang penting untuk pertumbuhan, perbaikan jaringan, serta fungsi metabolik. Protein merupakan suatu zat makanan yang amat penting bagi tubuh karena zat ini disamping berfungsi sebagai bahan bakar dalam tubuh juga berfungsi sebagai zat pembangun dan pengatur. Protein adalah sumber asam amino yang mengandung unsur-unsur C, H, O dan N yang tidak memiliki oleh lemak atau karbohidrat (Jones & Thornton, 2017) dalam (Muhammad Hetrik dkk, 2024). Tingkat kecukupan energi dan protein merupakan perbandingan antara jumlah energi dan protein yang dikonsumsi dengan kebutuhan tubuh berdaasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG). Energi dibutuhkan untuk membantu aktivitas fisik dan proses metabolisme tubuh, sedangkan protein berperan dalam pembentukan dan pemeliharaan jaringan tubuh, pertumbuhan, serta fungsi kekebalan tubuh. Penilaian tingkat kecukupan energi dan protein dapat dilakukan melalui metode *24-hour dietary recall* dengan membandingkan hasil konsumsi terhadap AKG (Kadir, 2021).

Asupan energi dan protein dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pendapatan rumah tangga, pengetahuan gizi, kebiasaan makan, akses terhadap pasar pangan, dan stabilitas ketersediaan pangan. Pendapatan menentukan kemampuan rumah tangga dalam membeli bahan pangan, sedangkan pengetahuan gizi memengaruhi perilaku dalam memilih makanan yang bergizi. Selain itu, kebiasaan makan yang baik berperan dalam mencukupi kebutuhan energi dan protein. Akses terhadap pasar pangan juga memudahkan rumah tangga memperoleh pangan yang beragam dan bergizi, sementara stabilitas ketersediaan pangan menjamin akses terhadap pangan yang cukup secara berkelanjutan, termasuk saat terjadi krisis atau bencana. Dengan demikian, kelima faktor tersebut saling berperan dalam menentukan kecukupan asupan energi dan protein individu (Garc et al., 2021; Hafiza et al., 2020; Muliani et al., 2023)

Hipotesis

Ada hubungan antara tingkat ketahanan pangan rumah tangga dengan asupan energi dan asupan protein pada ibu rumah tangga di daerah pesisir Kelurahan Leato Selatan.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Desain penelitian ini menggunakan survey analitik dengan pendekatan *cross sectional* untuk mengetahui hubungan antara tingkat ketahanan pangan rumah tangga dengan asupan energi dan protein pada ibu rumah tangga di daerah pesisir Leato Selatan yang diobservasi sekaligus pada waktu yang bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga berjumlah 281 orang yang tinggal di wilayah lingkungan Ololalo yang lebih dekat dengan pesisir pantai di Kelurahan Leato Selatan.

Sampel dalam penelitian ini adalah 166 ibu rumah tangga yang tinggal di lingkungan Ololalo di Kelurahan Leato Selatan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan ekslusi. Kriteria inklusi meliputi IRT yang tinggal di lingkungan Ololalo dan IRT yang bersedia menjadi responden. Kriteria ekslusi meliputi IRT yang tidak sedang berada di lokasi penelitian saat penelitian berlangsung. Teknik pengumpulan data dengan wawancara dan observasi. Instrumen penelitian berupa lembar kuesioner dan *food recall* 3×24 jam. Analisis data menggunakan uji Spearman dengan tingkat kemaknaan $\rho < 0{,}05$.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

No.	Usia	Jumlah	
		n	%
1.	17-25	18	10,8
2.	26-35	42	25,3
3.	36-45	48	28,9
4.	46-55	36	21,7
5.	56-65	22	13,3

Sumber: Data Primer, 2026.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan.

No.	Pendidikan		
1.	SD	48	28.9%
2.	SMP	46	27.7%
3.	SMA	57	34.3%
4.	Diploma/Sarjana	15	9.1%

Sumber: Data Primer, 2026.

Tabel 1 dan 2 menunjukkan bahwa yang menjadi responden paling banyak terdapat dikelompok umur 36-45 tahun yang berjumlah 48 orang (28,9%) sedangkan paling sedikit terdapat pada kelompok umur 17-25 tahun berjumlah 18 orang (10,8%). Tingkat pendidikan responden paling banyak terdapat di tingkat pendidikan tamat SMA yang berjumlah 57 orang (34,3%), sedangkan yang paling sedikit terdapat di tingkat pendidikan Diploma/Sarjana yang berjumlah 15 orang (9,1%).

Analisis Univariat

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Ketahanan Pangan Rumah Tangga.

No.	Tingkat Ketahanan Pangan Rumah Tangga	Jumlah	
		n	%
1.	Tahan pangan	33	19.9
2.	Rawan pangan ringan	94	56.6
3.	Rawan pangan sedang	22	13.3
4.	Rawan pangan berat	17	10.2

Sumber: Data Primer, 2026.

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Energi.

No.	Asupan Energi		
1.	Kurang	68	41.0
2.	Normal	86	51.8
3.	Lebih	12	7.2

Sumber: Data Primer, 2026.

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Protein.

No.	Asupan Protein		
1.	Kurang	30	18.1
2.	Normal	131	78.9
3.	Lebih	5	3.0

Sumber: Data Primer, 2026.

Tabel 3,4,5 menunjukkan bahwa dari 166 responden terdapat 33 (19,9%) responden memiliki status ketahanan pangan rumah tangga kategori tahan pangan, 94 (59,6%) responden memiliki status ketahanan pangan rumah tangga kategori rawan pangan ringan, 22 (12,3%) responden dengan status ketahanan pangan rumah tangga kategori rawan pangan sedang, 17 (10.2%) responden dengan status ketahanan pangan rumah tangga kategori rawan pangan berat. Dari 166 responden terdapat 68 (41,0%) responden yang asupan energinya kurang, responden normal, 12 (7,2%) responden kelebihan asupan energi dan 30 (18,1%) responden yang asupan proteinnya kurang, 131 (78,9%) responden normal, 5 (3,0%) responden kelebihan asupan protein.

Analisis Bivariat

Tabel 6. Hubungan Tingkat Ketahanan Pangan Rumah Tangga dengan Asupan Energi pada Ibu Rumah Tangga.

		Energi			Total	*ρ*	*r*
		Kurang	**Normal**	**Berlebih**			
Ketahanan Pangan	Tahan pangan	14	10	9	33	0,010	-0,198
	Rawan Pangan Ringan	33	58	3	94		
	Rawan Pangan Sedang	7	15	0	22		
	Rawan Pangan Berat	14	3	0	17		
Total		68	86	12	166		

Sumber: Data Primer, 2026.

Berdasarkan tabel 6 pada kelompok tahan pangan, jumlah ibu dengan asupan energi kurang sebanyak 14 orang, normal 10 orang dan berlebih 9 orang. Pada kelompok rawan pangan ringan, ibu dengan asupan energi kurang berjumlah 33 orang, normal 58 orang, dan berlebih 3 orang. Pada kelompok rawan pangan sedang mayoritas memiliki asupan energi normal yaitu 15 orang, dan 7 orang memiliki asupan energi kurang. Pada kelompok rawan pangan berat ibu dengan asupan energi kurang berjumlah 14 orang, dan 3 orang dengan asupan energi berlebih. Didapatkan hasil uji korelasi *Spearman's rho,* menunjukkan nilai koefisien -0,198 yang menandakan bahwa tingkat hubungan antara tingkat ketahanan pangan dengan asupan energi berada pada kategori sangat rendah dengan arah hubungan negatif, sehingga semakin tinggi tingkat kerawanan pangan maka nilai energi cenderung menurun. Selain itu, nilai signifikasi $\rho < 0,010$ menunjukkan bahwa hubungan tersebut signifikan secara statistik, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat ketahanan pangan memiliki hubungan dengan asupan energi, meskipun hubungan yang terbentuk sangat rendah. Pada penelitian ini sebagian besar responden memiliki asupan energi dalam kategori normal, meskipun proporsi responden dengan asupan energi kurang juga cukup tinggi.

Hasil uji korelasi menunjukkan tingkat hubungan sangat rendah dengan arah negatif, yang mengindikasikan bahwa ketahanan pangan bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi asupan energi. Asupan energi juga dapat dipengaruhi oleh pola konsumsi, kebiasaan makan, jumlah makanan yang dikonsumsi setiap hari, serta kemampuan rumah tangga dalam melakukan strategi penyesuaian konsumsi ketika menghadapi keterbatasan pangan.

Walaupun hubungan yang ditemukan memiliki signifikansi statistik, koefisien korelasi yang sangat rendah menunjukkan bahwa tingkat ketahanan pangan rumah tangga hanya memberikan kontribusi kecil terhadap variasi asupan energi pada ibu rumah tangga. Hal ini terjadi karena sebagian besar responden masih dapat menjaga konsumsi pangan pokok sebagai sumber energi utama meskipun menghadapi kerawanan pangan ringan. Keluarga biasanya menerapkan strategi penyesuaian dengan memilih pangan yang lebih terjangkau dan mengenyangkan seperti nasi, mie, atau sumber karbohidrat lainnya untuk memastikan kebutuhan energi dasar tetap terpenuhi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nagari & Nindya, (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara ketahanan pangan rumah tangga dengan tingkat kecukupan energi dan protein. Rumah tangga dengan kondisi ketahanan pangan yang baik cenderung memiliki tingkat kecukupan energi dan protein yang lebih baik dibandingkan rumah tangga yang mengalami rawan pangan.

Rumah tangga yang memiliki ketahanan pangan yang baik mendapatkan akses pangan yang lebih mencukupi baik dari segi kuantitas maupun kualitas, sehingga kebutuhan energi harian anggota rumah tangga lebih mudah dipenuhi. Sebaliknya, rawan pangan dapat mengakibatkan terbatasnya konsumsi makanan yang berpengaruh pada rendahnya asupan kalori (Ismail Darojat et al., 2025).

Tabel 7. Hubungan Tingkat Ketahanan Pangan Rumah Tangga dengan Asupan Protein pada Ibu Rumah Tangga.

		Protein			Total	*ρ*	*r*
		Kurang	**Normal**	**Berlebih**			
Ketahanan Pangan	Tahan pangan	1	28	4	33	0,000	-0,448
	Rawan Pangan Ringan	11	82	1	94		
	Rawan Pangan Sedang	6	16	0	22		
	Rawan Pangan Berat	12	5	0	17		
Total		30	131	5	166		

Sumber: Data Primer, 2026.

Berdasarkan tabel 7 pada kelompok tahan pangan, jumlah ibu dengan asupan protein kurang sebanyak 1 orang, normal 28 orang dan berlebih 4 orang. Pada kelompok rawan pangan ringan, ibu dengan asupan protein kurang berjumlah 11 orang, normal 82 orang, dan berlebih 1 orang. Pada kelompok rawan pangan sedang yang memiliki asupan protein kurang yaitu 6 orang, dan normal 16 orang. Pada kelompok rawan pangan berat ibu dengan asupan protein kurang berjumlah 12 orang, dan 5 orang dengan asupan protein normal. Didapatkan hasil uji korelasi *Spearman's rho,* menunjukkan nilai koefisien -0,448 yang menandakan bahwa tingkat hubungan antara tingkat ketahanan pangan dengan asupan protein berada pada kategori cukup kuat dengan arah hubungan negatif, sehingga semakin tinggi tingkat kerawanan pangan maka nilai protein cenderung menurun. Selain itu, nilai signifikasi $\rho < 0{,}000$ menunjukkan bahwa hubungan tersebut sangat signifikan secara statistik, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat ketahanan pangan memiliki hubungan yang bermakna dengan asupan protein. Dengan kata lain meskipun sebagian besar responden memiliki asupan protein normal, peningkatan tingkat rawan pangan tetap berpengaruh terhadap penurunan asupan protein.

Konsumsi protein dalam penelitian ini memiliki hubungan yang lebih kuat dengan ketahanan pangan rumah tangga dibandingkan dengan asupan energi yang menunjukkan hubungan sangat rendah. Ini menunjukkan bahwa saat keadaan pangan rumah tangga menurun, penurunan konsumsi pertama kali terjadi pada pangan yang kaya protein dibandingkan dengan pangan sumber energi. Keluarga cenderung mempertahankan konsumsi makanan pokok sebagai sumber energi utama, sementara konsumsi lauk pauk yang mengandung protein lebih mudah dikurangi karena jumlahnya terbatas dan lebih dipengaruhi oleh kemampuan ekonomi rumah tangga.

Konsep ketahanan pangan menjelaskan bahwa ketersediaan pangan bergizi adalah salah satu elemen penting dalam memenuhi kebutuhan nutrisi seseorang. Sebaliknya, rumah tangga yang memiliki tingkat kerawanan pangan lebih tinggi biasanya mengalami batasan dalam jumlah dan variasi konsumsi makanan, sehingga asupan protein menjadi kurang optimal. (Nirmala & Octavia, 2024).

Ketergantungan yang besar pada satu jenis makanan dapat mengakibatkan pola konsumsi menjadi kurang bervariasi. Meskipun kebutuhan protein dapat terpenuhi, asupan nutrisi lain belum tentu cukup. Keterbatasan variasi makanan dapat meningkatkan kemungkinan ketidakcocokan gizi dan kekurangan mikronutrien dalam jangka waktu yang lama (DeSoto, 2023). Selain itu, ketika hasil tangkapan berkurang karena cuaca buruk atau musim tertentu, akses terhadap pangan sumber protein juga bisa terhambat sehingga berdampak pada kualitas konsumsi rumah tangga (Wahadi, 2025).

Hal ini sejalan dengan penelitian Yuliana et al., (2013) yang mengungkapkan bahwa 61,54% dari rumah tangga nelayan memiliki kecukupan protein dalam kategori mencukupi karena masyarakat nelayan lebih mudah mendapatkan sumber protein dari laut. Namun, pada rumah tangga dengan kondisi rentan pangan masih terdapat asupan protein yang kurang karena terbatasnya konsumsi makanan dan rendahnya variasi makanan yang dikonsumsi setiap hari.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat ketahanan pangan rumah tangga dengan asupan energi dan protein pada ibu rumah tangga di daerah pesisir Kelurahan Leato Selatan, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat ketahanan pangan rumah tangga dengan asupan energi pada ibu rumah tangga dengan nilai ρ -*value* sebesar 0,010 < 0,05. Ada hubungan antara tingkat ketahanan pangan rumah tangga dengan asupan protein pada ibu rumah tangga dengan nilai ρ -*value* sebesar 0,000 < 0,05. kebutuhan protein ibu rumah tangga di daerah pesisir Kelurahan Leato Selatan.

Saran

Untuk instansi terkait diharapkan untuk mengadakan penyuluhan pentingnya edukasi formal ataupun penyuluhan tentang pengetahuan gizi terutama untuk ibu rumah tangga di daerah pesisir.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan pendekatan intervensi yang berfokus pada upaya perbaikan ketahanan pangan rumah tangga di wilayah Leato Selatan sehingga dapat memberikan gambaran mengenai efektivitas program yang diterapkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Universitas Negeri Gorontalo, Program Studi Kesehatan Masyarakat, Kelurahan Leato Selatan, serta seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing atas arahan, masukan, dan bimbingan selama proses penelitian hingga penyusunan artikel ini. Artikel ini merupakan hasil pengembangan dari skripsi penulis.

DAFTAR REFERENSI

Ashari, A. M. 2023. *Dampak Perubahan Iklim Terhadap Ketahanan Pangan Dan Adaptasinya Oleh Masyarakat Pesisir The Impact Of Climate Change On Food Security And Its Adaptation By Coastal Communities*. *4*(2), 426–431.

Bps. 2024. *Situasi Konsumsi Pangan Di Provinsi Gorontalo Tahun 2024*.

Desoto, M. C.2023. *Is A Genetic Diathesis For Poor Nutrition Becoming More Crucial Due To The Uniformity Of Covid Social Stress ?*

Fao. 1996. *An Introduction To The Basic Concepts Of Food Security Food Security Information For Action*. 1–3.

Garc, J., Gonçalves, C., Grispoldi, L., Cenci-Goga, B & Saraiva, C. 2021. *Determining Food Stability To Achieve Food Security*. 1–13.

Hafiza, D., Utami, A & Niriyah, S. 2020. *Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru*. *02*, 332–342.

Herdiansyah, D., Romdhona, N., Yunianto, A. E., Asyifa, M & Fadly, D. 2024. *The Relationship Between Food Consumption , Income , And Food Expenditure With Household Food Security*. *19*(1), 11–16.

Iriani, I., Humaedi, M. A., Diniyati, D., Dewayani, W & Isnan, W. 2024. *Regulation Of Household Food Needs : Affirmation Of Socio-Cultural Resilience In Preventing Stunting Incidents In Coastal Areas*. *8*(13), 1–25.

Ismail Darojat, N., Antriyandarti, E & Irawan, E. 2025. *Analisis Ketahanan Pangan Rumah Tangga Petani Berdasarkan Proporsi Pengeluaran Pangan Dan Konsumsi Energi Di Kabupaten Semarang*. *7*(2).

Kadir, S. 2021. *Gizi Masyarakat*. Absolut Media.

Khan, Y., Bojnec, S & Daraz, U. 2025. *Infrastructure, Knowledge And Climate Resilience Technologies Enhancing Food Security: Evidence From Northern Pakistan*.

Muhammad Hetrik, Teguh, Rizky Fratama, Akmal Ramadhan, Nazamri Cahyuda, A. 2024. *Uji Kandungan Protein Pada Mie Sagu*. *3*, 162–174.

Muliani, U., Sumardilah, D. S & Lupiana, M. 2023. *Asupan Gizi Dan Pengetahuan Dengan Status Gizi*. *8*(1).

Nagari, R. K & Nindya, T. S. 2017. *Tingkat Kecukupan Energi , Protein Dan Status Ketahanan Pangan Rumah Tangga Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Usia 6-8 Tahun*. 189–197. Https://Doi.Org/10.20473/Amnt.V1.I3.2017.189-197

Nirmala, I. R & Octavia, L. 2024. *Peran Makanan Laut Sumber Protein Dan Anak Stunting Di Wilayah Pesisir*. *1*(2), 1–7. Https://Doi.Org/10.36990/Jspa.V1i2.707

Sanggelorang, Y., Sebayang, F. A. A & Rumayar, A. A. 2024. *Kajian Ketahanan Pangan Rumah Tangga Dan Stunting Di Daerah Pedesaan Pesisir Dan Pulau Kecil Terluar*. *8*(April), 1272–1280.

Sarana, E. L. And J. 2018. *Determinants Of Household's Food And Nutrition Security In Indonesia*. *26*.

Setyorini, D. T Mukson, & Dwiloka, B. 2023. *Analisis Ketahanan Pangan Rumah Tangga*. *12*(18), 1–8.

Trelles-Garcia, V. P., Trelles-Garcia, D., Kichloo, A., Raghavan, S., Ojemolon, P. E., Eseaton, P & Idolor, O. N. 2020. *Impact Of Protein Energy Malnutrition On Outcomes Of Adults With Viral Pneumonia : A Nationwide Retrospective Analysis Patient Characteristics*. *12*(12). Https://Doi.Org/10.7759/Cureus.12274

Veronika, S., Dolorosa, E & Imelda. 2025. *Determinan Ketahanan Pangan Rumah Tangga Nelayan Di Desa Sungai Kakap, Kecamatan Sungai Kakap*. *11*(1), 1–11.

Wahadi, W. 2025. *Fishermen ' S Family Perceptions On Economic Uncertainty And Social Challenges : Persepsi Keluarga Nelayan Tentang Ketidakpastian Ekonomi Dan Tantangan Sosial*. *26*(3), 1–10.

Yuliana, P., Zakaria, W. A & Adawiyah, R. 2013. *Ketahanan Pangan Rumah Tangga Nelayan Di Kecamatan Teluk Betung Selatan Kota Bandar Lampung*. *1*(2), 181–186.