

POLA PENGELUARAN DAN KONSUMSI MAHASISWA PERANTAUAN FAKULTAS PERTANIAN UNIVERSITAS LAMPUNG

*(Expenditure and Food Consumption Patterns of Students living away from home
at Faculty of Agriculture, University of Lampung)*

Shafrina Atikah Khansa¹, Yaktiwooro Indriani^{1*}, Rabiatul Adawiyah¹

¹Jurusan Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Lampung, Indonesia

*E-mail: yaktiwooro.indriani@fp.unila.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine expenditure and consumption patterns of students living away from home at the Faculty of Agriculture (FP), University of Lampung (Unila) using a survey method. The research samples consisted of 80 respondents, who were students of the Department of Agribusiness and Agricultural Product Technology. The data collection was conducted from April to May 2024 and analyzed by quantitative and descriptive methods. The results showed that the average of students living away from home total expenditure was IDR 1,270,348.00 per month consisted of food expenditure as IDR 684,848.00 per month (53.91%) and non-food expenditure as IDR 585,500.00 per month (46.09%). The average of Desirable Dietary Pattern (DDP) score of the students living away from home was 52.88, in which the DDP score of female students was 53.35, higher than male students, which was 51.38. The types of food most frequently consumed by students were rice, fried chicken, cooking oil, chicken eggs, and chili sauce. The average energy and protein intake of FP Unila students living away from home was 1,639.4 kcal and 67.8 g, respectively.

Key words: agriculture, consumption pattern, expenditure, students

Received: 29 August 2025

Revised: 11 November 2025

Accepted: 27 November 2025

DOI: <https://doi.org/10.23960/jiia.v13i4.11577>

PENDAHULUAN

Kebutuhan pangan merupakan kebutuhan primer manusia, oleh karena itu kebutuhan akan makanan sangat penting. Manusia tidak hanya hidup dari kebutuhan pangan saja, tetapi juga masih membutuhkan sandang dan papan. Namun dibandingkan dengan keduanya, konsumsi pangan termasuk kebutuhan manusia yang paling utama. Pangan menyediakan nutrisi dan memberikan energi bagi tubuh. Mengonsumsi pangan secara beragam dalam porsi yang cukup dan seimbang maka dapat memenuhi kebutuhan zat gizi (Ayesha *et al.*, 2020).

Pola konsumsi pangan menggambarkan jenis, porsi, dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang, serta menunjukkan seberapa besar kecukupan gizi yang terpenuhi. Makanan yang dikonsumsi bermanfaat bagi kesehatan untuk memproduksi energi, pembentukan dan pemeliharaan jaringan tubuh. Kecukupan gizi setiap orang berbeda-beda menurut jenis kelamin, usia, dan aktivitas fisik. Status gizi seseorang dapat dikatakan baik apabila zat gizi yang dikonsumsi telah sesuai dengan yang

dibutuhkan. Pengukuran kecukupan gizi mengacu pada Permenkes No.28 (2019), tentang Angka Kecukupan Gizi (Kementerian Kesehatan, 2019)

Menurut Pedoman Umum Gizi Seimbang (Kementerian Kesehatan, 2014) dalam sehari sekitar 50 hingga 60 persen dari total energi disarankan bersumber dari karbohidrat kompleks dan 5 persen dari total energi berasal dari gula (sekitar 3-4 sendok makan setiap hari). Fungsi utama karbohidrat adalah menyediakan energi tubuh Umumnya, konsumsi pangan untuk memiliki tubuh yang sehat membutuhkan unsur pangan yang mencakup sumber karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin/mineral dalam jumlah yang seimbang. Sumber karbohidrat dapat diperoleh pada cerealia dan umbi-umbian, protein terdapat pada daging, susu, telur, dan kacang-kacangan, lemak terdapat pada biji-bijian berminyak, vitamin dan mineral diperoleh dari sayuran dan buah-buahan (Putri *et al.*, 2020).

Pola konsumsi menurut Imelda (2018), dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal berhubungan dengan karakteristik individu dan

kondisi rumah tangga, seperti jumlah anggota keluarga, tingkat pendapatan, latar belakang pendidikan, preferensi pribadi, serta pengetahuan mengenai gizi. Faktor eksternal di sisi lain lebih dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan pasar, termasuk keadaan agroekologi, volume produksi, ketersediaan produk, mekanisme distribusi, dan aktivitas promosi.

Menurut Badan Pusat Statistik (2023), jumlah penduduk di Kota Bandar Lampung sebanyak 1.100.109 jiwa pada tahun 2023. Sebagai Ibu Kota Provinsi Lampung, wilayah ini menjadi pusat utama berbagai aktivitas, baik di bidang pemerintahan maupun perekonomian. Banyak penduduk yang berasal dari luar Provinsi Lampung, menjadikan Kota Bandar Lampung tempat yang dituju, seperti banyaknya mahasiswa perantauan yang memilih Kota Bandar Lampung sebagai tempat untuk bersekolah atau kuliah.

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

Mahasiswa perantauan sama seperti mahasiswa lainnya, di mana mereka tidak termasuk dalam kategori angkatan kerja. Hal ini disebabkan karena status mereka sebagai pelajar yang tidak sedang mencari pekerjaan atau pun sedang bekerja. Sumber pendapatan mahasiswa umumnya berasal dari uang saku yang diberikan oleh orang tua, serta berbagai penghasilan lain di luar uang saku, seperti dari magang, beasiswa, berjualan, dll. Pendapatan mahasiswa yang diperoleh akan dialokasikan untuk memenuhi kebutuhan mereka dalam pengeluaran konsumsi baik itu konsumsi pangan dan nonpangan, rutin maupun tidak rutin. Penelitian ini bertujuan menganalisis pola pengeluaran dan konsumsi mahasiswa perantauan FP Unila.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Metode ini termasuk dalam kategori penelitian kuantitatif, di mana data primer diperoleh secara langsung dari responden. Pengumpulan data

dilakukan dengan cara menyebarluaskan kuesioner kepada sampel yang telah dipilih untuk mewakili populasi (Sugiyono, 2023). Metode ini dipilih untuk memperoleh gambaran mengenai pola konsumsi mahasiswa perantauan dalam waktu yang relatif singkat dan efisien.

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Pertanian Universitas Lampung (FP Unila). Pemilihan lokasi dilakukan secara *purposive* karena Kota Bandar Lampung, sebagai Ibu Kota Provinsi Lampung, dikenal sebagai pusat yang memiliki banyak pendatang dan perantau. Sebagian perantau tersebut merupakan mahasiswa yang berkuliah di Universitas Lampung.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa perantauan FP Unila Jurusan Agribisnis dan Teknologi Hasil Pertanian (THP) yang tinggal di kost. Penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang yang sama kepada setiap anggota populasi untuk menjadi sampel (Sugiyono, 2023). Metode ini terbagi menjadi enam jenis, salah satunya adalah *quota sampling*, yang menetapkan sampel berdasarkan kriteria yang telah ditentukan hingga jumlah yang diperlukan terpenuhi.

Kriteria sampel dalam penelitian ini yaitu:

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

Jumlah populasi mahasiswa jurusan Agribisnis dan THP yang tinggal di kost tidak diketahui, oleh karena itu, penelitian ini mengacu pada pendapat Roscoe yang dikutip dalam Sugiyono (2023), yang menyatakan bahwa ukuran sampel yang optimal untuk sebuah penelitian umumnya berkisar antara 30-500 responden.

Apabila penelitian melibatkan analisis multivariat, seperti korelasi atau regresi berganda, maka jumlah sampel yang dibutuhkan harus minimal sepuluh kali lipat dari jumlah variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini, terdapat 8 variabel, sehingga jumlah responden yang diperlukan adalah 80, dengan 40 sampel mahasiswa Jurusan Agribisnis dan 40 sampel mahasiswa THP.

Metode analisis yang digunakan untuk menganalisis pola konsumsi mahasiswa perantauan FP Unila yaitu dengan analisis kuantitatif untuk menilai konsumsi mahasiswa perantauan, baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Pengukuran kuantitas konsumsi dilakukan dengan metode *recall*. Metode ini digunakan untuk memperkirakan jumlah konsumsi pangan mahasiswa perantauan dalam kurun waktu 24 jam dan digunakan untuk mengukur tingkat konsumsi makanan dan tingkat kecukupan gizi seseorang. Adapun perhitungan kandungan gizi (Y) pada suatu bahan makanan menggunakan rumus sebagai berikut (Indriani, 2019):

Keterangan:

Y = Kandungan gizi (energi)
 Bdd = Berat yang dapat dimakan dalam 100
 gram bahan makanan
 Berat A = Berat makanan yang dikonsumsi (gram)

Angka kecukupan gizi (AKG) dapat dihitung menggunakan rumus yang dianjurkan dengan acuan berat badan berdasarkan kelompok umur serta jenis kelamin, digunakan rumus sebagai berikut (Indriani, 2019):

$$\text{AKG} = \frac{BB \text{ aktual (kg)}}{BB \text{ standar (kg)}} \times \text{AKG standar}$$

(dalam tabel AKG) (2)

Jika kandungan zat gizi dan AKG telah diketahui, selanjutnya tingkat kecukupan gizi (%AKG) dapat dihitung sesuai rumus yang disarankan oleh Indriani (2019):

$$\%AKG = \frac{Konsumsi\ Gizi}{AKG} \times 100\% \quad \dots \dots \dots \quad (3)$$

Analisis pola konsumsi mahasiswa perantauan dilakukan dengan menilai kualitas konsumsi menggunakan skor Pola Pangan Harapan (PPH) yang berfungsi sebagai indikator kualitas gizi serta keragaman pangan yang dikonsumsi, menunjukkan apakah pola konsumsi mahasiswa sudah seimbang. PPH merupakan metode penilaian yang mencakup jumlah, komposisi, serta ketersediaan pangan. Semakin tinggi skor PPH, semakin beragam dan seimbang pula konsumsi pangannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Mahasiswa Perantauan

Mahasiswa perantauan FP UNILA yang menjadi responden semuanya tinggal di kos. Harga kos di Kota Bandar Lampung umumnya dibayarkan per tahun. Rata-rata harga kos mahasiswa perantauan per tahun adalah Rp5.704.375,00 dengan harga kos terendah sebesar Rp2.000.000,00 per tahun dan harga kos tertinggi sebesar Rp16.000.000,00 per tahun. Lokasi kos terbanyak mahasiswa adalah di daerah Kampung Baru, Kota Bandar Lampung. Responden mahasiswa perantauan, berasal dari daerah yang berbeda dan terdiri dari beragam suku.

Jumlah responden didominasi oleh perempuan yaitu 61 orang (76,25%) dan laki-laki 19 orang (23,75%). Mahasiswa perantauan yang berasal dari dalam Provinsi Lampung lebih banyak dibandingkan dari luar Provinsi Lampung, yaitu sebanyak 58 orang (72,5%), diantaranya 43 Perempuan dan 15 laki-laki. Mahasiswa perantauan yang berasal dari luar Provinsi Lampung sebanyak 22 orang (27,5%), diantaranya 18 perempuan dan 4 laki-laki. Mahasiswa perantauan terbanyak dari dalam Provinsi Lampung berasal dari daerah Lampung Tengah, yaitu 10 orang (12,5%), sedangkan mahasiswa perantauan terbanyak dari luar Provinsi Lampung berasal dari daerah Sumatera Selatan, yaitu berjumlah 7 orang (8,75%).

Pada penelitian ini suku asli mahasiswa perantauan beragam, hal itu disebabkan mahasiswa perantauan berasal dari daerah yang berbeda-beda. Suku yang mendominasi adalah suku Jawa sebanyak 43 orang (53,75%), dengan 40 orang berasal dari Provinsi Lampung dan 3 orang berasal dari luar Provinsi Lampung. Pada urutan terbanyak ke dua adalah suku Lampung yaitu sebanyak 12 orang (15%), yaitu 9 orang berasal dari dalam Provinsi Lampung dan 3 orang berasal dari luar Provinsi Lampung, dan sisanya (31,25%) berasal dari suku Batak, Sunda, Melayu, Semendo, Komering, Palembang, Padang, dan Bali.

Pendapatan Mahasiswa Perantauan

Mahasiswa perantauan termasuk pelajar yang sedang tidak mencari pekerjaan atau pun sedang bekerja melainkan mereka masih sekolah dan pendapatannya dari uang saku yang diberikan oleh orang tua, sehingga mahasiswa perantauan tidak memiliki pendapatan tetap sendiri. Akan tetapi, terdapat 8 mahasiswa yang memiliki pendapatan sendiri di luar uang saku yang diperoleh dari beasiswa, magang, berjualan secara langsung maupun secara *online*, dan ngojek. Rata-rata pendapatan mahasiswa perantauan FP Unila sebesar Rp1.415.630,00 per bulan.

Pendapatan adalah uang saku yang diberikan kepada mahasiswa berasal dari orang tua ditambah dengan pendapatan pribadi (di luar uang saku), kemudian akan digunakan untuk memenuhi kebutuhan pangan dan nonpangan mahasiswa dalam waktu sebulan. Pendapatan terbesar mahasiswa perantauan FP Unila per bulan yaitu Rp5.000.000,00 dan pendapatan terendah per bulan yaitu Rp500.000,00, dengan uang saku terbesar per bulan adalah Rp3.500.000,00 dan terendah per bulan adalah Rp500.000,00 dan pendapatan di luar uang saku terbesar per bulan adalah Rp3.000.000,00 dan terendah per bulan adalah Rp100.000,00.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan temuan Karlindah *et al.* (2023), yang menunjukkan bahwa pendapatan (uang dari orang tua, beasiswa, bekerja, dan lainnya) mahasiswa Universitas Lampung tertinggi per bulan yaitu Rp.4.000.000,00 dan terendah per bulan adalah Rp.400.000,00, serta tidak sejalan pula dengan penelitian Dilla *et al.* (2024), pada mahasiswa prodi Manajemen di UKI Toraja. Hasil menunjukkan bahwa uang saku terbesar mahasiswa per bulan adalah Rp1.500.000,00 dan terendah per bulan adalah Rp450.000,00, sedangkan pendapatan selain uang saku terbesar per bulan adalah Rp1.300.000,00.

Pengeluaran

Pengeluaran dalam penelitian ini yaitu besarnya pengeluaran nonpangan dan pengeluaran pangan. Rata-rata total pengeluaran mahasiswa perantauan adalah Rp1.270.348,00 per bulan, dengan rata-rata pengeluaran pangan adalah Rp684.848,00 per bulan (53,91%) dan pengeluaran nonpangan Rp585.500,00 per bulan (46,09%).

Pengeluaran Nonpangan

Pengeluaran nonpangan adalah banyaknya uang yang rutin dikeluarkan mahasiswa perantauan (selain biaya sewa kos/kontrakan) dalam memenuhi konsumsi nonpangan yang meliputi transportasi, kebutuhan rutin, dan hiburan. Pengeluaran transportasi adalah pengeluaran mahasiswa perantauan untuk biaya transportasi sehari-hari, pengeluaran kebutuhan rutin adalah pengeluaran yang dikeluarkan mahasiswa perantauan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, dan pengeluaran hiburan adalah pengeluaran yang dikeluarkan untuk memberikan kesenangan dan kepuasan kepada mahasiswa perantauan.

Pengeluaran nonpangan mahasiswa perantauan perempuan lebih besar dibandingkan laki-laki. Data

dapat dilihat pada Tabel 1, yang menunjukkan bahwa pengeluaran kebutuhan rutin dan hiburan mahasiswa perantauan perempuan lebih besar dibandingkan laki-laki, sedangkan untuk pengeluaran transportasi, laki-laki lebih besar dibandingkan perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Hermayanti dan Rizali (2019), bahwa pengeluaran nonpangan mahasiswa perempuan lebih besar daripada laki-laki, yaitu sebesar 54,17 persen pengeluaran mahasiswa perempuan, dan 45,83 persen pengeluaran mahasiswa laki-laki.

Perbedaan rata-rata pengeluaran non-pangan antara mahasiswa perantauan laki-laki dan perempuan menunjukkan adanya kecenderungan gaya hidup dan prioritas kebutuhan yang berbeda. Pada pengeluaran transportasi, mahasiswa perantauan laki-laki memiliki rata-rata pengeluaran yang lebih besar dibandingkan perempuan. Hal ini diduga karena mobilitas pada laki-laki cenderung lebih tinggi, seperti lebih sering bepergian untuk kegiatan organisasi, jarak antara kosan dan kampus yang cenderung lebih jauh dibanding perempuan, atau sekedar nongkrong di luar kos.

Sementara itu, pada pengeluaran kebutuhan rutin, mahasiswa perantauan perempuan menunjukkan rata-rata pengeluaran yang lebih tinggi. Hal ini disebabkan mahasiswa perantauan perempuan umumnya lebih memperhatikan kebutuhan pribadi seperti produk perawatan diri (*skincare*, sabun khusus, dan alat kebersihan). Mahasiswa perantauan perempuan juga cenderung lebih konsisten dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut setiap bulannya. Begitu pula pada pengeluaran hiburan, mahasiswa perantauan perempuan mempunyai pengeluaran yang lebih besar dibandingkan laki-laki, hal tersebut dikarenakan perempuan lebih sering melakukan aktivitas hiburan seperti makan bersama teman dan menonton di aplikasi berbayar (netflix, wetv, viu, dll). Sebaliknya, laki-laki cenderung memiliki cara hiburan yang lebih hemat, seperti bermain game atau bersosialisasi tanpa banyak pengeluaran.

Pengeluaran Pangan

Besarnya pengeluaran cenderung bervariasi sesuai dengan kebutuhan pribadi dan keadaan ekonomi mahasiswa perantauan. Pengeluaran pangan yang diteliti adalah kelompok jenis pengeluaran pangan menurut Badan Pusat Statistik, yaitu padi-padian, umbi-umbian, ikan, daging, telur dan susu, sayur-sayuran, kacang-kacangan, buah-buahan, minyak dan kelapa, bahan minuman, bahan makanan lainnya, makanan minuman jajanan, dan rokok.

Sebagian besar mahasiswa perantauan membeli makanan jadi dan hanya sebagian kecil yang memasak. Data lengkap mengenai rata-rata pengeluaran pangan mahasiswa perantauan disajikan pada Tabel 2. Jenis pengeluaran makanan dan minuman jajanan yang dimaksud pada Tabel 2 adalah makanan atau minuman yang sudah siap dikonsumsi tanpa perlu diolah lebih lanjut.

Pengeluaran pangan yang besar pada mahasiswa perantauan perempuan berturut-turut adalah untuk daging, makanan minuman jajanan, dan beras, sedangkan pengeluaran terbesar mahasiswa perantauan laki-laki adalah beras, daging, dan rokok. Jenis pengeluaran yang tidak ditemukan pada mahasiswa perantauan perempuan adalah rokok, sedangkan pada laki-laki adalah umbi-umbian. Menurut data Badan Pusat Statistik tahun 2024, rata-rata pengeluaran pangan per kapita di Provinsi Lampung adalah Rp656.937,00 per bulan. Hal ini tidak jauh berbeda dengan rata-rata pengeluaran pangan mahasiswa perantauan FP Unila. Kelompok pengeluaran pangan terbesar masyarakat Provinsi Lampung adalah makanan dan minuman jadi, rokok, dan beras.

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa pengeluaran pangan per bulan mahasiswa perantauan perempuan lebih besar dibanding laki-laki, yaitu sebesar Rp691.513,00 dan Rp663.500,00. Menurut Nicholas Kaldor dalam Nanga (2001), besarnya pengeluaran konsumsi dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya meliputi pendapatan, selera individu, latar belakang sosial-budaya, jumlah kekayaan yang dimiliki, utang pemerintah, keuntungan modal (*capital gain*), kondisi tingkat suku bunga, tingkat harga, kredit, *money illusion*, pola distribusi, usia, letak geografis, hingga distribusi pendapatan di masyarakat (Nanga, 2001).

Pola Konsumsi Pangan

Penilaian pola konsumsi pangan meliputi jenis dan

jumlah pangan yang dikonsumsi. Sirajudin *et al.* (2018) mendefinisikan pola konsumsi pangan sebagai susunan dari beragam jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi oleh seseorang selama periode tertentu. Pengukuran pola konsumsi dapat dilakukan melalui asupan energi dan protein atau pendekatan komposisi pangan berdasarkan PPH. Untuk mengukur status gizi masyarakat secara kuantitatif, diperlukan penilaian yang dapat menunjukkan apakah terjadi masalah gizi, seperti gizi buruk. Acuan yang digunakan adalah AKG, yaitu jumlah rata-rata zat gizi harian yang diperlukan untuk menjaga kondisi kesehatan optimal

1. Jenis Pangan

Pengelompokan pangan berdasarkan PPH ada sembilan, terdiri dari berbagai macam jenis pangan, seperti kelompok padi-padian meliputi beras, jagung, dan lain-lain; kelompok umbi-umbian meliputi kentang, singkong, ubi, dan lain-lain; kelompok pangan hewani meliputi ayam, daging sapi, bebek, udang, ikan, dan lain-lain. Berdasarkan hasil *recall*, lima jenis pangan yang paling sering dikonsumsi mahasiswa perantauan sehari-hari adalah nasi, ayam goreng, minyak, telur ayam dan cabe (sambal) dan yang jarang dikonsumsi oleh mahasiswa perantauan yaitu jenis pangan dari kelompok buah dan biji berminyak, gula, dan umbi-umbian.

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Sayekti *et al.* (2021), yang menunjukkan bahwa makanan utama yang paling disukai mahasiswa di Kota Bandar Lampung secara berturut-turut adalah aneka mi, nasi ayam, bakso, sate lontong atau nasi, serta nasi atau kentang goreng yang disajikan bersama ayam goreng cepat saji (*fried chicken*). Namun, pada penelitian ini mahasiswa lebih sering mengonsumsi nasi, ayam goreng, minyak, telur ayam dan cabe (sambal) dibandingkan aneka mi, bakso, sate lontong, dan kentang goreng.

Tabel 1. Rata-rata pengeluaran nonpangan mahasiswa perantauan FP Unila berdasarkan jenis kelamin

Jenis Pengeluaran	Laki-laki		Perempuan	
	(Rp/bulan)	(%)	(Rp/bulan)	(%)
Transportasi	142.105,00	29,76	124.131,00	20,05
Kebutuhan Rutin	285.842,00	59,86	404.402,00	65,40
Hiburan	49.579,00	10,38	90.107,00	14,55
Total	477.526,00	100,00	618.639,00	100,00

Tabel 2. Rata-rata pengeluaran pangan mahasiswa perantauan FP Unila berdasarkan jenis kelamin

Jenis Pengeluaran	Laki-laki		Perempuan	
	(Rp/bulan)	(%)	(Rp/bulan)	(%)
Beras/nasi	138.474,00	20,87	118.459,00	17,13
Umbi-umbian	0,00	0,00	5.787,00	0,84
Ikan	24.579,00	3,70	28.103,00	4,06
Daging	124.263,00	18,73	145.852,00	21,09
Telur dan susu	35.579,00	5,36	40.648,00	5,88
Sayur-sayuran	47.316,00	7,13	57.582,00	8,33
Kacang-kacangan	28.737,00	4,33	28.852,00	4,17
Buah-buahan	30.789,00	4,64	52.689,00	7,62
Minyak dan kelapa	7.105,00	1,07	12.279,00	1,78
Bahan minuman	46.868,00	7,06	41.090,00	5,94
Bahan makanan lainnya	30.737,00	4,64	25.975,00	3,76
Makanan minuman jajanan	67.947,00	10,24	134.197,00	19,41
Rokok	81.053,00	12,22	0,00	0,00
Total	663.500,00	100,00	691.513,00	100,00

2. Jumlah Konsumsi Pangan

Jumlah konsumsi pangan mengacu pada banyaknya asupan energi dan protein yang dikonsumsi oleh mahasiswa perantauan dalam kurun waktu satu hari. Berdasarkan Tabel 3, rata-rata asupan energi dan protein mahasiswa perantauan FP Unila per hari yaitu 1.639,4 kkal dan 67,8 g. Rata-rata kecukupan energi ini masih di bawah AKG yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia, sedangkan rata-rata kecukupan protein sudah memenuhi, yakni rata-rata kecukupan energi dan protein per orang per hari sebesar 2.100 kkal dan 57 gram pada tingkat konsumsi.

Adapun AKE dan AKP untuk mahasiswa perantauan sesuai usia dan berat badannya adalah 2.217 kkal dan 57,9 g, maka asupan energi nya belum memenuhi AKG, sedangkan asupan proteinnya sudah memenuhi. Hal ini bertentangan dengan hasil penelitian, Rahmadi *et al.*, (2021), pada mahasiswa prodi Teknologi Pangan di Itera. Hasil menunjukkan bahwa rata-rata asupan energi dan protein secara berturut turut adalah 1.361,9 kkal dan 55,4 g, AKE nya sebesar 2.450 kkal dan AKP nya sebesar 62,5 g. artinya, asupan energi dan protein mahasiswa masih di bawah AKG.

3. Skor Pola Pangan Harapan (PPH)

Menurut Indriani (2019), seseorang perlu mengonsumsi berbagai jenis makanan yang mengandung zat gizi beragam dalam jumlah yang mencukupi, sehingga tubuh tidak mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi. Keragaman konsumsi pangan juga berfungsi untuk mengurangi ketergantungan pada satu jenis pangan tertentu. Pangan dalam PPH dibagi ke dalam sembilan

kelompok, yaitu padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, minyak dan lemak, buah dan biji berminyak, kacang-kacangan, gula, sayur dan buah, dan lain-lain. PPH diperlukan sebagai acuan dalam penganekaragaman pangan, baik dalam aspek produksi, pengolahan, maupun konsumsi. Dengan mengombinasikan beragam macam makanan, maka akan dapat diperoleh menu yang seimbang.

PPH disusun berdasarkan bobot nilai yang berbeda untuk setiap kelompok pangan, yang nantinya akan digunakan untuk menghitung skor masing-masing kelompok. Kelompok dengan bobot tertinggi adalah sayur dan buah sebesar 5,00, diikuti pangan hewani serta kacang-kacangan masing-masing 2,00. Kelompok lain seperti padi-padian, umbi-umbian, minyak dan lemak, buah dan biji berminyak, dan gula masing-masing memiliki bobot 0,50, sedangkan kelompok lain-lain memiliki bobot 0,00. Pada Tabel 4 dapat dilihat mahasiswa perantauan laki-laki memiliki skor PPH sebesar 51,38 (37,10-67,53), dan mahasiswa perempuan memiliki skor PPH sebesar 53,35 (31,38-81,85). Kelompok pangan dengan rata-rata skor PPH tertinggi adalah hewani dan rata-rata skor PPH terendah adalah umbi-umbian. Sasaran Skor PPH ideal adalah 100, sesuai dengan bobot masing-masing.

Pada Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024, target skor PPH yang ingin dicapai tahun 2024 adalah 95,2 dan skor PPH Provinsi Lampung pada tahun 2024 adalah 91,1. Bedasarkan Tabel 4 dan rata-rata skor PPH mahasiswa perantauan laki-laki adalah 51,38, mahasiswa perantauan perempuan adalah 53,35 dan rata-rata total adalah 52,88, artinya skor PPH mahasiswa perantauan jauh dari target dan skor PPH Provinsi Lampung.

Tabel 3. Rata-rata asupan energi dan protein mahasiswa perantauan FP Unila pada sembilan kelompok pangan

Kelompok pangan	Energi		Protein	
	(kkal)	(%)	(g)	(%)
Padi-padian	714,8	43,6	10,0	14,7
Umbi-umbian	22,6	1,4	1,0	1,4
Hewani	517,3	31,6	49,3	72,8
Minyak&Lemak	193,3	11,8	0,0	0,0
Buah/biji berminyak	27,0	1,6	0,3	0,5
Kacang-kacangan	64,1	3,9	3,5	5,2
Gula	14,5	0,9	0,0	0,1
Sayur dan buah	33,1	2,0	1,2	1,7
Lain-lain	52,7	3,35	2,4	3,6
Total	1.639,4	100,0	67,8	100,00
AKG	2.217		57,9	
%AKG	76,00		120,0	

Pada mahasiswa perantauan, baik laki-laki maupun perempuan, skor PPH tertinggi terdapat pada kelompok pangan hewani, sedangkan rata-rata skor PPH terendah adalah umbi-umbian. Sebanyak 49 mahasiswa perantauan memiliki skor PPH lebih dari 50 dengan rata-rata skor 60,57 dan 31 mahasiswa perantauan lainnya memiliki skor kurang dari 50 dengan rata-rata skor 40,73.

Asupan energi mahasiswa perantauan laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Angka kecukupan energi pun menunjukkan mahasiswa perantauan laki-laki lebih besar dibanding perempuan, yaitu sebesar 2.533,8 kkal laki-laki dan 2.119,2 kkal perempuan, namun skor PPH mahasiswa perantauan laki-laki lebih rendah dibandingkan dengan skor PPH perempuan.

Hal tersebut dapat terjadi karena jenis makanan yang dikonsumsi mahasiswa perantauan laki-laki lebih tinggi karbohidrat dan protein, tetapi kurang serat dari sayur dan buah, sementara mahasiswa perantauan perempuan lebih memperhatikan keseimbangan gizi dalam pola makannya, termasuk konsumsi sayuran dan buah-buahan. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Anwar & Hardinsyah (2014), hasil penelitian pada dewasa berusia 19-49 tahun, menyatakan bahwa laki-laki memiliki skor PPH yang lebih tinggi dibanding perempuan. Rata-rata total skor PPH mencapai 53,1, dengan laki-laki mendapatkan skor rata-rata 54,6, dan perempuan mendapatkan skor 51,7.

Tabel 4. Rata-rata skor PPH mahasiswa perantauan FP Unila berdasarkan jenis kelamin

Kelompok Pangan	Asupan Energi				%AKE				Skor Maks	Rata-rata skor PPH			
	Laki-laki		Perempuan		Laki-laki		Perempuan			Lk	Pr	Total	
	Min	Max	Min	Max	Min	Max	Min	Max					
Padi-padian	430	1.522	178	1.208	20,94	65,02	8,37	56,77	25,00	18,95	15,16	15,95	
Umbi-umbian	0	182	0	361	0,00	6,35	0,00	18,39	2,50	0,13	0,30	0,26	
Hewani	231	1.240	0	1.154	8,68	52,97	0,00	65,59	24,00	23,02	21,25	21,67	
Minyak dan Lemak	90	271	0	451	2,29	12,25	0,00	22,97	5,00	2,99	3,93	3,70	
Buah/biji berminyak	0	95,50	0	424	0,00	3,93	0,00	20,73	1,00	0,08	0,36	0,29	
Kacang-kacangan	0	262	0	394	0,00	9,90	0,00	21,38	10,00	3,78	3,86	3,84	
Gula	0	55	0	244	0,00	2,21	0,00	12,95	2,50	0,17	0,34	0,30	
Sayur dan buah	0	81	0	207	0,00	3,33	0,00	9,87	30,00	2,25	8,15	6,75	
Lain-lain	0	271	0	374	0,00	11,15	0,00	12,26	0,00	0,00	0,00	0,00	
Jumlah									100	51,38	53,35	52,88	
Rata-rata AKE	1.891,6		1.560,8		2.533,8		2.119,2						

KESIMPULAN

Rata-rata total pengeluaran mahasiswa perantauan FP Unila adalah Rp1.270.348,00 per bulan, terdiri dari pengeluaran pangan Rp684.848,00 per bulan (53,91%) dan pengeluaran nonpangan Rp585.500,00 per bulan (46,09%). Pengeluaran nonpangan terbesar adalah kebutuhan rutin dan yang terkecil adalah hiburan. Pengeluaran pangan yang besar pada mahasiswa perantauan perempuan adalah daging, makanan minuman jajanan, dan beras/nasi, sedangkan pada laki-laki adalah beras/nasi, daging, dan rokok. Jenis pengeluaran yang tidak ditemukan pada mahasiswa perantauan perempuan adalah rokok, sedangkan pada laki-laki adalah umbi-umbian. Pola konsumsi pangan mahasiswa perantauan FP Unila berdasarkan skor PPH sebesar 52,88. Skor PPH mahasiswa perantauan perempuan sebesar 53,35, lebih tinggi dibanding laki-laki, sebesar 51,38, dengan skor PPH yang tinggi adalah kelompok hewani dan padi-padian. Skor PPH baik pada mahasiswa perantauan laki-laki maupun perempuan, semuanya masih jauh dari standar PPH nasional tahun 2024 yaitu 95,2.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, K., & Hardinsyah. (2014). Konsumsi Pangan dan Gizi serta Skor Pola Pangan Harapan pada Dewasa Usia 19-49 Tahun di Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*. <https://doi.org/10.25182/jgp.2014.9.1.%25p>
- Ayesha, K., Indriani, Y., & Viantimala, B. (2020). Gaya Hidup dalam Mengonsumsi Sayur dan Buah serta Tingkat Kecukupan Gizi Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Metro. *Jurnal Ilmu Ilmu Agribisnis: Journal of Agribusiness Science*, 8(3), 439–445. <https://doi.org/10.23960/jiia.v8i3.4441>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Jumlah Penduduk Menurut Kecamatan*. Badan Pusat Statistik Kota Bandar Lampung. <https://bandarlampungkota.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjkjMg==/jumlah-penduduk-menurut-kecamatan.html>.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Rata-rata Pengeluaran per Kapita Sebulan Menurut Kelompok Komoditas dan Klasifikasi Desa di Provinsi Lampung (rupiah)*. Badan Pusat Statistik Provinsi Lampung. <https://lampung.bps.go.id/id/statistics-table/3/VTJaSFFtWkIXVnBYZVdSREwyczJlbm93UWpVM1FUMDkjMw==/rata-rata-pengeluaran-per-kapita-sebulan-menurut-kelompok-komoditas-dan-klasifikasi-desa-di-provinsi-lampung--rupiah--2017.html>
- Dilla, Pasulu, I., & Y.P., O. (2024). Analisis Pola Pengeluaran Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Kristen Indonesia Toraja. *EKOMA: Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akuntansi*, 3(3), 260–269. <https://ulilalbabinstitute.id/index.php/EKOMA/article/view/3008/2550>
- Hermayanti, & Rizali. (2019). Pola Konsumsi Non Makanan Mahasiswa Stara Satu (S1) Reguler Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat. *JIEP: Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Pembangunan*, 2(3), 632–643. <https://jep.ulm.ac.id/index.php/jep/article/view/2210>
- Imelda. (2018). Karakteristik dan Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga Masyarakat Kota Pontianak. *Ethos (Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat)*, 6(2), 250–259.
- Indriani, Y. (2019). *Gizi dan Pangan*. CV. Anugrah Utama Raharja (AURA).
- Karlindah, M., Indriani, Y., & Endaryanto, T. (2023). Perilaku Mahasiswa Universitas Lampung terhadap Minuman Kekinian Bertopping Boba di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmu Ilmu Agribisnis: Journal of Agribusiness Science*, 11(2), 124–130. <https://doi.org/10.23960/jiia.v11i2.6713>
- Kementerian Kesehatan. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. <https://pergizi.org/pedoman-gizi-seimbang-2014-terbaru/>
- Kementerian Kesehatan. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. <https://stunting.go.id/kemenkes-permenkes-no-28-tahun-2019-angka-kecukupan-gizi-yang-dianjurkan/>
- Nanga, M. (2001). *Makro Ekonomi: Teori, Masalah, dan Kebijakan*, Edisi Perdana. PT. Raja Grafindo Persada.
- Putri, K. I., Murniati, K., & Adawiyah, R. (2020). Pola Konsumsi dan Tingkat Ketahanan Pangan Rumah Tangga Petani Ubi Kayu di Kecamatan Terusan Nunyai Kabupaten Lampung Tengah. *Jurnal Ilmu Ilmu Agribisnis: Journal of Agribusiness Science*, 7(3), 391–396. <https://doi.org/10.23960/jiia.v7i3.3778>
- Rahmadi, I., Tio Mareta, D., & Fithriyani, D. (2021). Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro Mahasiswa Tahun ke-3 Program Studi Teknologi Pangan ITERA. *Journal of Science, Technology, and Virtual Science*, 1(1), 44–50. <https://journal.itera.ac.id/index.php/jstvc/article>

le/view/553

Sayekti, W. D., Adawiyah, R., Indriani, Y., Tantriadisti, S., & Syafani, T. S. (2021). Pola Pikir Makan dan Preferensi Mahasiswa terhadap Makanan dan Minuman Jadi: Studi Kasus di Kota Bandar Lampung Saat Pandemi Covid-19. *AgriHealth: Journal of Agri-Food, Nutrition and Public Health*, 2(2), 65-77.
<https://doi.org/10.20961/agrihealth.v2i2.5470>
2

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

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