

**KONSUMSI KACANG-KACANGAN PADA ANAK  
USIA 2-6 TAHUN DI INDONESIA**  
(Consumption of Legumes of Children 2-6 Years in Indonesia)

Teguh Jati Prasetyo<sup>1</sup> dan Hardinsyah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Bagian Gizi Terapan, Departemen Gizi Masyarakat, FEMA IPB

Email : teguhjatiprasetyo@gmail.com

**ABSTRACT**

*This study aimed to analyze the participation rate of the consumption of various types of legumes, and their intake. The data used in this study are from electronic files of the food consumption and socio-economic data of Riskesdas 2010 collected by the Agency for Health Research and Development Ministry of Health, with the total subjects of 16 714 children aged 2-6 years who met the criteria. Subjects were grouped into 2-3 years and 4-6 years age groups. Food intake data collected using a 24-hour recall method. The consumption of legumes was analyzed descriptively to determine the level of participation in consuming each type of legumes, which is expressed as a percentage of subjects consume the legumes. The amount of legumes consumption was expressed in grams percapita perday. The result of the analysis showed that the participation rate of legumes consumption among children aged 2-6 years was 31.0%. The participation rate of the consumption of tempe, tofu, green bean porridge, soy bean, peanut and other legumes was 21.1%, 11.4%, 0.9%, 0.1%, 2.8%, and 1.0% respectively. The participation rate of tempe and tofu consumption among children aged 4-6 years was higher than that of children aged 2-3 years in both girls and boys. The mean intake of legumes among children aged 2-6 years was 57.3±42.0 g/capita/day among those children consumed legumes or 21.3±27.6/capita/day among all subjects. The mean intake of tempe, tofu, green bean porridge, soya bean, peanut, other legumes among those children consumed legumes was 53.8±32.2, 62.9±44.9, 138.4±100.3, 30.3±23.2, 36.0±24.6, 51.2±43.4 g/capita/day respectively. The mean intake of legumes by type of legumes are relatively similiar between girls and boys. The mean intake of tempe and tofu among children 4-6 years is higher than 2-3 years old.*

**Keywords :** Legumes, tempe, tofu, children

**ABSTRAK**

Penelitian ini ditujukan untuk menganalisis tingkat partisipasi konsumsi berbagai jenis kacang-kacangan, dan jumlah konsumsinya. Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data electronic file dari data konsumsi pangan dan sosial ekonomi Riskesdas 2010 yang dikumpulkan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan, mencakup sejumlah 16714 subjek anak usia 2-6 tahun yang memenuhi kriteria. Subjek dikelompokkan pada usia 2-3 tahun dan 4-6 tahun. Pengumpulan data konsumsi pangan menggunakan metode *recall* 24 jam. Data konsumsi pangan khususnya konsumsi kacang-kacangan dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui tingkat partisipasi konsumsi yang dinyatakan dalam persentase subjek yang mengkonsumsi; dan jumlah konsumsi masing-masing jenis kacang-kacangan yang dinyatakan dalam gram konsumsi perkapita perhari. Hasil analisis menunjukkan tingkat partisipasi konsumsi kacang-kacangan pada anak usia 2-6 tahun secara keseluruhan adalah 31.0%. Tingkat partisipasi konsumsi tempe, tahu, bubur kacang hijau, kacang kedelai, kacang tanah, kacang lainnya berturut-turut adalah 21.1%, 11.4%, 0.9%, 0.1%, 2.8%, dan 1.0%. . Tingkat partisipasi konsumsi tempe dan tahu pada anak usia 4-6 tahun lebih tinggi dibanding anak usia 2-3 tahun baik pada laki-laki maupun perempuan. Rata-rata jumlah konsumsi kacang-kacangan pada anak usia 2-6 tahun adalah 57.3±42.0 gram/kapita/hari pada subjek yang mengonsumsi atau 21.3±27.6/capita/day pada semua subjek. Rata-rata jumlah konsumsi tempe, tahu, bubur kacang hijau, kacang kedelai, kacang tanah, kacang lainnya pada anak yang mengonsumsi kacang-kacangan berturut-turut adalah 53.8±32.2, 62.9±44.9, 138.4±100.3, 30.3±23.2, 36.0±24.6, 51.2±43.4 gram/kapita/hari. Rata-rata jumlah konsumsi kacang-kacangan menurut jenis kacang relatif sama antara laki-laki dan perempuan. Rata-rata jumlah konsumsi tempe dan tahu pada kelompok usia 4-6 tahun lebih tinggi dibanding 2-3 tahun.

**Kata Kunci :** Kacang-kacangan, tahu, tempe, anak

## PENDAHULUAN

Konsumsi pangan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi status gizi dan kesehatan seseorang dan masyarakat. Pemenuhan kebutuhan gizi secara optimal sejak masa anak turut menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak. Gizi yang baik sejak usia dini yang dicerminkan secara sederhana dari ukuran berat dan tinggi badan yang sesuai standar pada umurnya, akan melindungi anak dari berbagai penyakit infeksi, penyakit kronis, meningkatkan kemampuan belajar dan dalam jangka panjang meningkatkan produktivitas kerja serta mencegah kematian dini.

Masalah kesehatan masyarakat sudah dianggap serius bila prevalensi kurus antara 10.0-14.0 persen, dan dianggap kritis bila  $\geq 15.0$  persen. Pada tahun 2013, secara nasional prevalensi kurus pada anak balita masih 12.1 persen, yang artinya masalah kurus di Indonesia masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius. Disamping itu prevalensi gizi kurang dan gizi buruk pada anak Indonesia juga masih relatif tinggi yaitu sebesar 19.6% (Riskesmas 2013), masalah ini bisa disebabkan oleh rendahnya konsumsi energi dan protein. Salah satu upaya mengatasi masalah gizi kurang pada anak adalah dengan meningkatkan konsumsi pangan anak agar kebutuhan gizinya terpenuhi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Almatsier *et al.* 2011). Dengan demikian perlu pemberian makan) yang tepat dan memadai sesuai anjuran Gizi Seimbang pada setiap anak

Kementerian kesehatan tahun 2014 baru saja mengeluarkan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) yang pada visualisasinya menunjukkan adanya lima kelompok pangan yaitu makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah serta minuman. Hal ini dimaksudkan bahwa untuk memenuhi kebutuhan gizi seseorang secara baik dapat dipenuhi dari mengonsumsi kelima kelompok pangan tersebut. Setiap kelompok pangan memiliki keunggulan kandungan zat gizi dan komponen fungsional masing-masing. Di dalam komponen lauk-pauk termasuk didalamnya kacang-kacangan dan olahannya antara lain, tempe, tahu, oncom, dan lain-lain. Kacang-kacangan merupakan pangan sumber protein nabati. Pangan protein nabati mempunyai keunggulan mengandung proporsi lemak tidak jenuh yang lebih banyak dibanding pangan hewani. Juga mengandung beragam fitokimia seperti isoflavon yang turut berfungsi sebagai antioksidan; serta mengandung serat pangan yang turut melancarkan buang air besar (Potter NN dan Hotchkiss JH 1997).

Sampai saat ini, belum pernah ada analisis data skala nasional mengenai konsumsi kacang-kacangan khususnya pada anak usia 2-6 tahun. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis konsumsi kacang-kacangan pada anak usia 2-6 tahun di Indonesia. Secara khusus penelitian ditujukan untuk menganalisis tingkat partisipasi konsumsi kacang-kacangan; dan menganalisis pola konsumsi kacang-kacangan pada anak usia 2-6 tahun di Indonesia.

## METODE

### Desain, Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilakukan dengan mengolah data sekunder dari hasil penelitian Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010. Desain yang digunakan pada penelitian tersebut adalah *cross sectional study* dan dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pengumpulan data Riskesdas 2010 dilakukan oleh tenaga terlatih dengan kualifikasi minimal tamat D3 kesehatan di beberapa daerah dari bulan Juni 2010 sampai dengan Agustus 2010. Proses pengolahan, analisis dan interpretasi data untuk penelitian ini dilakukan mulai bulan Mei sampai dengan Juni 2014 di Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA) Institut Pertanian Bogor, Darmaga, Jawa Barat.

### Jumlah dan Cara Pengambilan Sampel

Penelitian ini menggunakan sampel yang berasal dari data Riskesdas 2010. Populasi dalam Riskesdas 2010 adalah seluruh rumah tangga biasa yang mewakili 33 provinsi. Sampel rumah tangga dalam Riskesdas 2010 dipilih berdasarkan *listing* Sensus Penduduk (SP) 2010. Proses pemilihan rumah tangga dilakukan Badan Pusat Statistik (BPS) dengan *two stage sampling* yaitu pemilihan sampel dengan dua tahap. Selanjutnya Riskesdas mengambil 2800 blok sensus (BS) yang telah dikumpulkan BPS melalui SP 2010 dengan 70000 rumah tangga. Secara keseluruhan, jumlah sampel Riskesdas 2010 yang berasal dari 2798 blok sensus adalah 69300 rumah tangga dengan jumlah anggota rumah tangga sebanyak 251388 orang. Kriteria sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel berusia 2-6 tahun dalam kondisi sehat, dan konsumsi harian normal (tidak puasa, diet, sakit, dan lain-lain). Selanjutnya dilakukan proses *cleaning* data terhadap data berat badan, tinggi badan, dan konsumsi pangan yang tidak lengkap. Setelah melalui proses *cleaning*, total sampel dalam penelitian ini sebanyak 16 675 anak usia 2-6 tahun dengan jumlah anak laki-laki sebanyak 8403 dan anak perempuan sebanyak 8272.

### Pengolahan dan Analisis Data

Data diperoleh dalam bentuk *electronic file* berupa *entry* data dan hasil pengolahan Riskesdas 2010. Data yang dikumpulkan terdiri dari karakteristik subjek dan konsumsi pangan (jumlah pangan dan jenis pangan) yang dikumpulkan menggunakan metode *food recall* 1x24 jam. Pengolahan dan analisis data menggunakan *Microsoft Excel* dan SPSS. Proses pengolahan data meliputi *editing*, *cleaning*, dan analisis. Proses *cleaning* data dilakukan untuk memperoleh data yang sesuai dengan variabel yang ditentukan. Analisis data dilakukan secara deskriptif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Sosial Ekonomi

Karakteristik sosial ekonomi kelurang subjek pada penelitian ini meliputi daerah tempat tinggal, pendidikan ibu, pendidikan ayah, pekerjaan ibu, pekerjaan ayah, dan status ekonomi. Berdasarkan hasil uji statistik deskriptif diketahui bahwa sebagian besar anak usia 2-6 tahun bertempat tinggal di daerah perdesaan dengan persentase sebesar 51.3%. Anak laki-laki yang

tinggal di perdesaan lebih banyak (51.7%) dibandingkan dengan anak perempuan (51.1%). Jumlah anak usia 2-6 tahun yang tinggal di perkotaan sebesar 48.7% dimana persentase anak perempuan lebih tinggi (48.9%) dibandingkan dengan laki-laki (48.3%) (Tabel 1).

Ibu dari anak usia 2-6 tahun sebagian besar berpendidikan terakhir tidak tamat/tamat SD/MI (70.4%). Sebagian lainnya berpendidikan terakhir SMP/MTS (16.1%) dan SMA/MA/PT (13.5%). Hal ini juga terjadi pada ayah anak usia 2-6 tahun dimana sebagian besar ayah berpendidikan terakhir tidak tamat/tamat SD/MI (68.6%). Sebagian lainnya berpendidikan terakhir SMP/MTS (23.9%) dan SMA/MA/PT (7.4%). Sebanyak 53.8% ibu anak usia 2-3 tahun tidak bekerja/sekolah, 20.4% sebagai petani/nelayan/buruh, 11.5% sebagai wiraswasta/layan jasa/dagang, 9.2% lainnya dan 5% sebagai TNI/POLRI/PNS. Sebagian besar ayah anak usia 2-6 tahun (44.9%) bekerja sebagai petani/nelayan/buruh. Sebanyak 30.8% ayah anak usia 2-6 tahun bekerja sebagai wiraswasta/layan jasa/dagang, 10.3% tidak bekerja/sekolah, 10.0% TNI/POLRI/PNS dan 4.0% lainnya.

Sebagian besar anak usia 2-6 tahun (27.1%) memiliki status ekonomi pada kuintil 1. Persentase anak usia 2-6 tahun yang memiliki status ekonomi pada kuintil 2 sebanyak 22.1%, kuintil 3 sebanyak 20.5%, kuintil 4 sebanyak 17.6% dan kuintil 5 sebanyak 12.7%. Status ekonomi dinyatakan dalam kuintil; semakin rendah tingkat kuintil menunjukkan semakin rendah tingkat pendapatan keluarga, begitu pula sebaliknya.

Status ekonomi, pendidikan, dan pekerjaan orang tua memiliki pengaruh yang positif terhadap konsumsi pangan terutama kacang-kacangan. Hal ini berkaitan dengan semakin tinggi tingkat pengetahuan dan akses individu terhadap pangan maka semakin baik asupan gizi yang diperoleh. Hal ini sesuai dengan Hardinsyah (2007) yang menyatakan bahwa keragaman konsumsi pangan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pengetahuan gizi dan daya beli pangan. Karakteristik sosial ekonomi anak usia 2-6 tahun menurut jenis kelamin disajikan pada

Tabel 1 Sebaran anak usia 2-6 tahun menurut jenis kelamin dan sosial ekonomi

Sosial Ekonomi	Jenis Kelamin				Total	
	Laki laki		Perempuan		n	%
	n	%	n	%		
<b>Wilayah</b>						
Perkotaan	4062	48.3	4054	48.9	8116	48.7
Perdesaan	4341	51.7	4218	51.1	8559	51.3
<b>Total</b>	<b>8403</b>	<b>100.0</b>	<b>8272</b>	<b>100.0</b>	<b>16675</b>	<b>100.0</b>
<b>Pendidikan Ibu</b>						
Tidak sekolah/SD/MI	5879	70.0	5860	70.8	11754	70.4
SMP/MTS	1380	16.4	1310	15.8	2707	16.1
SMA/MA/PT	1144	13.6	1102	13.3	2248	13.5
<b>Total</b>	<b>8403</b>	<b>100.0</b>	<b>8272</b>	<b>100.0</b>	<b>16675</b>	<b>100.0</b>
<b>Pendidikan Ayah</b>						
Tidak sekolah/SD/MI	5798	69.0	5640	68.2	11438	68.6
SMP/MTS	1999	23.8	1993	24.1	3992	23.9
SMA/MA/PT	606	7.2	639	7.7	1245	7.4

Sosial Ekonomi	Jenis Kelamin				Total	
	Laki laki		Perempuan		n	%
	n	%	n	%		
Total	8403	100.0	8272	100.0	16675	100.0
Pekerjaan Ibu						
TNI/Polri/PNS	393	4.7	448	5.4	841	5.0
Wiraswasta/layan jasa/dagang	961	11.4	961	11.6	1922	11.5
Petani/nelayan/buruh	1741	20.7	1661	20.1	3402	20.4
Tidak bekerja/sekolah	4525	53.8	4451	53.8	8976	53.8
Lainnya	783	9.3	751	9.1	1534	9.2
Total	8403	100.0	8272	100.0	16675	100.0
Pekerjaan Ayah						
TNI/Polri/PNS	835	9.9	833	10.1	1668	10.0
Wiraswasta/layan jasa/dagang	2562	30.5	2569	31.1	5131	30.8
Petani/nelayan/buruh	3793	45.1	3702	44.8	7495	44.9
Tidak bekerja/sekolah	859	10.2	851	10.3	1710	10.3
Lainnya	354	4.2	317	3.8	671	4.0
Total	8403	100.0	8272	100.0	16675	100.0
Status Ekonomi						
Kuintil 1	2304	27.4	2209	26.7	4513	27.1
Kuintil 2	1845	22.0	1846	22.3	3691	22.1
Kuintil 3	1701	20.2	1718	20.8	3419	20.5
Kuintil 4	1488	17.7	1443	17.4	2931	17.6
Kuintil 5	1065	12.7	1056	12.8	2121	12.7
Total	8403	100.0	8272	100.0	16675	100.0

### Pola Konsumsi Pangan

Pola konsumsi pangan anak usia 2-6 tahun berasal dari sembilan kelompok pangan yang terdiri dari padi-padian, umbi-umbian, pangan hewani, minyak dan lemak, buah/biji berminyak, kacang-kacangan, gula, sayur dan buah, dan lain-lain. Rata-rata konsumsi pangan anak usia 2-6 tahun sebagian besar berasal dari kelompok pangan lain-lain sebanyak 658.7±115.8 gram. Kelompok pangan lain-lain terdiri atas air putih maupun minuman lain yang dikonsumsi serta bumbu seperti garam, kecap, sambal, dan lain-lain. Rata-rata konsumsi pangan kelompok padi-padian sebanyak 372.8±68.1 gram, pangan hewani sebanyak 20.8±35.3 gram, sayur dan buah sebanyak 67.5±39.6 gram. Konsumsi kelompok pangan gula, umbi-umbian, kacang-kacangan dan buah/biji berminyak berturut-turut sebanyak 27.1±87.8 gram, 20.8±35.3 gram, 21.3±27.6 gram, dan 1.3±106.6 gram. Kelompok pangan yang paling sedikit dikonsumsi anak usia 2-6 tahun adalah minyak dan lemak dengan rata-rata konsumsi sebanyak 0.4±7.9 gram. Kelompok pangan minyak dan lemak terdiri atas minyak kelapa, minyak sawit, margarin, dan lemak hewani. Berikut ini disajikan Tabel 2 sebaran dan rata-rata konsumsi pangan menurut 9 kelompok pangan, jenis kelamin dan kelompok usia.

Tabel 2 Rata-rata, standar deviasi (median) konsumsi pangan anak 2-6 tahun menurut jenis kelamin, usia dan kelompok pangan

Kelompok Pangan (g)	Laki-laki		Perempuan		Total
	2-3 tahun	4-6 tahun	2-3 tahun	4-6 tahun	
mean ± SD (med)					
Padi-padian	333.1±62.7 (100.0)	400.3±70.1 (100.0)	323.3±60.3 (100.0)	393.9±70.8 (100)	372.8±68.1 (100.0)
Umbi- Umbian	18.7±29.8 (20.0)	22.8±39.1 (25.0)	16.5±28.7 (20.0)	22.3±36.6 (25.0)	20.8±35.3 (25.0)
Pangan Hewani	106.3±37.6 (30.0)	98.2±31.7 (50.0)	104.4±37.2 (30.0)	94.2±32.3 (50.0)	99.4±34.3 (40.0)
Minyak dan Lemak	0.4±8.3 (5.0)	0.4±8.4 (5.0)	0.3±7.3 (5.0)	0.4±7.5 (5.0)	0.4±7.9 (5.0)
Buah/biji berminyak	1.1±112.6 (20.0)	2.0±121.6 (25.0)	0.9±88.5 (20.0)	1.1±90.6 (20)	1.3±106.6 (20)
Kacang- kacangan	17.4±25.4 (25.0)	22.9±26.7 (30.0)	19.3±32.7 (25.0)	23.1±26.7 (30.0)	21.3±27.6 (30.0)
Gula	22.5±89.0 (100.0)	29.4±85.6 (200)	21.8±88.2 (100.0)	30.1±87.7 (200)	27.1±87.8 (200)
Sayur dan Buah	60.2±36.2 (50.0)	71.6±40.1 (50.0)	58.2±34.4 (50)	72.3±42.9 (50)	67.5±39.6 (50)
Lain-lain	624.3±114.7 (200.0)	678.9±117.2 (200.0)	609.1±113.0 (200)	684.0±116.3 (200.0)	658.7±115.8 (200)

### Tingkat Partisipasi Konsumsi Kacang-Kacangan

Konsumsi berbagai jenis kacang-kacangan anak 2-6 tahun dikelompokkan menjadi enam kelompok kacang-kacangan. Keenam kelompok tersebut adalah tempe, tahu, bubur kacang hijau, kacang kedelai, kacang tanah, dan kacang lainnya. Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat partisipasi konsumsi kacang-kacangan pada anak usia 2-6 tahun secara keseluruhan sebesar 31.0%. Selanjutnya, tingkat partisipasi konsumsi tempe, tahu, bubur kacang hijau, kacang kedelai, kacang tanah, kacang lainnya berturut-turut adalah 21.1%, 11.4%, 0.9%, 0.1%, 2.8%, dan 1.0%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tempe menjadi salah satu makanan yang paling banyak dikonsumsi oleh subjek sedangkan kacang kedelai adalah jenis kacang-kacangan yang paling sedikit dikonsumsi. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat partisipasi konsumsi tempe dan tahu pada anak usia 4-6 tahun lebih tinggi dibanding anak usia 2-3 tahun baik pada laki-laki maupun perempuan. Partisipasi konsumsi kacang-kacangan pada anak perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki baik pada usia 2-3 tahun maupun pada usia 4-6 tahun (Tabel 3).

Tabel 3 Tingkat partisipasi konsumsi kacang-kacangan menurut jenis kelamin dan kelompok umur

Kacang-Kacangan	Laki-Laki		Perempuan		Total
	2-3 Tahun	4-6 Tahun	2-3 Tahun	4-6 Tahun	2-6 tahun
	n(%)				
Tempe	562 (18.8)	1188 (21.9)	560 (19.3)	1221 (22.6)	3531 (21.1)
Tahu	297 (9.9)	632 (11.6)	323 (11.1)	646 (12.0)	1898 (11.4)
Bubur kacang hijau	32 (1.1)	41 (0.8)	38 (1.3)	45 (0.8)	156 (0.9)
Kacang kedelai	4 (0.1)	6 (0.1)	1 (0.0)	8 (0.1)	19 (0.1)
Kacang tanah	76 (2.5)	137 (2.5)	94 (3.2)	153 (2.8)	460 (2.8)
Kacang lainnya	33 (1.1)	56 (1.0)	25 (0.9)	48 (0.9)	162 (1.0)
Total	842(28.2)	1714(31.6)	864(29.8)	1760(32.6)	5180(31.0)

### Konsumsi Kacang-Kacangan

Salah satu kelompok pangan yang dikonsumsi oleh anak usia 2-6 tahun adalah pangan sumber protein yaitu kacang-kacangan. Secara keseluruhan, rata-rata jumlah konsumsi kacang-kacangan pada anak usia 2-6 tahun adalah  $57.3 \pm 42.0$  gram/kapita/hari pada subjek yang mengonsumsi. Bila dihitung terhadap semua subjek rata-rata jumlah konsumsi kacang-kacangan pada anak usia 2-6 tahun adalah  $21.3 \pm 27.6$ /capita/day pada semua subjek. Jika dilihat menurut kelompok pangan kacang-kacangan maka rata-rata jumlah konsumsi tempe, tahu, bubur kacang hijau, kacang kedelai, kacang tanah, kacang lainnya berturut-turut adalah  $53.8 \pm 32.2$ ,  $62.9 \pm 44.9$ ,  $138.4 \pm 100.3$ ,  $30.3 \pm 23.2$ ,  $36.0 \pm 24.6$ ,  $51.2 \pm 43.4$  gram/kapita/hari (Tabel 4). Rata-rata jumlah konsumsi kacang-kacangan menurut jenis kacang relatif sama antara laki-laki dan perempuan. Rata-rata jumlah konsumsi tempe dan tahu pada kelompok usia 4-6 tahun lebih tinggi dibanding kelompok usia 2-3 tahun. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo *et al* (2013), jumlah konsumsi kacang-kacangan pada anak usia 2-6 tahun mencapai 90% dari kebutuhan ideal PPH. Hal ini menunjukkan bahwa kontribusi kacang-kacangan sudah cukup baik. Kacang-kacangan merupakan salah satu pangan sumber protein. Menurut Assis *et al* (2004), asupan energi, protein dan lemak menjadi salah satu faktor resiko terjadinya stunting pada anak-anak.

Tabel 4 Mean, standar deviasi (median) konsumsi kacang-kacangan menurut jenis kelamin dan kelompok umur

Kacang-Kacangan	Laki-Laki		Perempuan		Total
	2-3 Tahun	4-6 Tahun	2-3 Tahun	4-6 Tahun	2-6 tahun
	mean±SD (med)				
Tempe	47.6±26.1 (50)	57.4±33.8 (50)	46.8±28.2 (50)	56.4±34.0 (50)	53.8±32.2 (50)
Tahu	58.0±42.6 (50)	68.0±48.2 (50)	58.6±39.6 (50)	62.5±44.8 (50)	62.9±44.9 (50)
Bubur kacang hijau	110.2±92.5 (100)	131.0±89.6 (100)	161.6±116.7 (100)	145.6±97.5 (100)	138.4±100.3 (100)
Kacang kedelai	26.3±16.0 (27.5)	23.3±26.0 (10)	50.0±0.0 (50)	35.0±25.8 (32.5)	30.3±23.2 (20)
Kacang tanah	35.3±20.4 (30)	33.9±20.4 (30)	35.8±23.5 (25)	38.3±30.0 (30)	36.0±24.6 (30)
Kacang lainnya	53.3±50.3 (40)	51.9±46.4 (42.5)	47.4±41.5 (40)	51.0±36.3 (50)	51.2±43.4 (40)
Rata-rata konsumsi terhadap subjek yang mengonsumsi	51.81±38.1 (50)	60.28±42.3 (50)	53.7±44.4 (50)	58.7±42.1 (50)	57.3±42.0 (50)
Rata-rata konsumsi terhadap total subjek	17.4±25.4 (25)	22.9±26.7 (30)	19.3±32.7 (25)	23.1±26.7 (30)	21.3±27.6 (30)

#### KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan tingkat partisipasi konsumsi kacang-kacangan pada anak usia 2-6 tahun di Indonesia masih rendah, yaitu 31.0% dari semua subjek. Tingkat partisipasi konsumsi tempe adalah yang tertinggi diantara enam jenis kelompok kacang-kacangan (tempe, tahu, bubur kacang hijau, kacang kedelai, kacang tanah, kacang lainnya), berikutnya adalah tahu. Jumlah konsumsi kacang-kacangan rata-rata perkapita pada anak usia 2-6 tahun di Indonesia masih rendah, yaitu 21.3±27.6/capita/day terhadap semua subjek. Jenis kacang-kacangan yang paling banyak dikonsumsi oleh anak usia 2-6 tahun adalah bubur kacang hijau kemudian disusul tahu, dan tempe. Disarankan perlunya pengembangan produk berbasis kedelai secara tunggal atau dikombinasikan dengan pangan lain yang cocok dan disukai anak, dan promosi manfaat kesehatan berbagai produk kedelai bagi anak dalam konteks gizi seimbang.



## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier Sunita *et al.* 2011. Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Assis AMO, Prado MS, Baretto ML *et al.* 2004. Childhood stunting in Northeast Brazil : The Role of *Schistosoma mansoni* infection and inadequate dietary intake. European JCN, 58, 1022 - 1029.
- Hardinsyah. 2007. Review faktor determinan keragaman konsumsi pangan. Jurnal Gizi dan Pangan. 2(2): 55-74.
- [Kemenkes RI]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2010. Laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2010. Jakarta : Kementerian Kesehatan
- \_\_\_\_\_ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. Laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013. Jakarta : Kementerian Kesehatan
- \_\_\_\_\_ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta : Kementerian Kesehatan
- Potter NN dan Hotchkiss JH. 1997. Food Science. Chapman and Hall. International Thomson Publishing. New York.
- Prasetyo TJ, Hardinsyah, Sinaga T. 2013. Konsumsi Pangan dan Gizi serta Skor Pola Pangan Harapan pada Anak Usia 2-6 Tahun di Indonesia. Jurnal Gizi dan Pangan, 8(3), 159-166