



**PERILAKU MAKAN RUMAH TANGGA BURUH TANI DI DESA
SUMBERJATI, KECAMATAN SILO, KABUPATEN JEMBER**

*diajukan untuk memenuhi bagian persyaratan memperoleh gelar sarjana pada
Program Studi Kesehatan Masyarakat*

SKRIPSI

Oleh:

Fadila Yulian Nur Fathimatuz Zahro

NIM 222110101127

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JEMBER
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
PEMINATAN GIZI KESEHATAN MASYARAKAT
JEMBER
2026**



**PERILAKU MAKAN RUMAH TANGGA BURUH TANI DI DESA
SUMBERJATI, KECAMATAN SILO, KABUPATEN JEMBER**

*diajukan untuk memenuhi bagian persyaratan memperoleh gelar sarjana pada
Program Studi Kesehatan Masyarakat*

SKRIPSI

Oleh:

Fadila Yulian Nur Fathimatuz Zahro

NIM 222110101127

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JEMBER
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
PEMINATAN GIZI KESEHATAN MASYARAKAT
JEMBER
2026**

PERSEMBAHAN

Segala puji Syukur dilimpahkan kepada Allah SWT yang telah memberikan kekuatan dan kemudahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Perilaku Makan Rumah Tangga Buruh Tani di Desa Sumberjati, Kecamatan Silo*”. Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Kedua orang tua penulis, ayah dan bunda yang dengan ketulusan, kesabaran, dan kasih sayang yang tak terhitung telah membimbing penulis. Terimakasih atas setiap doa yang dipanjatkan, setiap nasihat yang diberikan, dan setiap pengorbananan yang mengiringi langkah penulis hingga mampu menyelesaikan skripsi ini.
2. Kepada kedua adik penulis, Haqii dan Fian yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan tidak pernah berhenti dalam membersamai selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Kepada teman teman semasa perkuliahan, advokkie. Terimakasih sudah membersamai penulis dan selalu memberi dukungan, selalu membersamai, dan bisa selalu saling pada setiap hal.

MOTTO

"Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu."

(QS. Al Baqarah:152)¹

¹ Kementerian Agama Republik Indonesia, "QS. Al-Baqarah ayat 152", diakses pada 17 juni 2026, dari <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/2?from=152&to=152>

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fadila Yulian Nur Fathimatuz Zahro

NIM : 2222110101127

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul: *Perilaku Makan Rumah Tangga Buruh Tani di Desa Sumberjati Kecamatan Silo* adalah benar – benar hasil karya sendiri, kecuali jika dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya, dan belum pernah diajukan pada institusi manapun, serta bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas kebasahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, 17 Juli 2026

Fadila Yulian Nur Fathimatuz Zahro

222110101127



HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul *Perilaku Makan Rumah Tangga Buruh Tani di Desa Sumberjati Kecamatan Silo* telah diuji dan disetujui oleh Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember pada:

Hari : Rabu

Tanggal : 8 Juli 2026

Tempat : Fakultas Kesehatan Masyarakat

Pembimbing

1. Pembimbing utama

Nama: Nur Fitri Widya Astuti, S. Gz, M.PH

NIP : 199010062019032015

Tanda tangan

(.....)

Penguji

1. Penguji Utama

Nama: Dhuha Itsnanisa Adi, S. Gz., M.Kes

NIP : 199005062019032017

(.....)

2. Penguji Anggota 1

Nama: Erdi Istiaji S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP : 197606132008121002

(.....)

3. Penguji Anggota 2

Nama: Syafrilia Fillaili, S.KM

NIP : 199404062022032003

(.....)

RINGKASAN

Perilaku Makan Rumah Tangga Buruh Tani di Desa Sumberjati Kecamatan Silo Kabupaten Jember : Fadila Yulian Nur Fathimatuz Zahro; 40 halaman; Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember.

Malnutrisi masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia, salah satunya dipengaruhi oleh perilaku makan rumah tangga yang meliputi pemilihan makanan, food coping strategy dan pola makan. Rumah tangga buruh tani merupakan kelompok rentan karena pendapatan yang tidak tetap dan keterbatasan akses terhadap pangan bergizi. Studi pendahuluan di Desa Sumberjati, Kecamatan Silo, Kabupaten Jember menunjukkan bahwa rumah tangga buruh tani berada pada kategori tidak tahan pangan ringan hingga sedang, memiliki pola makan kurang beragam dengan konsumsi lauk hewani yang rendah, serta menunjukkan variasi status gizi berupa underweight, overweight, dan double burden of malnutrition. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi perilaku makan rumah tangga buruh tani yang meliputi pemilihan makanan, food coping strategy, pola makan, dan status gizi rumah tangga di Desa Sumberjati.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Informan penelitian terdiri atas 2 informan kunci, 5 informan utama, dan 5 informan tambahan yang ditentukan menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan pengukuran antropometri. Analisis data dilakukan menggunakan *thematic content analysis* melalui proses transkripsi, *coding*, kategorisasi tema, dan triangulasi sumber untuk meningkatkan kredibilitas data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemilihan makanan rumah tangga buruh tani dipengaruhi oleh kondisi ekonomi, kebiasaan makan, kepraktisan, kondisi kesehatan, dan kebutuhan anggota keluarga. Pola makan rumah tangga cenderung kurang beragam dengan dominasi nasi, sayuran, tahu, tempe, dan ikan asin sebagai makanan sehari-hari. Konsumsi lauk hewani dan buah masih rendah serta umumnya hanya dikonsumsi pada kondisi tertentu. Dalam menghadapi

keterbatasan pangan, rumah tangga menerapkan berbagai *food coping strategy* seperti mengurangi kualitas makanan, mengurangi konsumsi lauk hewani, memanfaatkan sayuran liar di sekitar sawah, memasak sekali untuk konsumsi satu hari penuh, serta membeli bahan pangan secara berhutang ketika kondisi ekonomi sedang sulit.

Hasil pengukuran antropometri menunjukkan bahwa sebagian besar anggota rumah tangga memiliki status gizi normal, namun masih ditemukan anggota keluarga dengan status gizi kurus, *overweight*, obesitas, gizi buruk, dan stunting. Temuan tersebut menunjukkan bahwa status gizi anggota rumah tangga buruh tani dipengaruhi oleh interaksi antara kondisi sosial ekonomi, pola makan, distribusi makanan dalam rumah tangga, serta *food coping strategy* yang dilakukan secara terus-menerus. Penelitian ini menyimpulkan bahwa perilaku makan rumah tangga buruh tani merupakan bentuk adaptasi terhadap keterbatasan sumber daya yang dapat berdampak pada munculnya masalah gizi kurang maupun gizi lebih dalam rumah tangga.

SUMMARY

Eating Behavior of Agricultural Labor Households in Sumberjati Village, Silo District, Jember Regency; Fadila Yulian Nur Fathimatuz Zahro; 40 pages; Public Health Study Program, Faculty of Public Health, Universitas Jember.

Malnutrition remains a public health challenge in Indonesia, one of which is influenced by household eating behavior, including food choice, food coping strategies, and dietary patterns. Agricultural laborer households are considered a vulnerable group due to unstable income and limited access to nutritious food. A preliminary study conducted in Sumberjati Village, Silo District, Jember Regency showed that agricultural laborer households were categorized as experiencing mild to moderate food insecurity, had less diverse dietary patterns with low consumption of animal-source foods, and exhibited variations in nutritional status, including underweight, overweight, and double burden of malnutrition. Therefore, this study aims to explore the eating behavior of agricultural laborer households, including food choice, food coping strategies, dietary patterns, and household nutritional status in Sumberjati Village.

This study employed a qualitative design with a phenomenological approach. The participants consisted of 2 key informants, 5 main informants, and 5 supporting informants selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observation, and anthropometric measurements. Data analysis was conducted using thematic content analysis involving transcription, coding, theme categorization, and source triangulation.

The findings revealed that food selection was influenced by economic conditions, eating habits, practicality, health conditions, and family needs. Household dietary patterns were generally monotonous, dominated by rice, vegetables, tofu, tempeh, and salted fish, while the consumption of animal-source foods and fruits remained low. To cope with food limitations, households adopted several food coping strategies, including reducing food quality, reducing animal-source food consumption, utilizing wild vegetables around rice fields, cooking once

for an entire day, and purchasing food on credit during difficult economic conditions.

Anthropometric measurements indicated that most household members had normal nutritional status, although cases of undernutrition, overweight, obesity, severe malnutrition, and stunting were also identified. These findings suggest that nutritional status is influenced by the interaction of socioeconomic conditions, dietary patterns, food distribution within households, and food coping strategies. This study concludes that eating behavior among agricultural labor households represents an adaptive response to limited resources and may contribute to both undernutrition and overnutrition problems within the same household.

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga proposal skripsi yang berjudul “Perilaku Makan Rumah Tangga Buruh Tani di Desa Sumberjati, Kecamatan Silo” ini dapat diselesaikan. Proposal skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat. Penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Farida Wahyu Ningtyas, S.KM., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember;
2. Ibu Dr. Elok Permatasari, S.KM., M.Kes., selaku Koordinator Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Jember;
3. Bapak Abu Khoiri, S.KM., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Akademik;
4. Ibu Nur Fitri Widyastuti, S,Gz., M.PH., selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah membimbing dan memberikan arahan selama penyusunan proposal skripsi ini;
5. Seluruh dosen dan staf Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember yang telah membantu penulis selama proses perkuliahan;
6. Kepada kedua orang tua penulis yang selalu hadir dengan doa, dukungan, dan semangat di setiap proses yang penulis jalani. Kepada teman – teman saya, Annisa, Acrhietta, Ghina, Hajar, Maul, Nadia, Uci, dan teman teman lain yang menemani, dan memberikan semangat selama penyusunan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca.

Jember, 17 Juli 2026

Penulis

DAFTAR ISI

PERSEMBAHAN.....	ii
MOTTO	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
RINGKASAN	vi
SUMMARY.....	vii
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR NOTASI	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Batasan Masalah.....	3
1.4. Tujuan Penelitian.....	3
1.5. Manfaat Penelitian	4
1.6. Keaslian Penelitian.....	4
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1. Status Gizi	5
2.2. Penilaian Status Gizi	5
2.3. Perilaku Makan	6
2.4. Pola Makan	10
2.5. Karakteristik dan Sosial Ekonomi Rumah Tangga Buruh Tani	10
2.6. Kerangka berpikir.....	12
BAB 3. METODE PENELITIAN.....	13
3.1. Desain Penelitian.....	13
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	13
3.3. Informan Penelitian.....	13
3.4. Fokus Penelitian	14
3.5. Data dan Sumber Data	15
3.6. Teknik dan Instrumen.....	15
3.7. Uji Kredibilitas dan Uji Dependabilitas	16
3.8. Analisis Data	16
3.9. Prosedur Penelitian Data	16
3.10. Laik Etik Penelitian.....	16
BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN	17
4.1. Karakteristik Informan.....	17
4.2. Perilaku Makan Rumah Tangga Buruh Tani	19
4.3. Status Gizi	33
BAB 5 KESIMPULAN, KETERBATASAN DAN SARAN	38
5.1. Kesimpulan	38

5.2.	Keterbatasan Penelitian.....	39
5.3.	Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA.....		40
LAMPIRAN.....		43

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori balita	6
Tabel 2.2 Kategori anak dan remaja	6
Tabel 2.3 Kategori dewasa	6
Tabel 3.1 Fokus penelitian	14
Tabel 4.1 Karakteristik informan kunci	17
Tabel 4.2 Karakteristik informan utama	17
Tabel 4.3 Karakteristik informan tambahan	19
Tabel 4.4 Porsi sekali makan rumah tangga buruh tani	29
Tabel 4.4 Status gizi rumah tangga buruh tani	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Food choice model</i>	7
Gambar 4.1 Bantuan rumah tangga buruh tani	18
Gambar 4.3 Pemanfaatan tanaman kenikir	21
Gambar 4.2 Jenis makan rumah tangga buruh tani	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Keaslian penelitian	43
Lampiran 3.1 Prosedur Penelitian	43
Lampiran 3.2 Lembar <i>informed consent</i>	43
Lampiran 3.3 Alur pemilihan informan	43
Lampiran 3.4 Alur penelitian	43
Lampiran 3.5 Panduan wawancara informan kunci	43
Lampiran 3.6 Panduan wawancara informan utama	43
Lampiran 3.7 Panduan wawancara informan tambahan	43
Lampiran 3.8 Laik etik penelitian	43
Lampiran 3.9 Lembar Observasi.....	43
Lampiran 3.10 Dokumentasi wawancara	43
Lampiran 4.1 Daftar Pustaka.....	43

DAFTAR NOTASI

/ : Garis Miring
, : Koma
% : Persen
“ ” : Tanda Petik
- : Tanda Strip
? : Tanda Tanya
. : Titik
: : Titik Dua
() : Tutup Kurung

DAFTAR SINGKATAN

Singkatan	Keterangan
BPS	Badan Pusat Statistik
PPID	Pejabat Pengelola Informasi dan Dokumentasi
WHO	<i>World Health Organization</i>
IK	Informan Kunci
IU	Informan Utama
IT	Informan Tambahan
FAO	<i>Food and Agriculture Organization</i>