

Penganekaragaman Bahan Pangan Sebagai Strategi Mempertahankan Daya Tahan Tubuh Di Masa Pandemi Covid-10

Bakti Widyaningrum^{1*}, Octaviana Helbawanti², Nisa Khoerunisa³, Astri Srigustini⁴

bakti.widyaningrum@unsil.ac.id^{1*}, octaviana@unsil.ac.id²

^{1,4}Program Studi Pendidikan Ekonomi

²Program Studi Agribisnis

³Program Studi Ilmu Politik

^{1,2,3,4}Universitas Siliwangi

Received: 18 11 2021. Revised: 31 03 2022. Accepted: 08 04 2022.

Abstract : Food diversification can be done to support the fulfillment of individual calorie and nutritional needs in order to carry out activities properly. The purpose of community service activities is that participants can understand the concepts of the Nutrient Adequacy Number (RDA) and Energy Adequacy Number (AKE), the preparation of food composition according to the recommendation of the Ministry of Health's "Isi Piringku", healthy food processing, and the use of applications to calculate calories in maintaining health. body during the Covid-19 pandemic. The method used consisted of counseling and lectures, demonstration of tools, tutorials and practice of preparing a varied and nutritionally balanced diet. PKK women from Kelurahan Ciakar who were participants in the activity were able to arrange "Isi Piringku" consisting of carbohydrate (2/3 of plate), vegetables (2/3 of plate), fruits (1/3 of plate) and side dishes (1/3 of plate). Diversification is practiced by participants using non-rice food ingredients and the use of the FatSecret application on the menu.

Keywords : Food, Diversification, Calori.

Abstrak : Penganekaragaman bahan pangan dapat dilakukan untuk mendukung pemenuhan kebutuhan kalori dan nutrisi individu agar dapat beraktivitas dengan baik. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat yaitu peserta dapat memahami konsep Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan Angka Kecukupan Energi (AKE), penyusunan komposisi makanan sesuai anjuran "Isi Piringku" Kemenkes RI, pengolahan bahan pangan yang sehat, dan penggunaan aplikasi untuk menghitung kalori dalam menjaga kesehatan tubuh di masa pandemi Covid-19. Metode yang digunakan terdiri dari penyuluhan dan ceramah, peragaan alat, tutorial dan praktik penyusunan menu makan beragam dan gizi seimbang. Ibu-ibu PKK Kelurahan Ciakar yang merupakan peserta kegiatan mampu menyusun "Isi Piringku" terdiri dari karbohidrat (2/3 dari ½ piring), sayuran (2/3 dari ½ piring), buah-buahan (1/3 dari ½ piring) dan lauk pauk (1/3 dari ½ piring). Penganekaragaman dipraktikkan oleh peserta menggunakan bahan pangan non-beras dan penggunaan aplikasi *fat secret* pada menu makan.

Kata kunci : Pangan, Penganekaragaman, Kalor.

ANALISIS SITUASI

Peraturan Menteri Pertanian (Permentan) No. 43 Tahun 2009 tentang Gerakan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan (P2KP) Berbasis Sumber Daya Lokal menjadi program untuk mewujudkan konsumsi pangan beragam dan bergizi seimbang. Setiap bahan pangan memiliki kandungan nutrisi mikro dan makro yang dibutuhkan oleh tubuh. Nutrisi mikro dan makro yang dibutuhkan tubuh banyak jenisnya, sehingga pemenuhan nutrisi tidak dapat diperoleh dari konsumsi satu jenis bahan pangan. Konsumsi bahan pangan tertentu yang sama secara terus menerus dapat menyebabkan defisiensi nutrisi maupun *over* nutrisi yang kemudian dapat menjadi pemicu penyakit degeneratif seperti diabetes, stroke, dan kanker. Berdasarkan penelitian (Handayani et al., 2019; Mani, 2020) permasalahan dalam mewujudkan P2KP yaitu tingkat pengetahuan, rendahnya teknik pengolahan bahan pangan non-beras (makanan camilan) dan dominasi pangan pokok dari beras.

Pandemi Covid-19 menuntut masyarakat untuk mampu mempertahankan kondisi kesehatan agar tidak mengalami penurunan daya tahan tubuh. Menurut (Badan Pusat Statistik (BPS), 2020) konsumsi pangan masyarakat pada awal pandemi, mengalami penurunan dibanding tahun 2019. Konsumsi kalori penduduk pada Maret 2020 yaitu 2.112,06 kkal lebih rendah dibandingkan Maret 2019 yaitu 2.120,52 kkal. Penurunan konsumsi kalori terjadi pada komoditas Padi-padian, Ikan, Sayur-sayuran, Buah-buahan, Bahan Minuman, Bumbu-bumbuan, Bahan makanan lainnya, dan Makanan dan Minuman Jadi sehingga secara keseluruhan konsumsi kalori pada Maret 2020 mengalami penurunan yaitu sebesar 8,46 kkal. Kalori dalam makanan dan minuman terdiri dari bermacam nutrisi seperti karbohidrat, protein, gula, dan lemak. Setiap nutrisi memiliki jumlah kalori yang berbeda. Kalori yang diperoleh dari makanan dan minuman akan diubah menjadi energi melalui proses metabolisme. Energi tersebut akan digunakan untuk mendukung kinerja dan fungsi berbagai organ tubuh. Sisa kalori yang tidak diubah menjadi energi akan disimpan dalam tubuh sebagai jaringan lemak. Kondisi pandemi yang menyebabkan kurangnya aktivitas di luar rumah akibat adanya pembatasan dan kebijakan *working from home* meningkatkan risiko penumpukan lemak dan gula, sehingga pengaturan menu makan penting dalam menjaga kesehatan tubuh.

Komposisi jenis dan kualitas pangan sebagian besar ditentukan oleh peran ibu dalam suatu rumah tangga. Ibu berperan dalam melakukan pemilihan dan pengolahan bahan pangan untuk dikonsumsi anggota rumah tangga (Putranto & Taofik, 2014). Tingkat pendidikan dan pengetahuan dapat mempengaruhi dalam pemilihan dan pengolahan bahan pangan. Orientasi aktivitas konsumsi nasi yang mengutamakan tujuan kenyang merupakan salah satu

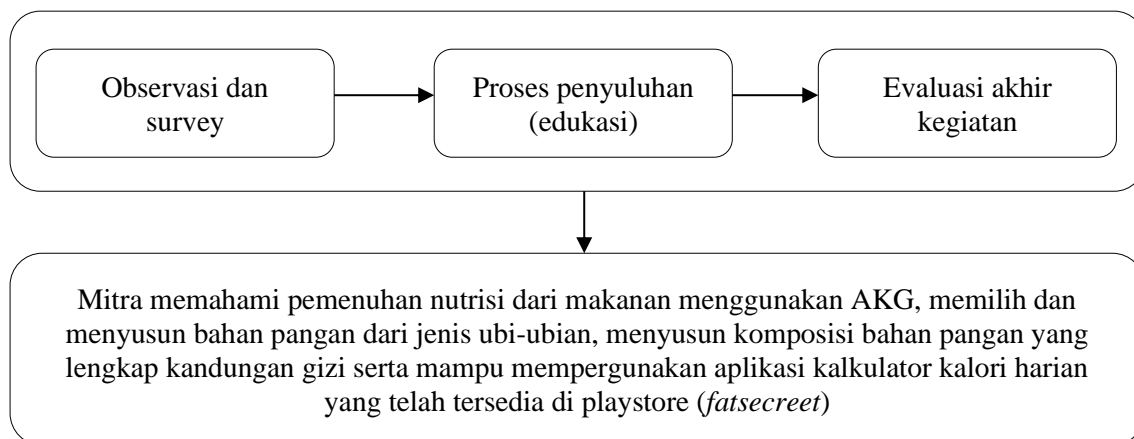
permasalahan dalam program penganekaragaman pangan. Berdasarkan (Heck et al., 2020), jagung dan kacang dapat menyediakan unsur mikro nutrisi secara signifikan seperti vitamin A, zat besi, dan zat seng. Konsep “Isi Piringku” oleh Kemenkes dapat digunakan untuk menyusun menu beragam dan seimbang agar bagian nasi dapat dikurangi. Proporsi nasi saat ini masih mendominasi asupan energi dan frekuensi makan, sehingga kontribusi energi untuk kecukupan energi masih rendah (Adha & Suseno, 2020; Joseph, 2017).

Edukasi penganekaragaman bahan pangan di tingkat rumah tangga sangat diperlukan untuk mengubah pola konsumsi dan orientasi konsumsi pangan masyarakat. Tim Pengabdian Kepada Masyarakat pada Program Ketahanan Pangan Internal Universitas Siliwangi Periode 2021 melakukan edukasi penganekaragaman pangan pada rumah tangga di Kelurahan Ciakar Kecamatan Cibereum Kota Tasikmalaya dengan peserta yaitu Ibu-Ibu Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) Kelurahan Ciakar. Tahap survey menunjukkan masyarakat masih menerapkan konsumsi beras menjadi pangan pokok utama dan memiliki proporsi yang lebih besar atau lebih dari 50% komposisi dalam satu piring dibanding bahan pangan lain seperti sayur, buah, dan lauk. Anggapan nasi dapat lebih cepat untuk kenyang merupakan tujuan konsumsi pangan masyarakat. Mitra belum memahami pengaturan komposisi bahan pangan berdasar kebutuhan nutrisi, Ukuran Rumah Tangga (URT), dan cara pengolahan makanan sehat merupakan masalah yang mendorong tim pengabdian masyarakat perlu untuk melakukan edukasi penganekaragaman pangan di tingkat rumah tangga. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat adalah masyarakat dapat memahami pentingnya penganekaragaman pangan melalui konsep Angka Kecukupan Gizi (AKG), penyusunan komposisi makanan sesuai anjuran “Isi Piringku” Kemenkes, pengolahan bahan pangan, dan penggunaan kalkulator kalori untuk menjaga kesehatan tubuh di masa pandemi Covid-19.

SOLUSI DAN TARGET

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dalam tiga tahapan meliputi: 1) observasi dan survey pada kelompok ibu-ibu PKK Kelurahan Ciakar; 2) proses penyuluhan atau edukasi; dan 3) evaluasi yang dilakukan mulai tanggal 7 Mei 2021 sampai 19 September 2021 (gambar 1). Target kegiatan yaitu mitra memahami pemenuhan nutrisi dari makanan menggunakan Angka Kecukupan Gizi (AKG), memilih dan menyusun bahan pangan dari jenis ubi-ubian, menyusun komposisi bahan pangan yang lengkap kandungan gizi (karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air), dan mampu mempergunakan aplikasi kalkulator kalori harian yang telah tersedia di playstore (*fatsecret*). Berdasarkan penelitian (Afriyanti et al., 2020; Risanti et

al., 2016; Sriningsih, 2020), penyuluhan dan edukasi merupakan cara yang efektif dalam mempercepat program penganekaragaman pangan karena menjadi sarana pemecahan masalah, praktik dan pelatihan, informasi inovasi dan teknologi, dan sarana konsultasi melalui komunikasi yang efektif.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bidang ketahanan pangan berupaya untuk memberikan solusi agar mampu bertahan di masa pandemi Covid-19 khususnya untuk menjaga kesehatan melalui pengaturan jenis bahan pangan yang mencukupi kebutuhan kalori. Mitra diberikan penyuluhan dan praktik penghitungan kalori melalui konsumsi bahan pangan mengandung karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air yang tepat. Mitra ditargetkan memperoleh pemahaman dan perubahan cara pandang mitra pentingnya menghitung kandungan kalori bahan pangan dapat mempertahankan kesehatan tubuh di masa pandemi. Tujuan kondisi tubuh yang terpenuhi kebutuhan kalori dengan tepat agar tidak mengalami obesitas maupun defisiensi gizi. Anggapan pola konsumsi asal mengenyangkan merupakan permasalahan gizi yang dihadapi mitra, sehingga perlu edukasi dan praktik memahami AKG, penganekaragaman pangan, dan penghitungan kalori agar mencapai kecukupan gizi tubuh.

METODE PELAKSANAAN

Metode dan prosedur dalam melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari penyuluhan, ceramah atau edukasi, tutorial, dan praktik. Prosedur tahapan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut.

Tahap pertama adalah Penyuluhan dan ceramah. Konsep pemenuhan kebutuhan nutrisi melalui pemahaman Angka Kecukupan Gizi (AKG) dilakukan dengan penyuluhan dan

ceramah. Materi yang diberikan yaitu Angka Kecukupan Energi (AKE), Protein, Lemak dan Karbohidrat (Per Orang Per Hari) berdasarkan kelompok umur dan berat badan berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019 (Kementerian Kesehatan, 2019). Mitra diberikan pemahaman perbandingan nutrisi yang dikonsumsi dengan AKG yang dianjurkan. Materi bahan pangan alternatif selain beras diberikan melalui penyuluhan dan ceramah untuk memperluas pengetahuan macam bahan pangan seperti singkong, ketela, kentang, dan jagung.

Tahap kedua adalah Penyuluhan dan peragaan. Komposisi menu pangan bergizi seimbang diberikan melalui metode penyuluhan dan peragaan. Metode penyuluhan digunakan untuk memberi edukasi susunan “Isi Piringku” yang menunjukkan proporsi sayur dan buah sebesar 50% dan bagian karbohidrat dan protein juga sebesar 50%. Peserta diberi paparan peragaan menyusun menu makanan menggunakan media gambar kemudian dirangkai sesuai konsep “Isi Piringku”. Tahap ketiga adalah Tutorial dan praktik. Tutorial merupakan kegiatan pembimbingan dalam menggunakan kalkulator kalori. Peserta dipandu dalam menggunakan aplikasi kalkulator AKG *FatSecret* yaitu memasukkan bahan pangan dalam menu makan pagi, makan siang, makan malam, dan camilan. Peserta kemudian diberikan tugas untuk mempraktikkan penyusunan menu makan bergizi seimbang di rumah masing-masing dan melaporkan menu makanan dalam bentuk foto.

HASIL DAN LUARAN

Kegiatan dilaksanakan pada hari Senin, 23 Agustus 2021 di Balai Desa Ciakar, Kecamatan Cibeureum, Kota Tasikmalaya. Peserta terdiri dari 2 kelompok ibu-ibu PKK yang berjumlah 20 orang. Peserta datang mengisi daftar hadir kemudian diberikan Seminar Kit (*Handout, Ballpoint, Notebook*), perlengkapan protokol kesehatan (masker disposable, masker kain, dan *handsanitizer*), dan satu set alat dan bahan peraga untuk praktik peserta di rumah yang terdiri dari tepung singkong, tiwul kering, kentang, dan jagung.



Gambar 2. Registrasi dan Penyerahan Perlengkapan untuk Praktik

Pelaksanaan pengabdian masyarakat mengikuti peraturan Kota Tasikmalaya dalam kategori PPKM Level 3, sehingga berlakukan protokol kesehatan dengan ketat, jarak peserta diatur minimal 1 meter, dan tidak diperkenankan membuka masker selama kegiatan berlangsung. Kegiatan diawali dengan sambutan dari Lurah Ciakar Bapak Ruslan, dan ketua PKK Kelurahan Ciakar lalu dilanjutkan dengan kegiatan inti edukasi peningkatan gizi rumah tangga melalui diversifikasi bahan pangan di masa pandemi Covid-19. Kegiatan edukasi ini dibagi menjadi tiga tahapan, tahap pertama pemaparan materi dan edukasi melalui *slide*, tahap ke dua praktik menggunakan peraga dan kalkulator gizi, tahap ketiga praktik menyusun menu makanan bergizi di rumah masing-masing dan hasil praktik dikirim oleh peserta melalui grup *whatsapp*.



Gambar 3. Pembukaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

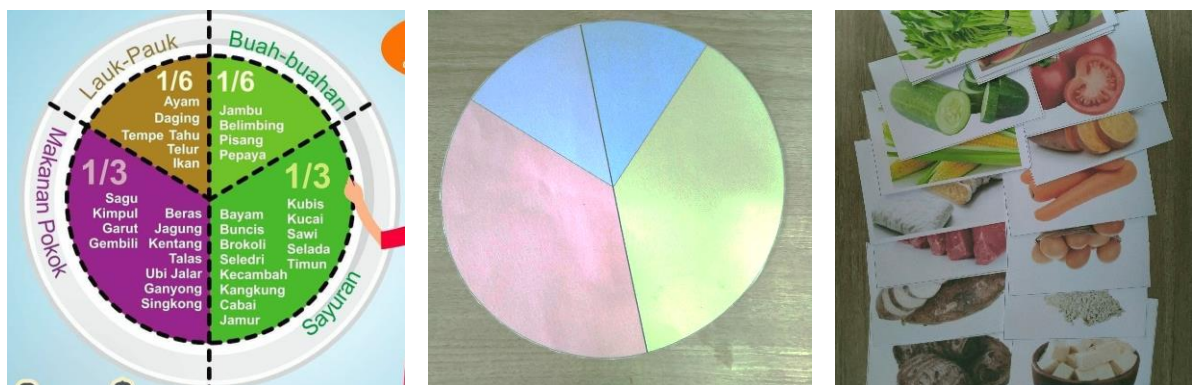
Peserta Memahami AKG dan Mengetahui Kebutuhan Kalori Harian. Kebutuhan kalori minimal tubuh dan organ untuk dapat berfungsi dengan baik disebut BMR (*Basal Metabolic Rate*) merupakan pengertian dasar yang dipaparkan pada peserta dalam pemahaman materi AKG. Untuk mencukupi kalori harian berdasarkan AKG dibutuhkan nutrisi dalam jumlah besar yang disebut makro nutrisi dan nutrisi dalam jumlah kecil yang disebut mikro nutrisi yang harus ada di dalam setiap waktu makan peserta. Angka Kecukupan Energi (AKE), protein, lemak, dan karbohidrat per orang dibedakan berdasarkan jenis kelamin, berat badan, dan kelompok umur. Kandungan nutrisi makanan dapat dihitung menggunakan Ukuran Rumah Tangga (URT) bahan makanan seperti sendok, ikat, genggam, telapak tangan, gelas, mangkok, dan sebagainya. Peserta diberikan edukasi URT agar sesuai konsep “Isi Piringku” dengan memperkirakan kandungan nutrisi berdasar berat bahan pangan. Misalnya daging 1 potong sedang memiliki berat 50 gram mengandung 95 kkalori, 10 gram protein dan 6 gram lemak, setengah sendok makan minyak goreng memiliki berat 5 gram mengandung 45 kkalori dan 5 gram lemak, dua buah sedang kentang memiliki berat 200 gram mengandung 175 kkalori, 4 gram protein, 40

gram karbohidrat. Perkiraan ukuran bahan pangan dapat mengatur nutrisi yang masuk ke tubuh agar sesuai dengan kebutuhan.



Gambar 4. Pemberian Contoh URT Bahan Pangan Menggunakan Ukuran Tangan

Peserta Dapat Menyusun Menu Makan Gizi Seimbang. Dalam pedoman makan gizi seimbang dari pemerintah terjadi pergeseran dari empat sehat lima sempurna ke dalam tumpeng gizi seimbang yang direpresentasikan menjadi “Isi Piringku”. Isi piringku terdiri dari makanan pokok atau karbohidrat ($\frac{2}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring), sayuran ($\frac{2}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring), buah-buahan ($\frac{1}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring) dan lauk pauk ($\frac{1}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring). Kebutuhan lemak yang disarankan oleh Kemenkes RI per hari per orang menggunakan Ukuran Rumah Tangga (URT) adalah 5 sendok makan, 1 sendok teh sodium, dan 4 sendok gula. Makanan yang disajikan di meja makan selain berpedoman pada isi piringku juga harus mempertimbangkan kualitas serta cara memasak agar tidak ada kelebihan dalam mengonsumsi lemak, gula dan sodium.

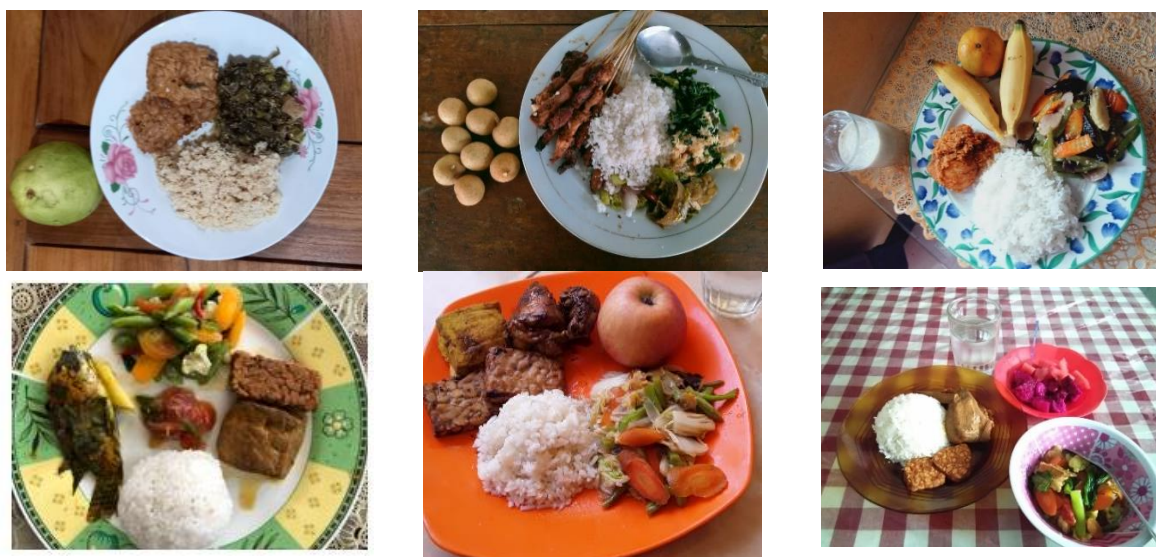


Gambar 5. Konsep “Isi Piringku” Kemenkes RI dan Alat Peraga Tim Pengabdian



Gambar 6. Pengolahan Bahan Pangan dengan Cara Direbus dan Dikukus

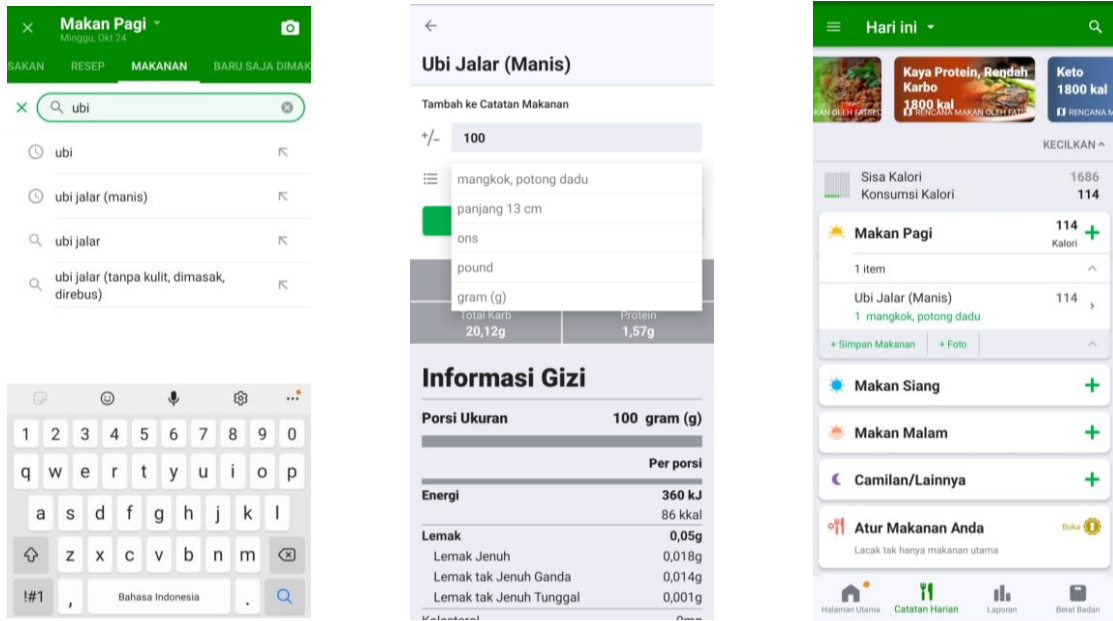
Peserta Memahami Penganekaragaman Pangan dengan Memilih Sumber Pangan Alternatif. Peserta diberikan literasi tentang ketahanan pangan dengan penganekaragaman sumber pangan disertai contoh kombinasi menu pangan. Materi kegiatan pengabdian masyarakat memaparkan olahan pangan non-beras dan pelengkapanya seperti gulai singkong, sambal goreng kentang, tiwul kukus, lodeh ketela dan singkong, dan nasi jagung beserta sayur dan lauk. Untuk mengevaluasi apakah peserta sudah menguasai atau belum, peserta diminta mempraktikkan menu makanan dengan sumber pangan alternatif di rumah masing-masing dan mengirimkan gambar hasil kombinasi makanan melalui media whatsapp group.



Gambar 7. Hasil Praktik Peserta Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Peserta Dapat Menggunakan Kalkulator Asupan Kalori (FatSecret). Tim pengabdian masyarakat melakukan tutorial dan praktik menghitung nilai gizi dan kalori tiap bahan pangan pada menu makan. Peserta juga diberikan materi berupa rekaman layar (video) tahapan dan cara menggunakan aplikasi *fat secreet* serta pendampingan dari tim untuk melihat kandungan makanan yang dikonsumsi melalui kalkulator asupan kalori *fat secreet*. Aplikasi dapat menunjukkan konsumsi kalori dan sisa maupun kelebihan kalori dalam satu hari. Jika aplikasi

terdapat sisa kalori maka menunjukkan individu masih dapat mengkonsumsi makanan untuk memenuhi kalori yang dianjurkan tersebut. Jika aplikasi menunjukkan nilai kalori yang lebih dari anjuran kecukupan maka perlu dilakukan pengaturan menu makan baik dari jenis dan kuantitasnya.



Gambar 8. Proses Praktik Menghitung Kalori Hariannya melalui Aplikasi Fatsecret

Luaran Kegiatan Pengabdian Masyarakat. Kegiatan pengabdian edukasi peningkatan gizi rumah tangga melalui penganekaragaman pangan di masa pandemic Covid-19 di kelurahan Ciakar telah diupload di dalam social media Tiktok dengan alamat link: <https://vt.tiktok.com/ZSeYmbStt/>. Video yang terunggah dapat bermanfaat dalam menyebarkan informasi terkait penganekaragaman konsumsi pangan. Kegiatan edukasi peningkatan gizi rumah tangga melalui penganekaragaman pangan di masa pandemic Covid-19 di kelurahan Ciakar yang terselenggara pada tanggal 23 Agustus 2021 telah dimuat Radar Tasikmalaya pada berita sore (surat kabar di dalam lampiran) pada tanggal 24 Agustus 2021 dengan tangkapan layar sebagai berikut:



Gambar 9. Tangkapan Layar Publikasi di Media Radar Tasikmalaya

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pada tahap survei yaitu melakukan diskusi dengan ibu PKK Kelurahan Ciakar untuk mengetahui ketergantungan konsumsi rumah tangga pada beras. Pada tahap survey ini diperoleh ternyata masyarakat masih menjadikan beras sebagai pangan pokok utama dan mengkonsumsinya dengan proporsi lebih besar dari yang dianjurkan oleh Kemenkes RI. Ketergantungan pada satu jenis bahan pangan yaitu beras dapat menimbulkan masalah defisiensi atau *over* nutrisi. Penyuluhan, ceramah atau edukasi, dan praktik merupakan metode yang digunakan untuk mencapai tujuan kegiatan yaitu memahami pentingnya penganekaragaman pangan melalui konsep Angka Kecukupan Gizi (AKG), penyusunan komposisi makanan sesuai anjuran “Isi Piringku” Kemenkes RI, pengolahan bahan pangan, dan penggunaan kalkulator kalori untuk menjaga daya tahan tubuh di masa pandemi Covid-19.

DAFTAR RUJUKAN

- Adha, A. S. A., & Suseno, S. H. (2020). Pola Konsumsi Pangan Pokok dan Kontribusinya Terhadap Tingkat Kecukupan Energi Masyarakat Desa Sukadamai (Food Consumption Pattern And Its Contribution to Nutrient Adequacy Ratio of Sukadamai Villagers). *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 2(6), 988–995.
- Afriyanti, A., Hartati, S., Handayani, C. B., Asmoro, N. W., & Nurahmawati, F. (2020). IbM Diversifikasi Pangan “Pemanfaatan Pangan Lokal” bagi Siswa SMK N 2 Sukoharjo. *IJECS: Indonesian Journal of Empowerment and Community Services*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/10.32585/ijecs.v1i1.777>
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). *Konsumsi Kalori dan Protein Penduduk Indonesia dan Provinsi Tahun 2020*.
- Handayani, M., Sayekti, W. D., & Ismono, R. H. (2019). Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga pada Desa Pelaksana dan Bukan Pelaksana Program Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan (P2KP) di Kabupaten Prongsewu. *JIIA*, 7(1), 28–35.
- Heck, S., Campos, H., Barker, I., Okello, J. J., Baral, A., Boy, E., Brown, L., & Birol, E. (2020). Resilient Agri-Food Systems for Nutrition Amidst COVID-19: Evidence and Lessons from Food-Based Approaches to Overcome Micronutrient Deficiency and Rebuild Livelihoods After Crises. *Food Security*, 12(4), 823–830. <https://doi.org/10.1007/s12571-020-01067-2>
- Joseph, G. H. (2017). Analysis of Food Consumption in North Sulawesi Province. *Jurnal Ilmiah Sains*, 17(2), 177–188.

- Kementerian Kesehatan. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*.
- Mani, B. (2020). Evaluasi Pelaksanaan Program Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan di Kecamatan Mattiro Sompe Kabupaten Pinrang. *Jurnal Pendidikan Teknologi Pertanian*, 6(1), 131–142.
- Putranto, K., & Taofik, A. (2014). Pola Diversifikasi Konsumsi Pangan Masyarakat Adat Kampung Cireundeu Kota Cimahi Jawa Barat. *Jurnal Istek*, 8(1), 159–181.
- Risanti, R., Suwanto, S., & Widiyanti, E. (2016). Persepsi Wanita Tani terhadap Gerakan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan (P2KP) di Kabupaten Kendal. *AGRISTA*, 4(3), 353–366.
- Sriningsih, F. (2020). Pengaruh Peran dan Kompetensi Penyuluh Pendamping Terhadap Keberhasilan Gerakan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan (P2Kp) Tahun 2014 Dalam Mendukung Ketahanan Pangan Di Kabupaten Klaten. *Jurnal Khazanah Intelektual*, 2(2), 172–189. <https://doi.org/10.37250/newkiki.v2i2.23>