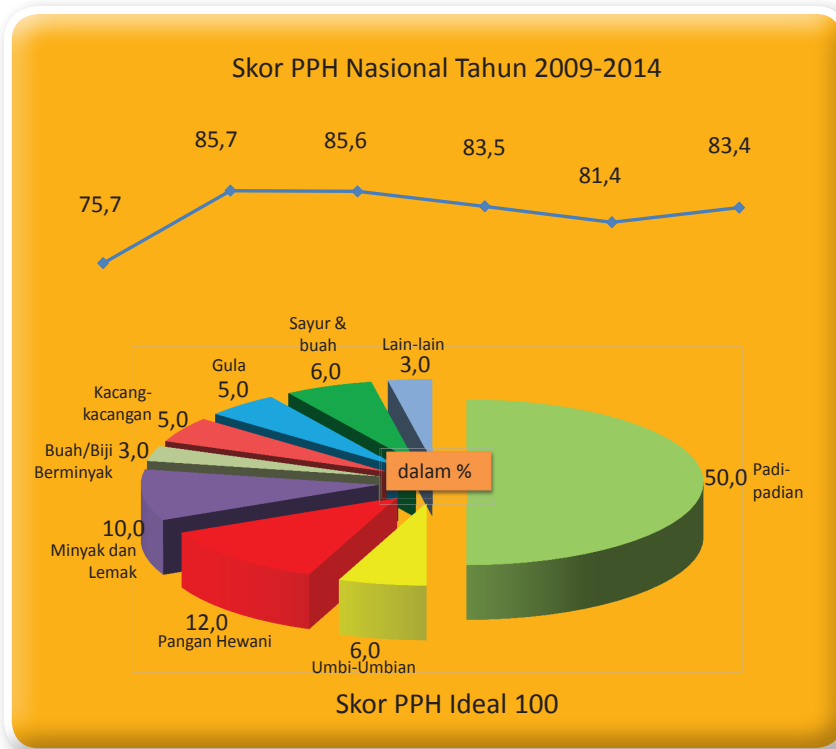


PANDUAN PENGHITUNGAN POLA PANGAN HARAPAN (PPH)



**BADAN KETAHANAN PANGAN
KEMENTERIAN PERTANIAN
2015**



KATA PENGANTAR

Indikator kualitas konsumsi pangan ditunjukkan oleh skor Pola Pangan Harapan (PPH) yang dipengaruhi oleh keragaman dan keseimbangan konsumsi antar kelompok pangan. PPH biasanya digunakan untuk perencanaan konsumsi, kebutuhan dan penyediaan pangan yang ideal di suatu wilayah.

Pentingnya pencapaian skor PPH tersebut diamanatkan oleh Undang-Undang (UU) Nomor 18 tahun 2012 tentang Pangan dan Peraturan Pemerintah No 17 Tahun 2015 tentang Ketahanan Pangan dan Gizi. Selanjutnya indikator PPH digunakan sebagai indikator kinerja di bidang ketahanan pangan yang ditetapkan dalam RPJMN 2015-2019.

Terkait dengan hal tersebut, pencapaian Skor PPH merupakan indikator kunci yang perlu diukur dan dianalisis secara periodik, baik ditingkat pusat dan di daerah. Oleh karena itu, maka disusun **“Buku Panduan Penghitungan Pola Pangan Harapan (PPH)”** sebagai acuan untuk memudahkan pengukuran skor PPH baik di pusat maupun daerah. Buku panduan ini diharapkan dapat berguna bagi semua pihak yang memerlukannya, khususnya aparat yang menangani ketahanan pangan.

Jakarta, Desember 2015

Tim Penyusun



DAFTAR ISI

A. Pendahuluan	
a. Latar Belakang	1
b. Pengertian, Tujuan, dan Kegunaan Pola Pangan Harapan(PPH)	2
B. Konsep Dasar Pola Pangan Harapan	5
a. Konsep Pola Pangan Harapan	5
b. Metodologi Penghitungan PPH	6
C. Jenis Data Konsumsi Pangan	9
a. Data Konsumsi Pangan	9
b. Data Pendukung Analisis Konsumsi Pangan	10
D. Prosedur Penghitungan Pola Pangan Harapan ..	11
1. Pengelompokkan pangan	11
2. Konversi bentuk, jenis, dan satuan	12
3. Menghitung sub total kandungan energi menurut kelompok pangan	13
4. Menghitung total energi aktual seluruh kelompok pangan.....	14
5. Menghitung kontribusi energi dari setiap kelompok pangan terhadap total energi aktual (%)	14
6. Menghitung kontribusi energi setiap kelompok pangan terhadap Angka Kecukupan Energi (%AKE)	15
7. Menghitung skor aktual	16
8. Menghitung skor AKE.....	16
9. Menghitung skor PPH	16
10. Menghitung total skor Pola Pangan Harapan (PPH)	17
Daftar Pustaka.....	19

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Susunan Pola Pangan Harapan Nasional.....	8
Tabel 2. Pengelompokan Pangan.....	11



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pembobotan dalam Kelompok Pangan PPH..... 7



I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pemenuhan kebutuhan pangan seyogyanya tidak hanya ditekankan pada aspek kuantitas, tetapi juga memperhatikan kualitasnya, termasuk keragaman pangan dan keseimbangan gizi. Konsumsi pangan yang beragam sangat penting karena tubuh memerlukan 45 jenis zat gizi yang dapat diperoleh dari berbagai jenis makanan dan minuman. Sampai saat ini belum ada satu jenis pangan yang dapat memenuhi semua kebutuhan zat gizi tersebut.

Keragaman dan keseimbangan konsumsi pangan pada tingkat keluarga akan menentukan kualitas konsumsi pada tingkat wilayah, baik kabupaten/kota, provinsi, dan nasional. Kualitas konsumsi pangan penduduk ditingkat wilayah (makro) ini dicerminkan dengan skor Pola Pangan Harapan (PPH). Sedangkan di tingkat keluarga dan individu, asupan makanan sesuai prinsip konsumsi pangan Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman (B2SA) untuk memenuhi kebutuhan zat gizi dapat diketahui dengan melakukan penilaian konsumsi pangan, melalui pendekatan penghitungan porsi.

Saat ini, skor PPH telah menjadi indikator yang cukup strategis dan merupakan indikator kinerja dibidang ketahanan pangan yang tercantum dalam RPJMN 2009 - 2014 dan RPJMN 2015 - 2019. Pentingnya pencapaian skor PPH tersebut juga diamanatkan oleh Undang-Undang (UU) Nomor 18 tahun 2012 tentang Pangan dan

Peraturan Pemerintah No 17 Tahun 2015 tentang Ketahanan Pangan dan Gizi. Dalam pasal 60 UU No 18 tahun 2012 disebutkan bahwa Pemerintah dan Pemerintah Daerah berkewajiban mewujudkan penganeekaragaman konsumsi pangan untuk memenuhi kebutuhan gizi masyarakat. Tercapainya penganeekaragaman konsumsi pangan tersebut diukur melalui pencapaian nilai, komposisi, pola pangan dan gizi seimbang, dengan indikator yang ada saat ini adalah Pola Pangan Harapan (PPH).

Terkait dengan hal tersebut, pencapaian Skor Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan indikator kunci yang perlu diukur dan dianalisis secara periodik, baik ditingkat pusat dan di daerah, sesuai dengan amanat UU No 18 Tahun 2012 tersebut. Untuk memudahkan pengukuran Skor PPH baik di pusat maupun di daerah, maka perlu disusun panduan penghitungan Skor PPH.

B. Pengertian, Tujuan, dan Kegunaan Pola Pangan Harapan (PPH)

1. Pengertian

FAO-RAPA (1989) mendefinisikan PPH sebagai “komposisi kelompok pangan utama yang bila dikonsumsi dapat memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya”.

PPH merupakan susunan beragam pangan yang didasarkan atas proporsi keseimbangan energi dari berbagai kelompok pangan untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya, baik dalam jumlah maupun mutu dengan mempertimbangkan segi daya terima, ketersediaan pangan, ekonomi, budaya dan agama.


PPH merupakan instrumen sederhana untuk menilai situasi konsumsi pangan penduduk, baik jumlah maupun komposisi pangan menurut jenis pangan yang dinyatakan dalam skor PPH. Semakin tinggi skor PPH, konsumsi pangan semakin beragam dan bergizi seimbang (maksimal 100). Skor PPH merupakan indikator mutu gizi dan keragaman konsumsi pangan sehingga dapat digunakan untuk merencanakan kebutuhan konsumsi pangan pada tahun-tahun mendatang. PPH dapat digunakan sebagai pedoman dalam evaluasi dan perencanaan penyediaan, produksi dan konsumsi pangan penduduk, baik secara kuantitas, kualitas, maupun keragamannya dengan mempertimbangkan aspek sosial, ekonomi, budaya, agama dan cita rasa.

2. Tujuan

Tujuan dari Pola Pangan Harapan (PPH) adalah untuk menghasilkan suatu komposisi norma (standar) pangan guna memenuhi kebutuhan gizi penduduk, yang mempertimbangkan keseimbangan gizi (*nutritional balance*) berdasarkan : cita rasa (*palatability*), daya cerna (*digestability*), daya terima masyarakat (*acceptability*), kuantitas dan kemampuan daya beli (*affordability*).

3. Kegunaan

Kegunaan dari Pola Pangan Harapan (PPH) adalah sebagai berikut :

- 
- a. Untuk menilai situasi konsumsi atau ketersediaan pangan, baik jumlah dan komposisi/keragaman pangan.
 - b. Untuk perencanaan konsumsi atau ketersediaan pangan

II. KONSEP DASAR POLA PANGAN HARAPAN

A. Konsep Pola Pangan Harapan

Dalam melakukan penilaian terhadap konsumsi energi dan protein secara agregat, digunakan standar/Angka Kecukupan Gizi (AKG) hasil Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG). WNPG VIII tahun 2004 dan IX tahun 2008 menganjurkan AKG di tingkat konsumsi pangan sebesar 2.000 kilokalori/kapita/hari dan 52 gram/kapita/hari. AKG tersebut mengalami penyesuaian dalam WNPG X tahun 2012, dan telah ditetapkan dalam Permenkes Nomor 75 tahun 2013 sebesar 2.150 kilokalori/kapita/hari dan 57 gram/kapita/hari.

Untuk keperluan perencanaan dan evaluasi, AKG tersebut perlu diterjemahkan dalam satuan yang dikenal oleh para penyelenggara pangan menjadi volume bahan pangan atau kelompok pangan. PPH merupakan manifestasi konsep Gizi Seimbang yang didasarkan pada konsep Triguna Makanan. Keseimbangan jumlah antar kelompok pangan merupakan syarat terwujudnya keseimbangan gizi.

PPH merupakan susunan pangan yang benar-benar menjadi harapan baik di tingkat konsumsi maupun ketersediaan, serta dapat digunakan sebagai pedoman perencanaan dan evaluasi ketersediaan dan konsumsi pangan penduduk.

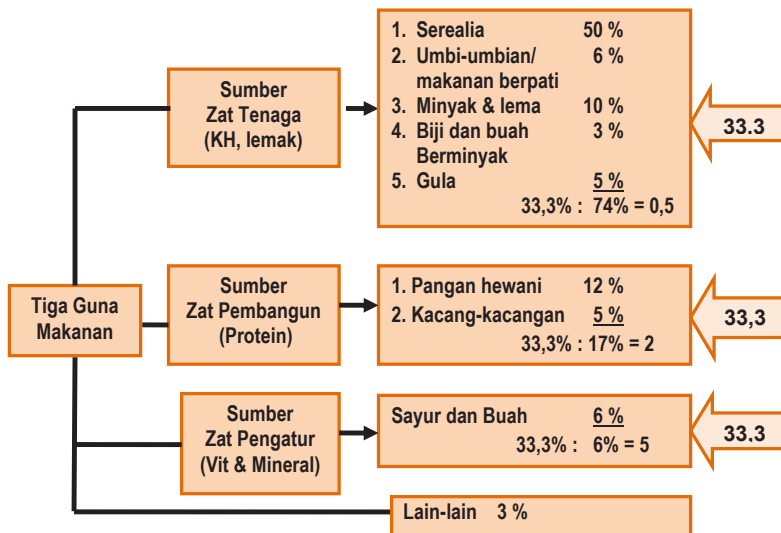
B. Metodologi Penghitungan PPH

Data yang digunakan dalam penghitungan skor PPH adalah data jumlah konsumsi energi per kelompok pangan. Proporsi konsumsi energi untuk masing-masing kelompok hasil kesepakatan Deptan tahun 2001 yaitu : (1) Padi-padian 50%, (2) Umbi-umbian 6%, (3) Pangan hewani 12%, (4) Minyak dan lemak 10%, (5) Buah dan biji berminyak 3%, (6) Kacang-kacangan 5%, (7) Gula 5%, (8) Sayur dan buah 6%, serta (9) Lain-lain (bumbu) 3%. Selanjutnya, berdasarkan hasil perkalian antara proporsi energi dari masing-masing kelompok pangan dengan masing-masing pembobotnya diperoleh skor PPH. Dalam konsep PPH akan diperoleh skor ideal sebesar 100, yang artinya kualitas konsumsi pangan penduduk disebut ideal apabila mempunyai skor PPH sebesar 100.

Dalam penghitungan skor PPH, setiap kelompok pangan diberi bobot yang didasarkan pada fungsi pangan dalam triguna makanan (sumber karbohidrat/zat tenaga, sumber protein/zat pembangun, serta vitamin dan mineral/zat pengatur). Ketiga fungsi zat gizi tersebut memiliki proporsi yang seimbang, masing-masing sebesar 33.3% (berasal dari 100% dibagi 3). Pembobotan tersebut adalah sebagai berikut:

- a) Untuk kelompok pangan sumber karbohidrat (padi-padian, umbi-umbian, minyak dan lemak, buah/biji berminyak, dan gula), total kontribusi energi (%AKG) adalah 74%. Bobot untuk kelompok pangan ini adalah 0.5 (berasal dari nilai 33.3% dibagi 74%).

- b) Untuk kelompok pangan sumber protein (kacang-kacangan dan pangan hewani) dengan total kontribusi energi 17%, diperoleh bobot 2.0 (berasal dari nilai 33.3% dibagi 17%).
- c) Untuk kelompok pangan sumber vitamin dan mineral (sayur dan buah) dengan total kontribusi energi 6%, diperoleh bobot 5.0 (berasal dari nilai 33.3% dibagi 6%).
- d) Kelompok pangan lainnya (aneka minuman dan bumbu) dengan kontribusi energi 3% akan diperoleh bobot 0.0 yang berasal dari nilai 0% dibagi 3. Bobot 0.0 untuk kelompok pangan lainnya didasarkan pada pertimbangan bahwa konsumsi bumbu dan minuman tidak dimaksudkan untuk memenuhi kebutuhan gizi.



Gambar 1. Pembobotan dalam Kelompok Pangan PPH

Susunan Pola Pangan Harapan Nasional seperti pada tabel 1.

Tabel 1. Susunan Pola Pangan Harapan Nasional*)

No	Kelompok Pangan	% AKG (FAO RAPA)	Pola Pangan Harapan Nasional				
			Gram	Energi (kkal)	% AKG	Bobot	Skor PPH
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
	Padi - padian	40.0 – 60.0	275	1075	50.0	0.5	25.0
	Umbi-umbian	0.0 – 8.0	100	129	6.0	0.5	2.5
	Pangan Hewani	5.0 – 20.0	150	258	12.0	2.0	24.0
	Minyak dan Lemak	5.0 – 15.0	20	215	10.0	0.5	5.0
	Buah/Biji Berminyak	0.0 – 3.0	10	64.5	3.0	0.5	1.0
	Kacang-kacangan	2.0 – 10.0	35	107.5	5.0	2.0	10.0
	Gula	2.0 – 15.0	30	107.5	5.0	0.5	2.5
	Sayur dan Buah	3.0 – 8.0	250	129	6.0	5.0	30.0
	Lain – lain	0.0 – 5.0	-	64.5	3.0	0.0	0.0
Jumlah				2150	100.0	-	100.0

Sumber : *) Harmonisasi PPH, Badan Ketahanan Pangan, 2015

III. JENIS DATA KONSUMSI PANGAN

Dalam rangka melaksanakan analisis konsumsi pangan diperlukan beberapa jenis data yaitu : 1) data konsumsi pangan dan 2) data pendukung pengolahan

A. Data Konsumsi Pangan

Data konsumsi pangan merupakan informasi tentang jenis pangan dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang pada waktu tertentu yang diperoleh melalui survei konsumsi pangan, baik berupa data primer atau sekunder, sebagai berikut:

1. Data Primer (Survei Konsumsi Pangan)

Secara umum data primer diperoleh melalui survei konsumsi pangan yang merupakan penjumlahan dari berbagai jenis makanan yang dikonsumsi seseorang (*food intake*/asupan makanan), yaitu makan pagi, siang, malam, termasuk makanan selingan dalam kurun waktu tertentu (24 jam). Jika pengumpulan data konsumsi pangan lebih dari satu hari maka konsumsi pangan per hari merupakan jumlah konsumsi pangan menurut jenisnya masing-masing dibagi dengan jumlah hari survei.

Pengumpulan data konsumsi pangan dapat dilakukan melalui metode kuantitatif, antara lain : (1) *food recall method* (metode mengingat-ingat); (2) *food weighing method* (metode penimbangan); (3) *food inventory method* (metode inventaris); dan (4) *food record method* (metode pencatatan). Metode

mengingat-ingat (*food recall*) merupakan metode yang sering digunakan dalam survei konsumsi pangan.

2. Data Sekunder (Survei Sosial Ekonomi Nasional)

Data hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) merupakan salah satu jenis data sekunder yang digunakan untuk analisis konsumsi pangan. Survei tersebut dilakukan oleh BPS setiap tahunnya yang terdiri dari data nasional, provinsi dan kabupaten/kota. Data yang dikumpulkan merupakan data konsumsi/ pengeluaran rumah tangga, mencakup konsumsi makanan dan bukan makanan. Untuk konsumsi/ pengeluaran makanan dikumpulkan data kuantitas dan nilainya, sesuai dengan rincian komoditas yang terdapat pada kuisioner Susenas.

B. Data Pendukung

Dalam analisis konsumsi pangan, khususnya menggunakan data survei konsumsi pangan, diperlukan data/instrumen pendukung, antara lain Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM), Daftar Ukuran Rumah Tangga (URT), Daftar Pangan Acuan, Daftar Konversi Perubahan Bentuk, Daftar Konversi Kode Kelompok Pangan PPH, Daftar Konversi Mentah Masak (MM), serta Daftar Konversi Penyerapan Minyak.

IV. PROSEDUR PENGHITUNGAN POLA PANGAN HARAPAN

Terdapat 10 langkah untuk menghitung skor dan komposisi PPH aktual (susunan PPH), sebagai berikut :

1. Pengelompokan pangan

Pangan yang dikonsumsi dikelompokkan menjadi 9 (sembilan) kelompok pangan yang mengacu pada standar Pola Pangan Harapan (PPH), yaitu sebagai berikut:

Tabel 2. Pengelompokan Pangan

No	Kelompok Pangan	Jenis Komoditas (kelompok PPH)
1	Padi-padian	beras dan olahannya, jagung dan olahannya, gandum dan olahannya
2	Umbi-umbian	ubi kayu dan olahannya, ubi jalar, kentang, talas, dan sagu (termasuk makanan berpati)
3	Pangan Hewani	daging dan olahannya, ikan dan olahannya, telur, serta susu dan olahannya
4	Minyak dan lemak	minyak kelapa, minyak sawit, margarin, dan lemak hewani
5	Buah/biji berminyak	kelapa, kemiri, kenari, dan coklat
6	Kacang-kacangan	kacang tanah, kacang kedelai, kacang hijau, kacang merah, kacang polong, kacang mete, kacang tunggak, kacang lain, tahu, tempe, tauco, oncom, sari kedelai, kecap

No	Kelompok Pangan	Jenis Komoditas (kelompok PPH)
7	Gula	gula pasir, gula merah, sirup, minuman jadi dalam botol/kaleng.
8	Sayur dan Buah	sayur segar dan olahannya, buah segar dan olahannya, termasuk emping
9	Lain-lain	aneka bumbu dan bahan minuman seperti terasi, cengkeh, ketumbar, merica, pala, asam, bumbu masak, teh dan kopi

2. Konversi bentuk, jenis, dan satuan

Pangan yang dikonsumsi rumah tangga terdapat dalam berbagai bentuk, jenis dengan satuan yang berbeda. Oleh karena itu, satuan beratnya perlu diseragamkan dengan cara mengkonversikan ke dalam satuan dan jenis komoditas yang sama (yang disepakati) dengan menggunakan faktor konversi sehingga dapat dijumlahkan beratnya, sebaiknya pangan yang dikonsumsi dikonversi ke dalam berat mentah. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan konversi bentuk, jenis, dan satuan pangan yang dikonsumsi adalah:

- a. Jika data konsumsi pangan merupakan jenis makanan olahan yang terbuat dari beberapa jenis bahan pangan, maka uraikan terlebih dahulu menjadi beberapa jenis pangan tunggal penyusunnya dengan jumlah sesuai satuan berat masing-masing pangan.

Misalnya 1 porsi sambal goreng hati bahan utamanya adalah 8 buah kentang dan 300 gram hati sapi.

- b. Jika satuan berat dalam ukuran rumah tangga (URT), maka lakukan konversi berat setiap jenis pangan dari URT menjadi gram.

Misalnya 8 buah kentang sepadan dengan 400 gram, dengan mengacu pada daftar konversi URT yang disepakati berlaku di wilayah masing-masing.

- c. Jika yang diketahui adalah berat masak, maka perlu dihitung berat mentahnya dengan cara mengalikan berat masak dengan faktor konversi mentah.

Misalnya 200 gram goreng hati sepadan dengan $200 \times 1,5 = 300$ gram hati sapi.

- d. Jika pangan diolah menggunakan minyak, maka berat minyak yang diserap pangan perlu dihitung dengan cara mengalikan berat mentah pangan dengan faktor persen penyerapan minyak.

Misalnya 300 gram hati sapi menyerap sebanyak $300 \times 4,8\% = 15$ gram minyak goreng.

3. Menghitung sub total kandungan energi menurut kelompok pangan

Pada tahap ini dilakukan penghitungan kandungan energi setiap jenis pangan yang dikonsumsi dengan bantuan daftar komposisi bahan makanan (DKBM). Kolom energi dalam

DKBM menunjukkan kandungan energi (kkal) per 100 gram bagian yang dapat dimakan (BDD).

Contoh :

$$\begin{aligned} 50 \text{ g beras} &= \frac{50 \text{ g}}{100} \times \text{kandungan energi beras} \times \% \text{ BDD} \\ &= \frac{50 \text{ g}}{100} \times 360 \text{ kkal} \times 100/100 \\ &= 180 \text{ kkal} \end{aligned}$$

Selanjutnya besaran energi setiap jenis pangan dijumlahkan menurut kelompok pangannya.

4. Menghitung total energi aktual seluruh kelompok pangan

Pada tahap ini yang dilakukan adalah menjumlahkan total energi dari masing-masing kelompok pangan, sehingga akan diketahui total energi dari seluruh kelompok pangan.

Total energi dari 9 kelompok pangan = Energi kelompok padi-padian + umbi-umbian ++ energi kelompok lain-lain.

5. Menghitung kontribusi energi dari setiap kelompok pangan terhadap total energi aktual (%)

Pada tahap ini adalah untuk menilai pola/komposisi energi setiap kelompok pangan dengan cara menghitung kontribusi energi dari setiap kelompok pangan di bagi dengan total energi aktual seluruh kelompok pangan dan dikalikan dengan 100%.

Kontribusi energi per kelompok pangan (%)

$$\frac{\text{Energi kelompok pangan}}{\text{Total energi aktual}} \times 100 \%$$

Contoh :

Kontribusi energi aktual kelompok padi - padian

$$= \frac{\text{Energi kelompok padi - padian}}{\text{Total energi aktual}}$$

$$= \frac{1150}{2185} \times 100 \%$$

$$= 52,6 \%$$

6. Menghitung kontribusi energi setiap kelompok pangan terhadap Angka Kecukupan Energi (%AKE).

Pada tahap ini merupakan langkah untuk menilai tingkat konsumsi energi dalam bentuk persen (%) dengan cara menghitung kontribusi energi dari setiap kelompok pangan terhadap AKE (AKE konsumsi untuk rata-rata nasional tahun 2012 adalah 2.150 kkal/kap/hari)

Kontribusi energi kelompok pangan (% AKE) =

$$\frac{\text{Energi kelompok pangan}}{\text{AKE Konsumsi}} \times 100 \%$$

Contoh :

Kontribusi energi dari kelompok padi-padian terhadap AKE

$$\text{adalah } \frac{1150}{2150} \times 100 \% = 53,5 \%$$

7. Menghitung skor aktual

Pada tahap ini yang dilakukan adalah dengan mengalikan kontribusi aktual setiap kelompok pangan dengan bobotnya masing-masing.

$$\text{Skor aktual} = \text{kontribusi energi aktual setiap kelompok pangan} \times \text{bobot setiap kelompok pangan}$$

8. Menghitung skor AKE

Pada tahap ini yang dilakukan dengan mengalikan kontribusi AKE (%AKE) setiap kelompok pangan dengan bobotnya masing-masing.

$$\text{Skor AKE} = \% \text{ AKE setiap kelompok pangan} \times \text{bobot}$$

9. Menghitung Skor PPH

Skor PPH aktual dihitung dengan cara membandingkan skor AKE dengan skor maksimum. Skor maksimum adalah batas maksimum skor setiap kelompok pangan yang memenuhi komposisi Ideal. Penghitungan skor PPH masing-masing kelompok pangan dengan ketentuan sebagai berikut :

- ❖ **Jika skor AKE lebih tinggi dari skor maksimum, maka yang digunakan adalah skor maksimum.**

- ❖ **Jika skor AKE lebih rendah dari skor maksimum, maka yang digunakan adalah skor AKE.**

Skor PPH setiap kelompok pangan menunjukkan komposisi konsumsi pangan penduduk pada waktu/tahun tertentu. Contoh : skor AKE kelompok padi-padian adalah 26,8 dibandingkan dengan skor maksimum kelompok padi-padian sebesar 25,0 maka skor PPH kelompok padi-padian sebesar 25,0.

10. Menghitung Total Skor Pola Pangan Harapan.

Total skor Pola Pangan Harapan (PPH) yang dikenal dengan kualitas konsumsi pangan adalah jumlah dari skor 9 kelompok pangan, yaitu jumlah dari kelompok padi-padian sampai dengan skor kelompok lain-lain. Angka ini disebut skor PPH konsumsi pangan, yang menunjukkan tingkat keragaman konsumsi pangan.

$$\text{Skor PPH} = \text{skor PPH kelompok padi-padian} + \text{umbi-umbian} + \dots + \text{skor PPH kelompok lain-lain.}$$

CONTOH PENGHITUNGAN PPH

3) %Terhadap AKE konsumsi
 $\frac{\text{Energi konsumsi pangan}}{\text{AKE konsumsi (2150kkal/hari/hari)}} \times 100\%$

4) %Aktual
 \times
Bobot
 $= [\text{kolom (4)} \times \text{kolom (6)}]$

5) %AKE
 \times
Bobot
 $= [\text{kolom (5)} \times \text{kolom (6)}]$

6) a) Skor PPH = Skor AKE,
 jika skor AKE < skor Maks
 b) Skor PPH = Skor Maks
 jika skor PPH > skor Maks

2) %Terhadap Total Energi Aktual
 $\frac{\text{Energi kelompok pangan}}{\text{Total energi aktual}} \times 100\%$

1) Konsumsi Aktual

No	Kelompok Pangan	Energi Aktual	% Aktual	% AKE	Bobot	Skor Aktual	Skor AKE	Skor Maks	Skor PPH
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)
1	Padi-padian	1150	52.6	53.5	0.5	26.3	26.8	25	25
2	Umbi-umbian	75	3.4	3.5	0.5	1.7	1.8	2.5	1.8
3	Pangan Hewani	100	4.6	4.6	2	9.2	9.2	24	9.2
4	Minyak dan Lemak	600	27.5	27.9	0.5	13.8	13.9	5	5
5	Buah/Biji Berminyak	50	2.3	2.3	0.5	1.2	1.2	1	1
6	Kacang-kacangan	65	3	3.0	2	6.0	6.0	10	6
7	Gula	50	2.3	2.3	0.5	1.1	1.1	2.5	1.1
8	Sayur dan Buah	85	3.9	3.9	5	19.5	19.5	30	19.5
9	Lain-lain	10	0.5	0.5	0	0	0	0	0
Total		2,185	100	101.6		78.8	79.4	100	68.6

Daftar Pustaka

- BBKP – PSKPG – IPB, 2001. Kajian Strategi Pengembangan Konsumsi Pangan dengan Pendekatan PPH
- Proyek DPA Pusat – Departemen Pertanian, 1995. Pedoman Penyusunan Pola Pangan Harapan
- Badan Ketahanan Pangan. 2010. Pedoman Penyusunan Pola Pangan Harapan (PPH).
- LIPI. 2012. Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi X Tahun 2012.

