

Food coping strategy oleh Keluarga Nelayan di Desa Puger Wetan Kabupaten Jember

Food coping strategy by Fishermen Families in Puger Wetan, Jember District

Mochammad Arif Hadi Maulana¹, Farida Wahyu Ningtyias^{*1}, Mury Ririanty²

¹Peminatan Gizi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember, Jember, Indonesia

²Peminatan Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember, Jember, Indonesia

ARTICLE INFO

Received: 09-07-2021

Accepted: 24-09-2021

Published online: 18-03-2022

*Correspondent:

Farida Wahyu Ningtyias

farida.fkm@unej.ac.id



DOI:

10.20473/amnt.v6i1.2022.1-14

Available online at:

[https://e-](https://e-journal.unair.ac.id/AMNT)

[journal.unair.ac.id/AMNT](https://e-journal.unair.ac.id/AMNT)

Keywords:

Food coping strategy, Keluarga Nelayan, Kerawanan Pangan

ABSTRAK

Latar Belakang: Keluarga nelayan di Puger Wetan kabupaten Jember berisiko mengalami kerawanan pangan karena pendapatan yang fluktuatif sehingga kesulitan untuk mengakses pangan. Untuk memenuhi kebutuhan pangan dan gizinya nelayan di Puger Wetan Kabupaten Jember berupaya melakukan *food coping strategy* agar terhindar dari kekurangan pangan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kerawanan pangan dan menganalisis proses *food coping strategy* yang dilakukan oleh keluarga nelayan di Desa Puger Wetan Kabupaten Jember.

Metode: Penelitian ini menggunakan teknik observasi, in-depth interview dan dokumentasi untuk mengeksplorasi *food coping strategy* oleh 20 keluarga nelayan yang terdiri dari keluarga nelayan pandhéga, nelayan perorangan, dan nelayan juragan di Dusun Krajan dan Mandaran, Puger Wetan pada bulan Juli 2019-Februari 2020. Penelitian ini fokus membahas tiga pilar kerawanan pangan rumah tangga secara mendalam, yakni non-availability of food, lack of food access dan improper utilization of food sebagai prediktor *food coping strategy*. Informasi yang dianalisis menggunakan analisis tematik yang kemudian disajikan dalam bentuk narasi dan bagan.

Hasil: Non-availability of food dan lack of economy access menjadi dasar keluarga nelayan di Puger Wetan melakukan *food coping strategy* skala 1 hingga tingkat parah skala 3 selama musim laéb dan musim sedikit ikan. Tujuh upaya *coping* prioritas terdiri dari upaya mencari pekerjaan sampingan, menjual aset rumah tangga, migrasi, menerima makanan dari orang terdekat, mengubah prioritas pembelian pangan, mengurangi frekuensi makan dan menjalani hari tanpa makan. Seluruh upaya *coping* tersebut dimaksudkan oleh keluarga nelayan untuk tetap memperoleh pangan selama periode rawan pangan.

Kesimpulan: Hasil penelitian menunjukkan dibutuhkan penguatan akses ekonomi dengan cara sistem permodalan nelayan dan kebijakan yang membebaskan pedagang asing untuk membeli ikan lokal demi pengayaan referensi harga ikan yang adil.

ABSTRACT

Background: Fisherman families in Puger Wetan, Jember Regency are at risk of experiencing food insecurity due to fluctuating incomes, making it difficult to access food. To meet the food and nutritional needs of fishermen in Puger Wetan, Jember Regency, they are trying to do a food coping strategy to avoid food shortages.

Objectives: This paper, therefore, described food insecurity and analyzes the process of determining food coping strategies by fishermen families in Puger Wetan.

Methods: This research used observation, in-depth interviews, and documentation to explore food coping strategies by 20 fishermen families were labor fishers, single fishers, and skippers in Krajan and Mandaran sub-village, Puger Wetan for eight months (July 2019- February 2020). This study focuses on discussing the three pillars of household food insecurity in-depth, namely non-availability of food, lack of food access, and improper utilization of food as predictors of food coping strategi. The information was analyzed using thematic analysis which is then presented in the form of narratives and charts.

Results: Fisher families in Puger Wetan have done scale 1 to scale 3 of food coping strategy since non-availability of food and lack of economic access to get food in laéb season and moderate season. The seven priorities food coping strategies were sided jobs, selling household assets, migrating, receiving food from closest people, changing the priority of food purchase, reducing the eating frequency, and skipping the entire day without eating. All of these were intended to keep eating during

the food insecurity period.

Conclusions: The results reinforce affirmation of economic access by the existence of a capital system for fishermen and regulation that allow the foreign trader to buy local fish for the enrichment of fair fish price references.

Keywords: Food coping strategy, Fishermen Families, Food Insecurity

PENDAHULUAN

Kerawanan pangan masih menjadi masalah yang pelik di Indonesia. Meskipun sebenarnya persentase penduduk rawan pangan telah turun menjadi 12,69% pada tahun 2016-2017 serta *Global Food Security Index* (GFSI) nasional meningkat 7,8 poin selama periode 2018-2019, namun dampak negatif rawan pangan masih dirasakan penduduk Indonesia. Von Grebmer *et al.* (2019) mengungkapkan bahwa salah satu dampak negatif tersebut adalah kelaparan dengan indikator *Prevalence of Undernourishment* (PoU) yang masih terkategori sebagai kasus kritis di Indonesia. Hal ini tidak terlepas dari perubahan iklim global yang tidak dapat direspon dengan baik oleh masyarakat.

Masyarakat yang paling terdampak dari perubahan iklim global adalah keluarga nelayan karena pendapatan nelayan sangat bergantung pada variabilitas musim dan gelombang air laut sehingga akses ekonomi untuk mengakses pangan juga tidak menentu. Peristiwa ini tentu akan berujung pada kerawanan pangan dan dapat diperparah dengan ketidakmampuan nelayan menimbun hasil panen dalam jangka waktu lama serta keterbatasan lahan untuk bercocok tanam atau beternak². Fatimah (2015) juga menyebutkan bahwa keterikatan budaya melaut menghalau nelayan untuk bekerja di sektor non-perikanan guna meningkatkan aksesibilitas ekonomi pangan.

Segala faktor yang memperburuk pemenuhan pangan nelayan tidak menandakan nelayan hanya berdiam diri dengan risiko rawan pangan yang ada. Nelayan berupaya melakukan *food coping strategy* atau berbagai strategi kompromi agar keluarga tetap mengonsumsi pangan selama kondisi rawan pangan. Strategi ini terdiri dari tiga skala, yaitu: (a) Skala 1 terdiri dari upaya meningkatkan pendapatan, mengubah kebiasaan makan dan menambah akses segera terhadap pangan; (b) Skala 2 terdiri dari upaya menambah akses segera untuk membeli pangan, mengubah distribusi dan frekuensi makan serta berpuasa; (c) dan skala 3 yang terdiri dari upaya migrasi, memberi anak kepada saudara dan bercerai. Semakin tinggi tingkatan skalanya, maka upaya *coping* tersebut semakin langka dilakukan oleh keluarga nelayan untuk mengatasi kerawanan pangan^{4,5}. Fenomena *food coping strategy* pada kelompok nelayan terlihat jelas pada keluarga di Desa Puger Wetan, Kecamatan Puger, Kabupaten Jember yang memiliki rumah tangga nelayan terbanyak dan terdampak kerawanan pangan akibat perubahan iklim di tingkat provinsi Jawa Timur hingga Kabupaten Jember. Menurut hasil studi pendahuluan, keluarga nelayan *pandhèga* (buruh nelayan) dan nelayan perorangan (nelayan yang memiliki perahu sendiri) di dua dusun di Desa Puger Wetan, yakni Dusun Krajan dan Mandaran, melakukan *food coping strategy* skala 1 dan skala 2. Sementara itu, keluarga nelayan juragan (pemimpin armada penangkapan ikan) hanya melakukan upaya-upaya *coping* pada skala 1. Penelitian ini pun hadir

dengan tujuan untuk mendeskripsikan kerawanan pangan dan menganalisis proses penentuan *food coping strategy* yang dilakukan oleh keluarga nelayan di Desa Puger Wetan.

METODE

Penelitian ini berjenis kualitatif fenomenologis yang dilakukan peneliti di Dusun Krajan dan Dusun Mandaran, Desa Puger Wetan selama bulan Juli 2019 hingga Februari 2020. Informan penelitian terdiri dari 2 informan kunci (Kepala Dusun Krajan dan Dusun Mandaran), 20 informan utama (keluarga nelayan *pandhèga*, perorangan dan juragan), serta 18 informan tambahan (saudara, tetangga, famili, dan pemerintah Kabupaten Jember). Seluruh informan penelitian dipilih menggunakan teknik *snowball sampling* dengan desain *exponential non-discriminative snowball model*.

Penelitian ini fokus membahas tiga pilar kerawanan pangan rumah tangga secara mendalam, yakni *non-availability of food*, *lack of food access* dan *improper utilization of food* sebagai prediktor *food coping strategy*. Sementara *food coping strategy* hanya terfokus pada 21 upaya *coping* secara hirarkis yang terdiri dari 2 upaya meningkatkan pendapatan, 4 upaya menambah akses segera untuk membeli pangan, 2 langkah drastis, 3 upaya menambah akses segera pada pangan, 6 upaya mengubah kebiasaan makan, upaya mengubah frekuensi dan distribusi makan serta menjalani hari tanpa makan. Fokus penelitian tersebut diteliti menggunakan teknik observasi dan *in-depth interview* guna mendalami praktik *food coping strategy* yang aktual oleh keluarga nelayan dan teknik dokumentasi untuk melacak berkas-berkas yang berhubungan dengan *food coping strategy*. Penelitian ini juga menerapkan triangulasi teknik dan triangulasi sumber data sebagai upaya cross check informasi antar informan penelitian. Informasi yang terhimpun selanjutnya dianalisis menggunakan analisis tematik sebelum disajikan dapat bentuk narasi dan bagan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kerawanan Pangan

Pilar *non-availability of food* di Desa Puger tergambarkan melalui minimnya ikan yang berhasil ditangkap oleh para nelayan di laut. Kondisi demikian biasa terjadi saat musim *laéb* (musim sangat sedikit atau nihil ikan) dan musim sedikit ikan. Kedatangan musim *laéb* diawali dengan musim terancam *namberek* (musim transisi) yang diselingi oleh turunnya hujan di perairan kemudian disusul oleh ombak besar di *pléwangan* (gerbang menuju laut lepas), hembusan angin barat, serta *tèrak bulen* (bulan purnama) pada akhir dan awal tahun (Desember-April). Sementara musim sedikit ikan ditandai dengan adanya tiupan angin timur yang masih bisa diterjang oleh nelayan jukung untuk mendapatkan ikan lemuru, ikan layur, dan ikan jenis lain selama

September hingga Oktober, tetapi nelayan mayang (nelayan berperahu payang) dan nelayan perahu *speed* tidak melaut pada periode tersebut. Hasil tangkapan ikan para nelayan di Desa Puger Wetan memang fluktuatif bahkan kini tidak dapat dipastikan oleh rentang bulan tertentu seiring tidak menentukannya perubahan iklim.

Eksistensi *non-availability of food* berupa fluktuasi ketersediaan ikan di pesisir Puger tidak terlepas dari fenomena La Nina & El Nino (penurunan & peningkatan suhu samudera)⁶. Menurut keterangan salah satu nelayan perahu *speed*, La Nina akan membuat ikan yang berada di tengah laut mencari daerah yang lebih hangat dan dangkal di pinggir laut sehingga hanya menyisakan ikan bawal, ikan kerapu dan sejenisnya di daerah yang bersuhu dingin. Kondisi ini kurang menguntungkan armada nelayan *sekoci* (nelayan berperahu *sekocen*) yang biasa menyebar *cacangan* (rumpon) di tengah lautan. Fenomena demikian semisal dengan ketidakberuntungan nelayan jukung yang mencari ikan di pinggir laut (30-40 mil lepas pantai) saat El Nino terjadi.

Pilar *lack of food access* terbagi menjadi akses fisik dan akses ekonomi untuk memperoleh pangan. Akses fisik tergambarkan dari jalanan aspal yang sudah baik menuju pasar Puger Wetan untuk mengakses pangan, tetapi akses tersebut berisiko terhambat bersamaan dengan terhalangnya nelayan untuk melaut sebab *léndéng* (banjir rob) yang selalu terjadi saat musim hujan. Desmawan and Sukamdi (2012) melaporkan bahwa banjir rob di kawasan pesisir Sayung, Demak melandaikan daratan dan merusak fasilitas vital. Lebih parahnya, banjir rob di Kabupaten Pekalongan menghambat pembuangan limbah dari sanitasi pemukiman serta memicu salinisasi ke lahan persawahan⁸. Sementara kurangnya akses ekonomi tergambarkan dari sistem monopsoni di Tempat Pelelangan Ikan (TPI) Puger yang dikuasai *pengambe'* (pedangang lokal Puger). *Pengambe'* menerapkan sistem hutang pada nelayan sebagai pengikat agar nelayan tetap menjual ikan padanya sekaligus agar *pengambe'* mendapat komisi dari tiap harga jual ikan. Ha ini terbukti dari inisial *Pengambe'* di setiap boks ikan nelayan (**Gambar 1**).



Gambar 1. Boks ikan sebagai bukti ikatan hutang antara nelayan dan *pengambe'*

Pilar terakhir dalam kerawanan pangan adalah *improper utilization of food*. Dua dari tujuh keluarga nelayan *pandhéga* terkadang mengalami gejala kulit gatal

setelah mengonsumsi ikan *berek* (ikan yang rusak) saat musim *laéb* atau musim sedikit ikan. Ikan ini berasal dari Madura atau Situbondo yang sisiknya mengelupas dan berharga murah (**Gambar 2**). Bahasan lebih lanjut tentang pilar ini akan dideskripsikan pada *food coping strategy* berupa upaya membeli pangan berkualitas rendah.



Gambar 2. Ikan *berek* yang menggoyahkan pilar keamanan pangan di Desa Puger Wetan

Food Coping Strategy

a. Upaya Meningkatkan Pendapatan

1) Mencari Pekerjaan Sampingan

Food coping strategy paling umum yang dilakukan oleh keluarga nelayan di Desa Puger Wetan adalah mencari pekerjaan sampingan, baik yang sifatnya rutin maupun insidental. Pekerjaan sampingan rutin adalah pekerjaan yang hampir setiap hari dilakukan oleh istri nelayan *pandhéga* dan nelayan perorangan yakni berdagang cemilan dan pulsa di dekat rumah serta istri nelayan juragan yang biasanya menjadi *pengambe'*. Sementara pekerjaan insidental merupakan pekerjaan sewaktu-waktu yang dilakukan oleh nelayan dan istrinya saat musim *laéb* atau musim sedikit ikan, seperti menjadi buruh tani, *gerjih* (juru masak panggilan), penjual barang titipan saudara/tetangga dan pembantu mantri ternak. Pekerjaan sampingan dimaksudkan untuk memenuhi pendapatan rumah tangga untuk membeli pangan, membiayai pendidikan anak, membayar hutang, dan menambah modal untuk mencari ikan. Orang-orang dewasa dalam keluarga secara bersamaan memiliki peran penting dalam bekerja sampingan untuk menggerakkan roda perekonomian dan meningkatkan daya beli rumah tangga⁹. Ibrohim (2017:25-26) juga menyebutkan bahwa buruh nelayan akan mengoptimalkan kemampuan setiap anggota keluarga untuk bekerja sampingan karena pendapatan nelayan tidak cukup memenuhi kebutuhan rumah tangga. Misalnya saja istri dan anak nelayan di wilayah kampung nelayan Seberang bekerja sampingan agar bisa membeli pangan dan membayar uang sekolah⁹. Salah satu anak dari tujuh keluarga nelayan *pandhéga* ternyata melakukan pekerjaan sampingan berupa sepetan (mewarnai kendaraan) sepulang sekolah agar dapat membeli cemilan atau kebutuhan pribadi. Sejalan dengan aktivitas anak tersebut, Fatmaningrum, Roshita and Februhartanty (2016) mengemukakan pekerjaan

sampingan yang diampu remaja di Nusa Tenggara Timur yakni dengan berjualan ternak di pasar bahkan ada yang rela berjualan jambu air di sekolah dengan keuntungan bersih 8 atau 10 ribu per hari. Seluruh laba dari pekerjaan tersebut digunakan untuk membeli beras dan pangan lainnya.

2) Bercocok Tanam

Hanya ada satu dari 20 informan tepatnya yang merupakan keluarga nelayan *pandhéga* yang memiliki pekarangan dengan beragam jenis tanaman, seperti cabai, seledri, belimbing, jeruk purut dan kemangi. Tanaman-tanaman tersebut sengaja dibiarkan tumbuh dan dirawat oleh nenek dalam keluarga yang hobi berkebun. Tujuannya agar keluarga tidak perlu membeli beberapa bahan untuk keperluan memasak dengan cukup memetik tanaman pangan di sekitar rumah. Namun cucunya geram melihat rumahnya lebat ditumbuhi tanaman sehingga beberapa tanaman layu dan mati. Upaya yang dilakukan oleh keluarga nelayan *pandhéga* tersebut sebenarnya berpotensi menjadi Kawasan Rumah Pangan Lestari (KRPL) atau optimalisasi lahan rumah produktif yang menurut Kurniawan *et al.* (2018) berdampak efektif terhadap penguatan ketahanan rumah tangga bila disokong dengan varietas media tanam, pemerataan sosialisasi dan konsistensi kinerja kelompok. Akan tetapi Dinas Ketahanan Pangan dan Peternakan Kabupaten Jember mengatakan prioritas program KRPL dan program ketahanan pangan lain masih diprioritaskan untuk masyarakat di daerah pertanian.

b. Upaya Menamba Akses Segera untuk Membeli Pangan

1) Menjual Aset Rumah Tangga

Enam dari tujuh keluarga nelayan *pandhéga*, delapan dari sembilan keluarga nelayan perorangan dan seluruh keluarga nelayan juragan menjual aset rumah tangga, seperti mesin perahu, alat tangkap ikan, hewan ternak, peralatan dapur, pakaian, ali-ali (perhiasan), hewan ternak dan kendaraan bermotor. Selain aset yang dirasa tidak lagi produktif, keluarga juga menjual aset karena adanya arahan istri, pendapatan yang menurun saat rawan pangan, tabungan sedang kosong, atau gagal berhutang. Uang hasil penjualan aset rumah tangga digunakan oleh keluarga nelayan untuk memenuhi kebutuhan pangan, membayar biaya pendidikan anak, membeli obat dan pakaian hari raya. Upaya menjual aset dinilai lebih menguntungkan dibanding menggadaikan aset sebab upaya gadai mengharuskan keluarga membayar bunga yang tinggi sebagaimana kutipan wawancara bersama satu dari sembilan keluarga nelayan perorangan yang bernisial KS berikut.

"Timbang (cincin) gadaino yo dijual. Mboten omes digadai. Kadang mboten kelar nebus ngoten. Nganaki. Kulo mboten omes, karuan jual ngoten timbang digadai...barange didol gae mangan" (KS, 8-8-2019).

Menurut *World Food Programme* (2014) terdapat hubungan positif yang kuat antara ketahanan pangan dan kekayaan keluarga bila diukur dari kepemilikan aset rumah tangga. Penjualan aset-aset

rumah tangga biasanya dilakukan sebagai upaya *coping* terakhir oleh keluarga pengungsi Syria di Yordania yang mengalami rawan pangan parah. Sedangkan di Libya, sebanyak 53% keluarga yang mengalami kerawanan pangan tingkat *crisis* (kritis) dan *emergency* (darurat) melakukan upaya *coping* berupa mempekerjakan anak atau menjual aset rumah tangga¹³. Sementara itu petani miskin di Pakistan menjual ternaknya saat rawan pangan demi memperoleh laba tinggi dalam jangka pendek, akan tetapi penjualan ternak akan mengurangi *income generation* (investasi) secara reguler dalam jangka waktu panjang¹⁴.

2) Berhutang (Uang/Pangan)

Istri nelayan di Desa Puger Wetan terbiasa untuk *nyelégréng* (berhutang dan segera dibayarkan) ke peracangan (toko kelontong). *Nyelégréng* dapat berupa uang, pangan (beras, minyak goreng, dan gula) dan komoditas non pangan (rokok, tabung gas, solar, bensin dan alat tangkap ikan) yang kemudian dilunasi oleh istri setelah suami memperoleh keuntungan dari laut atau dibayarkan setelah 1-3 bulan. *Nyelégréng* diiringi dengan sistem patokan yang diterapkan oleh pemilik peracangan, yakni keluarga nelayan harus berhutang uang terlebih dahulu pada awal transaksi pembelian komoditas tertentu sebagai jaminan agar keluarga menjadi pelanggan setia peracangan tersebut. Demikian syarat yang diwajibkan oleh pemilik peracangan kepada keluarga nelayan yang berniat *nyelégréng*. Keluarga nelayan juga tidak lupa mengandalkan orang-orang terdekat sebagai pemberi hutang, diantaranya adalah teman, Ibu kandung, tetangga dan saudara (kakak sepupu, bibi, kakak kandung). Barang hutang berupa uang atau emas (yang selanjutnya digadaikan) lalu digunakan oleh keluarga nelayan untuk membeli pangan, *suket* (rumput), umpan ikan serta memenuhi biaya suntik sapi, sugu anak sekolah/uang jajan, biaya listrik dan air, serta *kepatén* (upacara kematian). Bahkan istri nelayan *pandhéga* dan perorangan tak segan berhutang gula kepada tetangga yang tengah mengadakan selamatan atau *kepatén*, sebelum melakukan barter gula-beras dengan peracangan. Selain itu, istri nelayan juga berhutang kepada nelayan juragan, bank *titil* (rentenir) dan *pengambe'*.

Istri nelayan rela menahan rasa malu untuk berhutang ke pemilik toko agar keluarganya bisa makan pada saat pendapatan suami menurun¹⁵. Adanya hutang dapat dipengaruhi oleh cara pandang seseorang kepada orang terdekat, seperti tetangga, yakni semakin seseorang merasa bahwa dirinya lebih rendah daripada tetangganya dari sisi finansial, maka orang tersebut memiliki probabilitas lebih tinggi menjadi seorang debitur. Namun sejatinya keluarga yang berhutang dalam jumlah banyak kepada saudara atau pemilik toko lebih rentan mengalami rawan pangan¹³.

3) Mengambil Tabungan

Tiap jenis keluarga nelayan di Desa Puger Wetan menabung ke bank *titil* sebesar Rp2000- Rp5000 saat musim *laéb* dan Rp50.000-Rp100.000 saat musim panen ikan. Bank *titil* berhak atas laba sebesar 3-5% dari tabungan nasabahnya. Keluarga mengambil tabungannya bila hendak membeli pangan (beras dan gula), bensin,

kendaraan bermotor atau membayar biaya anak sekolah dan tagihan listrik. Selain itu, keluarga juga dapat menukarkan tabungannya dengan paket sembako (beras, minyak, gula, dan teh) demi keperluan hariraya.

Sharif and Khor (2008) menyampaikan bahwa rumah tangga di pedesaan Malaysia yang menabung dalam bentuk aset rumah tangga, seperti tanah memiliki risiko kecil untuk mengalami rawan pangan. Sebanyak 16% dari rumah tangga tahan pangan di desa tersebut memanfaatkan tanah sebagai lahan ternak unggas yang akan dikonsumsi sendiri. Esensi menabung adalah mencegah atau meminimiliasir dampak kekurangan pangan dan upaya *ex post food coping strategy* tingkat parah yang merupakan respon dari kekurangan pangan yang berfungsi untuk menyelesaikan kegagalan dari penerapan *ex ante food coping strategy* (upaya skala 1), seperti mengurangi jumlah pangan yang dikonsumsi keluarga. Contoh lain dari *ex post food coping strategy* adalah upaya berhutang pangan, mencari tanaman liar, dan menjual aset rumah tangga¹⁶⁻¹⁸.

4) Menggandaikan Aset Rumah Tangga

Tiga dari tujuh keluarga nelayan *pandhéga*, delapan dari sembilan keluarga nelayan perorangan dan dua dari empat keluarga nelayan juragan menggadaikan aset rumah tangga saat musim *laéb* atau musim sedikit ikan. Aset gadai diantaranya pakaian/ambal, seprai, karpet, peralatan dapur, perhiasan, televisi, sound speaker, mesin genset, serta Buku Pemilik Kendaraan Motor (BPKB). Pelan tapi pasti, uang hasil gadai pun dimanfaatkan keluarga untuk membeli pangan, membiayai anak sekolah, memenuhi modal melaut, membayar upah *pandhéga* (khusus nelayan juragan) dan bunga gadai/hutang, serta memesan perkakas nelayan. Keluarga nelayan di Desa Puger Wetan menggadaikan aset mereka ke gaden swasta atau ke PT Pegadaian yang memiliki prosedur gadai yang berbeda. Gaden swasta menerapkan bunga sebesar Rp 100.000 sampai lebih dari Rp200.000 per bulan untuk pinjaman sebesar Rp1.000.000 dengan tenggang waktu menebus barang adalah satu tahun. Sedangkan PT Pegadaian menerapkan bunga Rp25.000- Rp100.000 (sesuai golongan barang) per bulan untuk barang senilai Rp1.000.000. Barang akan dilelang apabila nelayan tidak mampu menebus barang setelah 4 bulan (tenor). Keluarga nelayan senang dengan bunga dari PT Pegadaian yang nilainya lebih kecil daripada bunga dari gaden swasta, tetapi PT Pegadaian tidak menerima pakaian dan peralatan dapur untuk digadaikan keluarga nelayan sehingga gaden swasta menjadi opsi prioritas terbaik.

World Food Programme (2009) menyebutkan bahwa upaya menggadaikan aset produktif adalah langkah keluarga meminimalisasi risiko situasi ekstrem, misalnya dampak kekeringan, banjir atau migrasi musiman. Upaya tersebut dilakukan oleh nelayan tradisional di Kenjeran karena terpaksa sebagai bentuk adaptasi saat musim paceklik²⁰. Namun wajar bila sebagian masyarakat terutama yang berasal dari kelas ekonomi menengah atas masih malu datang ke PT Pegadaian, sebab pada awalnya, gadai di Indonesia sangat lekat dengan orang-orang miskin yang sedang terhimpit secara ekonomi²¹.

c. Upaya Penerapan Langkah Drastis

1) Migrasi

Upaya *coping* selanjutnya yang masuk dalam prioritas ketiga keluarga nelayan di Desa Puger Wetan adalah migrasi oleh kepala keluarga nelayan atau yang dikenal dengan sebutan *andon* atau *medok*. *Andon* berarti nelayan menangkap ikan di luar kawasan laut Puger, seperti di perairan Situbondo, Grajakan (Banyuwangi), Sendang Biru (Malang), Trenggalek dan Pokoh (Wonogiri) selama 1-3 bulan tergantung jenis perahu. Nelayan yang *andon* bertujuan untuk dapat menstabilkan keuangan rumah tangga sehingga anggota keluarga tetap bisa membeli pangan di musim *laéb* atau musim sedikit ikan yang berlangsung di Desa Puger Wetan. Selain itu, bentuk migrasi lainnya juga ditunjukkan oleh anak dari salah satu keluarga nelayan *pandhéga* dan keluarga nelayan perorangan. Anak keluarga nelayan *pandhéga* memilih bekerja sebagai teknisi di pulau Kalimantan selama dua tahun untuk memperbanyak pengalaman kerja sedangkan anak keluarga nelayan perorangan memilih untuk menetap dan menjadi pramusaji di Malaysia setelah usaha kebun semangkanya bangkrut lima tahun lalu. Saptanto, Lindawati dan Zulham (2011) mengatakan bahwa migrasi para nelayan dapat disebut sebagai *occupational mobility* berjenis komutasi atau sirkulasi/musiman, yakni migrasi terkait perpindahan tenaga kerja darisatu tempat ke tempat lainnya dalam tempo yang singkat. Itu terjadi bila tingkat keterikatan sosial ekonomi nelayan terhadap desa pesisir tinggi, namun merasa kebutuhannya tidak terpenuhi. Kepala rumah tangga yang bermigrasi ke daerah lain terutama yang sifatnya permanen bertujuan agar keluarga dapat melawan situasi kelaparan²³.

2) Menitipkan Anak

Keluarga dengan kerawanan pangan ekstrem biasanya akan mengurangi jumlah anggota keluarga dalam rumah. *Food coping strategy* demikian dilakukan oleh dua keluarga nelayan *pandhéga* di Desa Puger Wetan. Satu anak dititipkan kepada saudara dari kepala keluarga karena konsekuensi, sedang satu anak dari keluarga lain dititipkan sementara oleh orang tua kepada orang yang dipercaya. Tetangga sekaligus bibi yang berinisial SHM dari salah satu keluarga nelayan perorangan mengabarkan bahwa anak dari keponakannya kerap meminta makan atau makan bersama dengan dirinya sekeluarga saat keluarga tersebut mengalami kekurangan pangan, sebagaimana kutipan berikut.

“Ya lauk yang udah jadi itu, kalau ndak ada (makanan) ya kesini anaknya (istri informan), sama anak-anaknya juga kesini. Saya juga begitu. Ya sama-sama walah ya...Ikan, sayur gitu, yang sudah jadi. Kadang ya, kalau anaknya saya makan ya ankanya sama, ya ikut makan” (SHM, 11-10-2019).

Drysdale, Moshabela & Bob (2018) dalam penelitiannya dengan metode *focus group discussion*, mengungkapkan bahwa strategi mengirimkan anak ke rumah tetangga dipilih oleh keluarga di Lember, Afrika

Selatan sebagai upaya terakhir bila persediaan pangan di rumah sedikit. Terkadang orang tua menyarankan agar anak membawa makanan untuk mereka sepulang dari rumah tetangga. Connell *et al* (2005) menjelaskan bahwa *food coping strategy* demikian dapat mengatasi kerawanan pangan dan mengurangi rasa malu atas tuduhan pengabaian anak atau label keluarga miskin disaat yang bersamaan.

d. Upaya Menambah Akses dengan Segera pada Pangan

1) Menerima Makanan dari Orang Terdekat

Keluarga nelayan di Desa Puger Wetan tidak hanya mengandalkan kemampuan internal, seperti bekerja sampingan, migrasi dan menjual barang untuk melakukan *food coping strategy*, tapi juga menerima makanan dari orang terdekat, seperti dari saudara, tetangga, dan famili. Bentuk penerimaan makanan tersebut berasal dari inisiatif peminta makanan, kesukarelaan dari pemberi makanan/sedekah, dan bentuk imbalan bekerja. Pangan yang diterima keluarga nelayan adalah ikan, beras, tanaman liar (singkong, belimbing, kelor, jeruk purut, pisang, bayam, terong, cabai, dan mangga). Khusus ikan yang diterima dari orang-orang terdekat disebut dengan *lawuhan* karena ikan tersebut akan diolah oleh keluarga nelayan menjadi lauk pauk. Budaya saling menerima makanan ini tidak terlepas dari solidaritas masyarakat yang memegang teguh semboyan Desa Puger Wetan, yakni "*Rukun agawe santosa, crah agawe bubrah*" (bersatu kita teguh, bercerai kita runtuh). Coleman-Jensen (2010:19) berkomentar bahwa rumah tangga yang makan lebih banyak di rumah teman atau saudara biasanya didasari oleh pengeluaran pangan yang terlalu kecil sehingga rumah tangga kekurangan pangan. Pada dasarnya, menerima makanan dari famili/saudara, kerabat dekat atau tetangga adalah suatu strategi *coping* keluarga untuk mempertahankan ketahanan pangan. Cara ini ditempuh oleh anggota keluarga tanpa harus mengeluarkan uang atau merelakan sesuatu²⁶. Senada dengan hal tersebut, keluarga di Ghana Utara biasanya menerima pemberian pangan oleh kerabat dekat setidaknya sekali dalam seminggu untuk meminimalkan kondisi rawan pangan²⁷.

2) Menerima Bantuan Pangan dari Pemerintah

Bantuan Pangan Non Tunai (BPNT) adalah bantuan dari pemerintah yang meringankan pemenuhan pangan lima dari tujuh keluarga nelayan *pandhéga* dan tiga dari sembilan keluarga nelayan perorangan di Desa Puger Wetan. Nelayan yang telah mendapatkan undangan dari balai desa, baik secara mandiri atau diwakilkan, mengakses bantuan pangan usai menggesek Kartu Keluarga Sejahtera (KKS) pada mesin *Electronic Data Capture* (EDC) di E-warung. Jenis pangan yang didapat keluarga berupa 10-15 kg beras dan 4-6 butir telur ($\pm \frac{1}{2}$ kg) yang akan habis dikonsumsi keluarga setelah 2-5 hari. Keluhan utama yang diutarakan oleh KPM BPNT adalah keterlambatan distribusi yang seharusnya sebulan sekali, namun bisa terundur hingga 2-3 bulan sekali. Selain itu, salah satu informan tambahan berinisial MRY menambahkan bahwa pemerintah gagal menilai kondisi satu dari sembilan keluarga nelayan perorangan selaku

KPM yang dahulu miskin namun kini telah berstatus sejahtera.

Menurut Koordinator BPNT Kabupaten Jember, keluhan tentang lamanya mendapatkan bantuan tersebut tidak tepat bila berasal dari KPM BPNT, melainkan KPM PKH sebab uang PKH memang disalurkan pemerintah setiap 3 bulan sekali. Terlebih lagi, perapelan dalam penyaluran BPNT kemungkinan kecil terjadi karena uang elektronik yang diberikan Kementerian Sosial melalui KKS akan kembali ke kas negara apabila KPM tidak mengambilnya setelah 90 hari. Sementara terkait perubahan status kemiskinan pada KPM adalah kewajiban penuh pemerintah desa, khususnya Desa Puger Wetan, untuk melakukan verifikasi dan validasi pada calon KPM.

3) Saling Bertukar Pangan (Barter)

Transaksi barter yang dilakukan oleh 2 dari 7 keluarga nelayan *pandhéga* dan 4 dari 9 keluarga nelayan perorangan di Desa Puger Wetan terbagi menjadi dua jenis, yakni barter non-pangan-pangan dan barter pangan-pangan. Barter non pangan-pangan berarti aktivitas pertukaran barang non pangan, seperti rokok dari hasil koleman atau pemberian teman, dengan pangan berupa beras atau *lengo kletik* (minyak goreng) di peracangan. Sedangkan barter pangan-pangan melibatkan pertukaran satu jenis pangan dengan jenis pangan lainnya, sebagai contoh, gula dari hasil bekerja sampingan, merabot (hajatan), atau pemberian saudara yang keluarga tukarkan dengan beras milik peracangan. Dalam hal ini keluarga nelayan perlu tetap menjalin hubungan baik dengan peracangan sebagai patner barter, agar mereka senantiasa dapat barter sekaligus berhutang kala musim *laéb* atau musim sedikit ikan.

Fenomena barter juga terjadi pada wanita di Kota Kisumu yang melakukan barter bersamaan dengan meminta jagung (pangan pokok) pada temantemannya demi mengatasi rawan pangan²⁸. Penelitian Pañares and Sequiño (2013) kemudian menyoroti momen Natal yang membuat masyarakat di Cebu, Filipina lebih bersifat dermawan sehingga petani *root corps* (sayuran akar) dan pisang dapat menukarkan hasil panen dengan pakaian dan peralatan dapur pada periode tersebut. Artinya, upaya barter memang tidak terlepas dariritime budaya masyarakat setempat²⁹.

e. Upaya Mengubah Kebiasaan Makan

1) Mengubah Prioritas Pembelian Pangan

Seluruh keluarga nelayan di Desa Puger mengatakan bahwa beras menjadi pangan prioritas utama untuk dibeli saat musim *laéb* atau musim sedikit ikan. Hasil observasi menunjukkan bahwa keluarga nelayan umumnya membeli beras saat pendapatan cukup lalu menimbunnya sampai 20-25 kg atau 1-4 sak atau (karung) untuk persediaan selama 10 hari hingga 2 bulan mendatang. Setelahnya keluarga hanya cukup membeli bumbu pelengkap seperti parutan kelapa dan garam sebagai bumbu untuk nasi karak, cabai sebagai bahan dasar sambal, dan brambang (bawang merah) yang dimakan bersama nasi putih. Penelitian Ambikapathi *et al.* (2018) mengungkapkan bahwa keluarga yang mengalami rawan pangan lebih

mengutamakan untuk membeli makanan pokok dan bumbu, seperti beras, bawang putih, minyak goreng dan pisang. Pembelian pangan yang terfokus pada makanan pokok atau sumber karbohidrat menandakan keluarga berada pada level pendapatan yang rendah sesuai hukum Engel³¹. Sementara pembelian bumbu dapur memang sengaja dibeli keluarga guna meningkatkan cita rasa pangan pokok, anggota keluarga di Nusa Tenggara Timur yang mengonsumsi nasi bersama garam dan air hangat untuk meningkatkan cita rasa makanan¹⁰.

2) Membeli Pangan Berkualitas Rendah

Keluarga nelayan di Desa Puger Wetan memang masih membeli sayur yang kaya mikronutrien dan serat selama masa rawan pangan karena sayur berharga murah, bahkan nelayan juragan mengaku konsumsi sayur yang beragam membuat anggota keluarga tidak lekas bosan. Namun demikian, tidak mengubah sejengkal pun pendirian seluruh keluarga nelayan untuk memprioritaskan pembelian beras saat musim *laéb* atau musim sedikit ikan lantaran beras tergolong pangan pokok yang memberikan rasa kenyang lama, rasa tenang dan cocok disantap dengan side dish apapun. Begitu tergantungnya keluarga nelayan dengan beras/nasi, bahkan anak-anak dalam salah satu dari sembilan keluarga nelayan perorangan akan makan dengan porsi kecil bila pangan pokok tersebut tidak tersedia di atas meja makan. Ngema, Sibanda and Musemwa (2018) mendesiminasikan temuannya berupa kebiasaan penduduk Afrika Selatan yang mengonsumsi jagung (pangan pokok), setelah kacang hijau dan beras, selama tujuh hari berurutan-turut saat paceklik. Artinya, wajar bagi keluarga mengutamakan pembelian pangan pokok, suatu citra budaya lokal yang turun temurun, meski sebenarnya termasuk jenis pangan berzat gizi rendah. Akan tetapi pengutamakan dalam hal pembelian pangan pokok dibandingkan pangan sumber vitamin dan mineral umumnya dilakukan oleh keluarga yang mengalami awan pangan³⁰.

Bantacut (2014) kemudian mengingatkan bahwa beras yang kalut dalam kebiasaan makan masyarakat Indonesia akan mengancam ketersediaannya dalam jangka panjang, terlebih lagi produksi beras senantiasa menghadapi tantangan perubahan iklim yang ekstrem akhir-akhir ini³³. Bukan saja beras, dua dari tujuh keluarga nelayan *pandhéga* bahkan masih membeli ikan berek karena harganya yang murah disamping ketersediaan ikan segar menipis dan dijual dengan harga tinggi di Desa Puger Wetan. Upaya mengonsumsi ikan tersebut terkadang ditujukan sekadar untuk *tombo pingin* (obat rindu).

Meskipun ikan berek tampak menggiurkan setelah dipelas (dikukus bersama rempah-rempah) dibakar, sesekali keluarga nelayan *pandhéga* merasa gatal-gatal setelah memakannya. Hattu *et al.* (2014) menjelaskan bahwa gejala klinis berupa mual, pusing, kulit kemerahan, dan gatal-gatal kerap terjadi pada seseorang yang mengonsumsi ikan pelagis, seperti ikan makarel, sarden dan teri yang tidak segar dan mengandung histidin bebas tinggi dalam jaringannya³⁴. Melalui dekarboksilasi, senyawa tersebut akan berubah menjadi histamin hingga konsumen mengalami keracunan atau *Scombrotoxin Fish Poisoning* (SFP)³⁵.

Visciano *et al.* (2014) menerangkan bahwa formulasi histamin semakin tinggi bila ikan berada pada suhu lebih dari 21,1°C dan senyawa tersebut tidak akan hilang sekalipun dimasak sebab memiliki senyawa tersebut memiliki suhu panas yang stabil³⁶.

3) Membeli Pangan yang Murah

Upaya membeli pangan murah yang dilakukan oleh keluarga nelayan *pandhéga* dan perorangan selama periode kelangkaan ikan dan keterbatasan pendapatan. Keduanya memilih untuk mengganti sumber protein (ikan segar) dengan ikan *geréh* jenis canteng/pedo (ikan kering), tahu, tempe *pecek* (penyet), sayuran dan kerupuk, baik secara terpaksa maupun sejalan dengan selera. Parahnya, keluarga *pandhéga* bahkan sampai membeli ikan *berek*. Penerapan strategi *coping* ini berarti keluarga memastikan kebutuhan protein mereka terpenuhi selama 5-15 hari bersamaan dengan penghematan sekian rupiah untuk membeli pangan lainnya. Tidak hanya pada sumber protein, keluarga nelayan *pandhéga* dan perorangan di Desa Puger Wetan juga mensubstitusi beras (sumber karbohidrat) dengan pangan jenis lain, seperti bote dan singkong yang dapat dibeli dengan harga Rp.3000/kg, lebih murah dibandingkan harga beras medium, yakni Rp10.000-13.000/kg.

Food coping strategy oleh keluarga di Ghana juga menunjukkan beberapa perilaku membeli pangan murah saat rawan pangan, seperti membeli susu inpasteurisasi, ceker, tulang daridaging merah, dan sup kedelai cincang sebagai substituen daging hewan³⁷. Hal senada juga dilakukan oleh keluarga di Peruvian Amazon mengonsumsi pangan yang murah sekaligus tidak terlalu disukai, seperti *yucca*, jeroan daging, telur, dan tuna kaleng selama masa rawan pangan, bahkan pada fenomena serupa, sumber pangan sejenis memiliki fungsi substitusi misalnya konsumsi daging yang diganti dengan tahu³⁰.

4) Mengurangi Jumlah Pangan yang Dikonsumsi

Empat keluarga nelayan *pandhéga* dan tujuh keluarga nelayan perorangan normalnya mengonsumsi 2 kg beras per hari atau $\frac{3}{4}$ kg beras dalam sekali makan. Konsumsi beras lantas berkurang menjadi 1- 1½ kg per hari atau $\frac{1}{4}$ kg beras untuk satu kali makan agar konsumsi beras semakin lama (± 2 hari) dan menghemat pengeluaran pangan di tengah serba keterbatasan uang akibat anomali cuaca yang terjadi di Desa Puger Wetan. Inisiatif pengurangan jumlah pangan ini dicituskan oleh istri nelayan selaku Ibu rumah tangga. Menurut Tsegaye *et al.* (2018) penduduk dataran menengah dan dataran tinggi dengan akses jalan yang sulit kontan memaksimalkan ketersediaan pangan di rumah dengan menghemat jumlah konsumsinya agar rawan pangan tidak semakin mencekam. Sedangkan secara alami, masyarakat di Burkina Faso utara memiliki jumlah pangan harian yang minim (40%) karena ketersediaan pangan pasca panen hanya 29%³⁸. Artinya, upaya mengurangi jumlah pangan yang dikonsumsi oleh keluarga bersifat responsif untuk menyikapi goyahnya akses fisik dan ketersediaan pangan. Upaya ini akan ditoleransi oleh anak apabila orang tua dapat meyakinkan anak untuk

tetap makan dengan persediaan pangan yang masih ada⁴⁰.

5) Memanipulasi Pangan yang Dikonsumsi

Upaya mengonsumsi pangan manipulatif merupakan temuan baru dalam penelitian *food coping strategy* karena keluarga mengubah kualitas suatu pangan yang berisiko tidak layak konsumsi menjadi pangan yang bisa dikonsumsi oleh anggota keluarga melalui proses pemasakan secara repetitif. Satu dari tujuh keluarga nelayan *pandhéga* dan lima dari sembilan

keluarga nelayan perorangan masih jatuh hati pada nasi *karak/nasèk cangkarok*, yang terbuat dari nasi sisa yang dicuci, dijemur selama 3-4 jam di suhu bawah terik matahari, ditanak kembali lalu disajikan bersama parutan kelapa serta sumber protein nabati dan hewani (**Gambar 3**). Pangan tersebut dikonsumsi oleh keluarga nelayan selama 2-5 hari selama masa kelangkaan ikan dan keterbatasan pendapatan. Tujuannya tidak lain untuk menghemat pengeluaran pangan, memenuhi preferensi makan dan menghindarkan diri dari hutang.



Gambar 3. Proses pembuatan nasi karak. (a) pencucian nasi sisa, (b) penjemuran, (c) proses penanakan, (d) penyajian nasi karak dengan tempe, ikan kering, dan parutan kelapa

Pendapatan nelayan di Desa Puger Wetan memang cenderung menurun pada musim *laéb* dan musim sedikit ikan⁴¹. Kondisi tersebut mempersulit nelayan untuk menentukan kualitas dan kuantitas pangan yang memadai karena anggaran pembelian pangan yang menipis. Keluarga kemudian berputar otak untuk tetap makan di tengah menipisnya ketersediaan pangan, seperti mengonsumsi makanan yang kurang diinginkan (*less desirable food*) selama pasokan pangan berkurang pada masa rawan pangan⁴².

Nasi *karak* adalah sampel lokal dari *less desirable food* menerangkan bahwa nasi yang disimpan pada suhu dingin (4°C) selama satu jam lalu ditanak kembali menghasilkan 1,7 kali lipat kurva konsentrasi glukosa darah pada manusia yang lebih rendah daripada nasi putih yang baru ditanak⁴³. Itu karena retrogradasi pati beras meningkatkan amilopektin dan kristalisasi amilosa, sebelum reduksi pencernaan pati dan respon glikemik terjadi. Nasi *karak* juga tidak akan terkontaminasi oleh bakteri selama masa simpan tidak lebih dari 20 jam di suhu kamar dan penjemuran berada pada suhu optimal⁴⁴.

6) Mengumpulkan Tanaman Liar

Boedecker *et al.* (2014) menjelaskan secara spesifik bahwa tanaman liar atau *Wild Edible Plants* (WEPs) merupakan tanaman yang tumbuh secara spontan dan terawat dengan sendirinya di dalam ekosistem alami atau semi alami. Hanya satu keluarga nelayan nelayan *pandhéga* dari dua puluh informan yang mencari tanaman liar di luar Desa Puger Wetan. Setiap kali mencari rumput bagi pakan ternaknya, kepala keluarga yang berinisial PB menyempatkan waktu untuk mencari kangkung dan *gundo* yang tumbuh di sepanjang pematang sawah sekitar pabrik atau di dekat gunung. Batang dan daun kangkung akan ditumis sedangkan

gundo direbus oleh istri sebagai side dish sebagaimana kutipan wawancara berikut.

“...cari kangkung gitu buat lauk pauk gitu. (Lokasi pencairan) di sawah, lek usum...Pre'e pabrik. Kadang pre'e gunung...mlaku sek'an, nggolek, ketemu jekek. Teko sitik-sitik, teko sitok yo jekek. Sak durunge golek suket yo gak wani golek. Lek wes sore, yo kadang moleh magrib, kangkung, gundo. (Bagian yang diolah) semua daun sama batangnya. (Pengolahannya)... ditumis kangkungnya sendiri, kalau gundonya dikulup” (PB, 28-9-2019).

Menurut Widaningrum, Miskiyah dan Suismono (2016) WEPs yang ditumis dan direbus tidak akan memberikan efek racun pada seseorang. Sementara itu dari sisi sumber zat gizi, Boedecker *et al.* (2014) mengungkapkan bahwa dibandingkan dengan seseorang yang tidak mengonsumsi tanaman liar, konsumen tanaman liar memiliki intake vitamin C dan Cu yang lebih tinggi secara signifikan. Hasil riset tersebut sejalan dengan penelitian pada spesies daun-daunan liar dan endemik di Afrika Selatan yang kaya akan serat kasar, kalsium, zat besi, mangan dan fenolik. Kandungan mineralnya bahkan lebih besar dibanding sayuran budidaya, seperti bayam dan kol⁴⁷.

f. Upaya Mengubah Frekuensi dan Distribusi Makan

1) Mengurangi Frekuensi Makan

Empat dari tujuh keluarga nelayan *pandhéga* dan tiga dari sembilan keluarga nelayan perorangan mengurangi frekuensi makan (*skipping meals*) pada seluruh anggota keluarganya terutama orang dewasa pada waktu makan sore atau menjelang malam. Akhirnya frekuensi makan keluarga berkurang menjadi 1-2 kali makan dalam sehari dari kebiasaan normal, yakni 3-5 kali

sehari. Istri nelayan memprakarsai upaya ini sebab pendapatan keluarga yang rendah ketika musim *laéb* atau musim sedikit ikan. Selanjutnya upaya mengurangi frekuensi makan akan dapat menghemat pengeluaran pangan rumah tangga, memperpanjang jangka waktu konsumsi beras hingga 4- 5 hari, dan menghindarkan keluarga dari upaya berhutang uang untuk membeli pangan. Pada beberapa nelayan, upaya mengurangi frekuensi makan diselingi dengan upaya *coping* lainnya, yakni mengonsumsi pangan manipulatif dan menerima makanan dari saudara. Menurut Fatmaningrum, Roshita dan Februhartanty (2016), remaja putri di Nusa Tenggara Timur melewatkan makan satu atau dua kali waktu makan untuk menyiasati jumlah pangan yang sedikit. Sementara itu Hidayati (2008) mengemukakan bahwa keluarga nelayan biasa makan tiga kali dalam sehari, namun saat kekurangan pangan, keluarga makan dua kali atau satu kali dalam sehari. Upaya demikian biasanya diselingi dengan upaya *coping* lain, seperti penduduk desa di wilayah Dabat, Eithopia yang memakan makanan sisa dalam jumlah dan frekuensi rendah selama musim paceklik³⁸.

2) Mengubah Distribusi Makan

Hanya satu keluarga nelayan *pandhéga* dan satu keluarga nelayan perorangan yang mengubah distribusi makan keluarga saat musim *laéb*. Keluarga nelayan *pandhéga* lebih mengutamakan anaknya untuk makan sedangkan keluarga nelayan perorangan lebih mengutamakan suami yang bekerja. Alasannya agar konsentrasi belajar anak di sekolah tidak terganggu dan suami tidak lemas saat bekerja. Sementara itu, kepala keluarga nelayan perorangan seolah mendapatkan posisi istimewa di antara anggota keluarga lain yang berpuasa saat tidak memiliki uang untuk membeli pangan. Hidayati (2008) melaporkan bahwa Ibu dari keluarga nelayan lebih memprioritaskan anak untuk makan dibandingkan dengan anggota keluarga lainnya. Hal serupa juga terjadi di Ghana, yakni Ibu serta orang dewasa lainnya dalam keluarga mengalah dalam hal makan dan lebih mementingkan anak-anak³⁷. Senada dengan hal tersebut, penelitian oleh Mutiara *et al.* (2008) menjelaskan bahwa 88,6% Ibu mendahulukan anak- anaknya untuk makan setiap hari agar tidak kelaparan. Sementara itu, Ibu rela mengurangi frekuensi makan dalam sehari hingga berpuasa demi pemenuhan pangan untuk anak.

Food coping strategy dengan mengutamakan anak untuk makan bersifat positif karena dapat meningkatkan ketersediaan makan bergizi pada anak⁴⁹. Fatmaningrum, Roshita and Februhartanty (2016) juga mengatakan bahwa kedua orang tua akan terus berusaha mencari pangan karena tidak akan membiarkan anak-anaknya merasa lapar. Berbeda halnya dengan Khomsan *et al.* (2007) yang menyoroti kedudukan suami yang memiliki hak khusus untuk mendapatkan makanan berkualitas paling baik dengan porsi paling banyak sehingga anggota keluarga lebih mengutamakan dalam hal makan. Ibu rumah tangga memang memiliki naluri untuk memberikan pelayanan terbaik pada suaminya termasuk dengan tetap menyajikan makanan saat periode rawan pangan⁵¹.

g. Upaya Menjalani Hari Tanpa Makan

Upaya paling langka yang dilakukan oleh keluarga nelayan di Desa Puger Wetan untuk mengatasi rawan pangan adalah menjalani hari tanpa makan. Bentuk upaya tersebut terbagi menjadi upaya berpuasa (tidak makan dan minum) atau hanya meminum air saja sepanjang hari di musim *laéb* atau musim sedikit ikan. Dua dari tujuh keluarga nelayan *pandhéga* mengaku menjalani hari tanpa makan untuk menghemat pengeluaran rumah tangga. Upaya ini biasa diselingi dengan perubahan distribusi makan, yakni sementara anggota keluarga lain berpuasa, anak dan suami tetap makan seperti biasa karena anak memiliki tanggung jawab belajar di sekolah dan suami sebagai pencari nafkah yang akan lemas apabila berpuasa sepanjang hari. Hampir sama dengan kondisi keluarga nelayan di Desa Puger Wetan, rumah tangga di Nigeria paling sering melakukan upaya *coping* berupa tidak makan dalam sehari. Langkah tersebut merupakan upaya jangka pendek yang dilaksanakan oleh orang dewasa dalam keluarga selama musim paceklik. Keluarga menilai bahwa harga pangan yang tinggi menjadikan mereka tetap berpuasa sepanjang hari⁵². Berkaitan dengan tujuan puasa, Ezeama *et al.* (2015) mengemukakan bahwa Ibu rela berpuasa sepanjang hari agar anak dalam keluarga mendapatkan cukup makan selama masa rawan pangan.

Analysis Food Coping Strategy

Berdasarkan keterangan dari dua puluh informan utama terdapat tujuh upaya *coping* yang paling prioritas dilakukan oleh keluarga untuk merespon kerawanan pangan di Desa Puger Wetan. Upaya tersebut secara hirarkis adalah upaya mencari pekerjaan sampingan, menjual aset rumah tangga, migrasi, menerima makanan dari orang terdekat, mengubah prioritas pembelian pangan, mengurangi frekuensi makan dan menjalani hari tanpa makan. Farzana *et al.* (2017) berpendapat bahwa *food coping strategy* dimaksudkan keluarga untuk mengatasi keterbatasan atau ketiadaan sumber daya pada awal mula kerawanan pangan dan upaya ini bervariasi tergantung dari budaya dan geografi suatu wilayah. Sedangkan menurut Ngongi and Urassa (2014) *food coping strategy* didefinisikan sebagai upaya rumah tangga pada semua tingkatan ekonomi untuk mengukuhkan ketahanan pangan dan melawan kondisi rawan pangan, sehingga tidak heran apabila keluarga nelayan juragan yang umumnya berpendapatan tinggi juga menerapkan *food coping strategy*. Tujuh upaya *coping* prioritas yang dilakukan oleh keluarga nelayan didasarkan atas penurunan hasil tangkapan ikan saat musim *laéb* atau musim sedikit yang mengakibatkan pendapatan rumah tangga tidak cukup untuk membeli pangan. Secara khusus, keluarga nelayan yang mencari pekerjaan sampingan dan migrasi mempertimbangkan beberapa hal sebelum akhirnya memilih upaya *coping* tersebut untuk mengatasi kerawanan pangan rumah tangga (**Gambar 5.**) Beberapa pertimbangan itu antara lain:

a. Usia

Usia yang semakin tua membuat nelayan mudah lelah setelah melaut sehingga tidak berkenan untuk memiliki pekerjaan sampingan atau melakukan migrasi. Terlebih migrasi yang menuntut nelayan untuk

siaga selama perjalanan menuju titik lepas pantaisejauh 150-200 mil. Akan tetapi nelayan lansia di Desa Surodadi, Kabupaten Demak, masih semangat bekerja sampingan di bidang tambak ikan dan perdagangan untuk memperkuat ketahanan pangan keluarga⁵⁶. Meskipun begitu, usia tua (>55 tahun) menyebabkan imunitas semakin menurun hingga berujung pada pendapatan yang berangsur stagnan.

b. Kondisi Kesehatan

Kondisi kesehatan terkait dengan individu dalam keluarga yang tidak atau sedang mengalami sakit secara fisik. Apabila anggota keluarga sedang sakit, seperti istri salah satu nelayan *pandhéga* yang mengalami katarak dan satu dari sembilan kepala keluarga nelayan perorangan yang menderita hipertensi, maka mereka lebih memilih untuk menganggur daripada bekerja sampingan atau migrasi. Terkhusus kasus hipertensi pada kepala keluarga di Desa Puger Wetan tidak terlepas dari kebiasaan merokok selama aktif menjadi nelayan untuk dapat mengangkat tubuh di tengah terpaan udara dingin laut. Perlahan tapi pasti, kebiasaan tersebut bersama dengan berisiko dua kali pada nelayan yang juga mengalami obesitas abdominal sebab aktivitas mengganggu selama msuim pacekilik hingga berujung pada absensi melaut⁵⁷.

c. Jenis Nelayan

Nelayan *pandhéga* umumnya tidak dapat bekerja sampingan karena memiliki keterikatan hutang dengan juragan. Berberapa juragan memang melarang anak buah kapalnya bekerja selain pada dirinya sebagai bentuk konsekuensi dari perjanjian hutang tersebut. Buruh nelayan di pesisir Puger memang memiliki ikatan hutang sangat ekstrem dengan juragan sehingga tidak berkesempatan bekerja sampingan di sektor apapun⁵⁸. Arogansi demikian juga menandakan bahwa nelayan *pandhéga* wajib berhutang uang kepada juragan agar selalu turut serta dalam aktivitas mayang. Pada saat yang bersamaan, uang hutangan tersebut digunakan oleh nelayan untuk memenuhi kebutuhan pangan terutama saat pendapatan nelayan rendah. Nelayan *pandhéga* juga terhambat dengan keterbatasan modal, keterampilan, dan pengalaman bekerja (misal: bertani) sehingga enggan bekerja sampingan (Triyanti & Firdaus, 2016:30-31). Sementara itu, nelayan sekoci yang berlayar menggunakan perahu yang dilengkapi dapur umum dan berkapasitas 4 awak kapal lebih sering melakukan

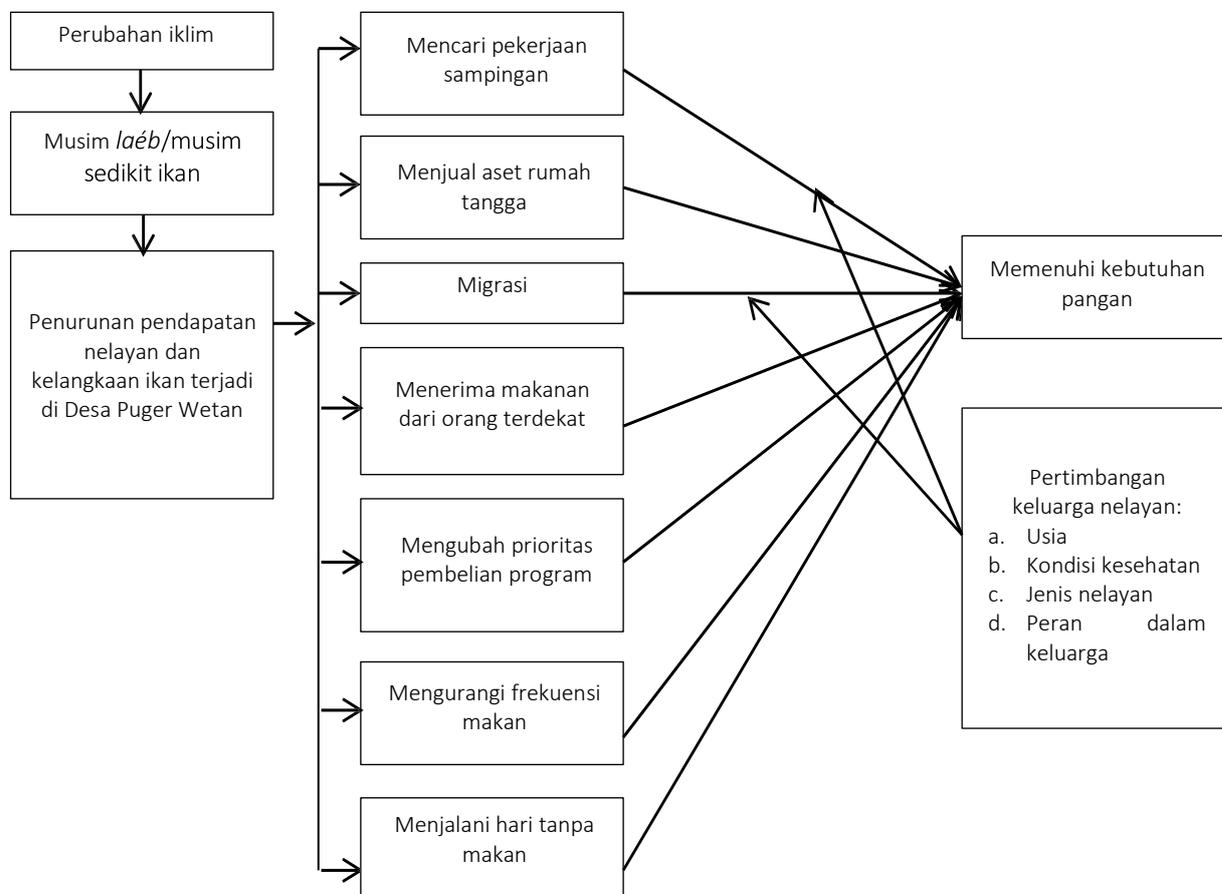
daripada nelayan jenis lainnya, yakni selama selama 10 hari sampai 2 bulan. Nelayan jenis ini menerapkan sistem borong atau sistem kerjasama antara juragan perahu dengan juragan dari tempat tujuan migrasi yang meliputi penyewaan tempat tinggal, konsumsi dan lain sebagainya. Istilah sekoci dapat dipadankan dengan kapal jenis *hand lines* dengan tonase 20 GT (Gross Tonnage) 59 . Menurut Saptanto, Lindawati and Zulham (2011)migrasi yang dimaksudkan menetap dalam jangka waktu lama terjadi karena ikatan sosial ekonomi yang lebih kuat dengan daerah tujuan migrasi dibanding daerah asal migrasi.

d. Peran dalam keluarga

Satu istri nelayan *pandhéga*, empat istri nelayan perorangan dan satu istri nelayan juragan mengaku enggan bekerja sampingan karena terlalu sibuk bekerja mengurus rumah tangga, bahkan mereka tidak tega jika suami mempersiapkan tangkilan (bekal melaut) seorang diri sementara istri bekerja di luar rumah. Menurut Yohanna (2016) istri dalam tradisi Jawa dianggap sebagai konco *wingking* (teman belakang) yang area kerjanya hanya boleh di dapur, sumur dan kasur atau memasak, mencuci dan melayani kebutuhan seks suami Artinya selagi tupoksi tersebut belum cukup memuaskan suami, maka izin bekerja sampingan belum tentu didapat oleh istri dan perlahan dapat menyebabkan istri merasa rendah diri di tengah lingkungan sosial kemudian menumpahkan kekecewannya dengan overpowering dalam mengatur rumah tangga⁶¹. Padahal istri sebenarnya berpotensi untuk bekerja paruh waktu karena selain membuatnya lebih bahagia⁶², pendapatannya juga mampu memperkokoh perkenomian keluarga untuk menghadapi masa rawan pangan⁹. Berbeda dengan istri, suami sebagai pencari nafkah memilih untuk segera mencari pekerjaan sampingan insidental atau melakukan migrasi jika pesisir Puger benar-benar mengalami musim *laéb* yang berkepanjangan agar keluarga tetap bisa mengonsumsi pangan. Bahkan Martin, Lorenzen dan Bunnefeld (2013) memaklumi multiplisitas pekerjaan yang tinggi pada nelayan sebab selain merupakan ajaran orang tua, hal tersebut dianggap nelayan sebagai cara mempertahankan ekonomi rumah tangga di tengah fluktuasi pendapatan. Pekerjaan sampingan pun berperan sebagai sumber penghasilan ganda bagi rumah tangga nelayan⁶⁴.



Gambar 4. Perahu sekoci



Gambar 5. Analisis tujuh upaya *food coping strategy* prioritas oleh keluarga nelayan di Desa Puger Wetan

KESIMPULAN

Kerawanan pangan masih dialami oleh keluarga nelayan di Desa Puger Wetan. Hal tersebut dibuktikan dengan minimnya ketersediaan ikan akibat variabilitas musim, risiko terjadinya banjir rob yang dapat merusak akses fisik, pendapatan nelayan yang fluktuatif dan sistem monopsoni TPI Puger yang mempersulit nelayan untuk mengakses pangan. Menanggapi kondisi demikian, keluarga nelayan akhirnya melakukan *food coping strategy* yang tujuh prioritas upayanya berupa mencari pekerjaan sampingan, menjual aset rumah tangga, migrasi, menerima makanan dari orang terdekat, mengubah prioritas pembelian pangan, mengurangi frekuensi makan dan menjalani hari tanpa makan. Faktor usia, kondisi kesehatan, jenis nelayan dan peran dalam keluarga juga menjadi pertimbangan keluarga untuk menerapkan dua dari tujuh upaya *coping* prioritas. Temuan ini mengharuskan Dinas Perikanan Kabupaten Jember, pengelola TPI Puger dan *pengambe'* secara bersama-sama memperkuat akses ekonomi nelayan untuk memperoleh pangan terutama saat musim *laéb* atau musim sedikit ikan. Langkah praktisnya dapat dimulai dengan afirmasi sistem permodalan nelayan berbasis kelembagaan guna pengembangan usaha sampingan dan kebijakan yang membebaskan pedagang luar Puger untuk membeli ikan lokal demi pengayaan referensi harga jual ikan yang adil.

ACKNOWLEDGMENT

Peneliti memberikan penghargaan setinggi-tingginya pada segenap keluarga nelayan dan pemerintah Desa Puger Wetan Kabupaten Jember yang telah bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini dan juga UNEJ atas pendanaan Hibah Reworking Skripsi Tahun 2021.

REFERENSI

1. von Grebmer, K. *et al.* Global Hunger Index: The Challenge of Hunger and Climate Change. (2019).
2. Sarman, S. & Wijaya, K. Pola Permukiman Pesisir Pantai Studi Kasus: Desa Talaga 1 dan Desa Talaga 2 Kecamatan Talaga Raya Kabupaten Buton Tengah. *J. Arsit. Zo.* **1**, 38 (2018).
3. Fatimah, D. Strategi Mata Pencarian Rumah Tangga Nelayan Akibat Perubahan Iklim di Kecamatan Muncar Kabupaten Banyuwangi. *Berk. Imliah Pertan.* **1**, 1–10 (2015).
4. Usfar, A. A. Household *Coping* Strategies for Food Security in Indonesia and the Relation to Nutritional Status: a Comparison Before and After the 1997 Economic Crisis. **1**, 14–16 (2000).
5. Maxwell, D. & Caldwell, R. *The Coping Strategies Index A Tool for Rapid Emergencies Second Edition.* (2017).
6. Moegni, N., Rizki, A. & Prihantono, G. Adaptasi Nelayan Perikanan Laut Tangkap dalam Menghadapi Perubahan Iklim. *J. Ekon. Stud. Pembangunan.* **15**, 182–189 (2014).
7. Desmawan, B. T. & Sukamdi, S. Adaptasi Masyarakat Kawasan Pesisir Terhadap Banjir Rob di Kecamatan Sayung, Kabupaten Demak, Jawa Tengah. *J. Bumi Indones.* **1**, 1–9 (2012).
8. Marfai, M. A. & Cahyadi, A. Dampak Bencana Banjir Pesisir dan Adaptasi Masyarakat Terhadapnya di Kabupaten Pekalongan. (2017) doi:10.31227/osf.io/m273k.
9. Thresia, A. S. Kontribusi Keluarga Nelayan Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Keluarga di Kampung Nelayan Seberang Skripsi. (Universitas Sumatera Utara, 2018).
10. Fatmaningrum, D., Roshita, A. & Februhartanty, J. *Coping Strategies for Food Insecurity Among Adolescent Girls During the Lean Season in East Nusa Tenggara, Indonesia: A Qualitative Study.* *Br. J. Nutr.* **116**, S42–S48 (2016).
11. Kurniawan, Y. Y., Daerobi, Akhmad Sarosa, Bambang, P. & Pasca, Y. Latar Belakang menjadi Salah Satu Tujuan Utama dan Masuk dalam Agenda Nawacita pada Pemerintahan Jokowi-JK yang Terpilih Presiden Jokowi dan Wakilnya Jusuf (Kedaulatan) Pangan dalam Lima Tahun Ketahanan Pangan. **03**, 1–22 (2018).
12. World Food Programme. *Comprehensive Food Security Syrian Refugees in Jordan.* (2014).
13. World Food Programme. *Rapid Food Security Assessment, Libya.* (2016).
14. Rahut, D. B. & Ali, A. Impact of Climate-Change Risk-Coping Strategies on Livestock Productivity and Household Welfare: Empirical Evidence from Pakistan. *Heliyon* **4**, e00797 (2018).
15. Alfaruqi, A. S. Upaya Peningkatan Pendapatan Nelayan Tradisional di Desa Puge Wetan Kecamatan Puger Kabupaten Jember. Skripsi Jur. Ilmu Kesejaht. Sos. Fak. Ilmu Sos. dan Ilmu Polit. Univ. Jember (2010).
16. Bekele, A. E. & Abdissa, F. M. Vulnerability to Food Insecurity and Households' *Coping* Strategies. *J. Rural Dev.* **34**, 529–542 (2015).
17. Khatri-Chetri, A. & Maharjan, K. L. Food Insecurity and *Coping* Strategies in Rural Areas of Nepal : A Case Study of Dailekh District in Mid Western Development Region. *J. Int. Dev. Coop.* **12**, 25–45 (2006).
18. Mutaqin, D. J. Determinants of Farmers' Decisions on Risk *Coping* Strategies in Rural West Java. *Climate* **7**, (2019).
19. World Food Programme. *Comprehensive Food Security & Vulnerability Analysis Guidelines.* *Fam. Court Rev.* **47**, 1–6 (2009).
20. Hardianto, A. D. Mekanisme Survival Keluarga Nelayan (Studi terhadap Nelayan di Kelurahan Kenjeran, Kecamatan Bulak, Kota Surabaya). *AntroUnairdotNet* **7**, 1–28 (2012).
21. Sari, M. & Sudardjat, I. Persepsi Masyarakat Tentang Gadai Emas di Pegadaian Syariah Cabang Setia Budi Medan. *J. Ekon. dan Keuang.* **1**, 14873 (2013)
22. Saptanto, S., Lindawati, L. & Zulham, A. Analisis Pola Migrasi dan Konsumsi Rumah Tangga di Daerah Asal Migrasi Terkait Kemiskinan dan Kerentanan Pangan (Studi Kasus Indramayu). *J. Organ. Dan Manaj.* **7**, 21–37 (2011).
23. Cordero-Ahiman, O. V., Santellano-Estrada, E. & Garrido, A. Food Access And *Coping* Strategies Adopted by Households to Fight Hunger Among

- Indigenous Communities of Sierra Tarahumara in Mexico. *Sustain.* **10**, 1–14 (2018).
24. Drysdale, R., Moshabela, M. & Bob, U. Adapting the *Coping Strategies Index* to Measure Food Insecurity in the Rural District of Ilembe, South Africa. *Food, Cult. Soc.* **22**, 99–110 (2018).
 25. Connell, C. L., Lofton, K. L., Yadrick, K. & Rehner, T. A. Children's Experiences of Food Insecurity Can Assist in Understanding Its Effect on Their Well-being. *J. Nutr.* **135**, 1683–1690 (2005).
 26. Shariff, Z. M. & Khor, G. L. Household Food Insecurity and *Coping Strategies* in a Poor Rural Community in Malaysia. *Nutr. Res. Pract.* **2**, 26 (2008).
 27. Saaka, M., Oladele, J., Larbi, A. & Hoeschle-Zeledon, I. Household Food Insecurity, *Coping Strategies*, and Nutritional Status of Pregnant Women in Rural Areas of Northern Ghana. *Food Sci. Nutr.* **5**, 1154–1162 (2017).
 28. Gichuhi, W. Resilience In The Face Of Starvation: *Coping Strategies* for Food Security among Women in Kenya. *Pathways to African Fem. Dev. J. African Women's Stud. Cent.* **1**, (2015).
 29. Pañares, Z. A. & Sequiño, A. C. The Dynamics of Barter Trade among Cebuano Farmers. *UV J. Res.* **7**, 195–206 (2013).
 30. Ambikapathi, R. *et al.* Food Purchase Patterns Indicative of Household Food Access Insecurity, Children's Dietary Diversity and Intake, and Nutritional Status Using a Newly Developed and Validated Tool in the Peruvian Amazon. *Food Secur.* **10**, 999–1011 (2018).
 31. Hidayati, K. Studi Dukungan Sosial dan *Food coping strategy* serta Hubungannya dengan Tingkat Konsumsi energi dan Protein pada Keluarga Nelayan. Skripsi Fak. Ekol. dan Mns. Inst. Pertan. Bogor (2008).
 32. Ngema, P. Z., Sibanda, M. & Musemwa, L. Household Food Security Status and Its Determinants In Maphumulo Local Municipality, South Africa. *Sustain.* **10**, 1–23 (2018).
 33. Bantacut, T. Indonesian Staple Food Adaptations for Sustainability in Continuously Changing Climates. *J. Environ. Earth Sci.* **4**, 202–216 (2014).
 34. Hattu, N., Latupeirissa, J., Fransina, E. G., Seumahu, C. A. & Latupeirissa, A. Effect of Tamarind (*Tamarindus Indica L.*) Extract to Histamine Content in Bullet Tuna (*Auxis rochei*). *Ind J Chem Res* **2**, 131–136 (2014).
 35. Food and Agriculture Organization & World Health Organization. Public Health Risks of Histamine and Other Biogenic Amines from Fish and Fishery Products. (2012).
 36. Visciano, P., Schirone, M., Tofalo, R. & Suzzi, G. Histamine Poisoning and Control Measures in Fish and Fishery Products. *Front. Microbiol.* **5**, 1– 3 (2014).
 37. Kruger, R., Schönfeldt, H. C. & Owen, J. H. *Food coping strategy Index* Applied to a Community of Farm-Worker Households in South Africa. *Food Nutr. Bull.* **29**, 3–14 (2008).
 38. Tsegaye, A. T. *et al.* Reducing Amount and Frequency of Meal as a Major *Coping Strategy* for Food Insecurity. *Arch. Public Heal.* **76**, 1–9 (2018).
 39. Bertelli, O. & Macours, K. Interdisciplinary Research Project to Explore The Future of Global Food and Nutrition Security Food Security and Agriculture in Developing Countries: Measurement and hypotheses for impact evaluations. *Food Security and Agriculture in Developing Countries: FOODSECURE Work. Pap.* (2014).
 40. Fram, M. S. *et al.* Children are Aware of Food Insecurity and Take Responsibility for Managing Food Resources. *J. Nutr.* **141**, 1114–1119 (2011).
 41. Kinasih, D. W. Tingkat Pendapatan Nelayan Desa Puger Wetan Kabupaten Jember Pasca Pembangunan Pemecah Ombak. (2017).
 42. Camp, N. L. Food Insecurity Food Deserts. *Nurse Pract.* **40**, 32–36 (2015).
 43. Lu, L. W., Venn, B., Lu, J., Monroe, J. & Rush, E. Effect of Cold Storage and Reheating of Parboiled Rice on Postprandial Glycaemic Response, Satiety, Palatability and Chewed Particle Size Distribution. *Nutrients* **9**, (2017).
 44. Houška, M. *et al.* Dry Heat Inactivation of *Bacillus Cereus* in Rice. *Czech J. Food Sci.* **25**, 208–213 (2007).
 45. Boedecker, J., Termote, C., Assogbadjo, A. E., Van Damme, P. & Lachat, C. Dietary Contribution of Wild Edible Plants to Women's Diets in the Buffer Zone Around the Lama Forest, Benin – an Underutilized Potential. *Food Secur.* **6**, 833–849 (2014).
 46. Widaningrum, Miskiyah & Suismono. Bahaya Kontaminasi Logam Berat Dalam Sayuran dan Alternatif Pencegahan Cemarannya. *Bul. Teknol. Pasca Panen* **3**, 16–27 (2016).
 47. Afolayan, A. J. & Jimoh, F. O. Nutritional Quality of Some Wild Leafy Vegetables in South Africa. *Int. J. Food Sci. Nutr.* **60**, 424–431 (2009).
 48. Mutiara, E., Sjarief, H., Tanzihah, I. & Sukandar, D. Analisis Strategi *Food Coping* Keluarga dan Penentuan Indikator Kelaparan. *Media Gizi Kel.* (2008).
 49. Wright, L. & Epps, J. *Coping Strategies*, Their Relationship to Weight Status and Food Assistance Food Programs Utilized by the Food Insecure in Belize. *Int. Proc. Chem. Biol. Environ. Eng.* **32**, 12–16 (2012).
 50. Khomsan, A., Anwar, F., Sukandar, D., Riyadi, H. & Mudjajanto, E. S. Studi Tentang Pengetahuan Gizi Ibu dan Kebiasaan Makan pada Rumah Tangga di Daerah Dataran Tinggi dan Pantai. *J. Gizi dan Pangan* **1**, 23 (2007).
 51. Agustina, T. D. Kontribusi Sosial Budaya Penyebab Malnutrisi pada Balita di Keluarga Nelayan (Studi pada Keluarga Nelayan di Kelurahan Keteguhan Kecamatan Teluk Betung Barat Kota Bandar Lampung). Skripsi Fak. Ilmu Sos. dan Ilmu Polit. Univ. Lampung (2014).
 52. Jabo, M. S., Muhammad, I. M., Mansor, S. M., Nasir & Abdullah, A. M. A. Y. A. Food Insecurity in Rural Nigeria during the Lean Season: Causes and *Coping*

- Strategies. Arch. Agric. Environ. Sci. **2**, 47– 51 (2017).
53. Ezeama, N. N., Ibeh, C., Adinma, E., Emelumadu, O. & Adogun, P. *Coping* with Household Food Insecurity: Perspectives of Mothers in Anambra State, Nigeria. J. Food Secur. Vol. **3**, 2016, Pages 145-154 3, 145–154 (2015).
54. Farzana, D. F. *et al.* *Coping* Strategies Related to Food Insecurity at the Household Level in Bangladesh. PLoS One **12**, 1–17 (2017).
55. Ngongi, A. M. & Urassa, K. Food Insecurity and *Coping* Strategies of Farm Households in Kahama District, Tanzania. Tanzania J. Agric. Sci. **13**, (2014).
56. Ardianto, R. Pengaruh Pendapatan Nelayan Perahu Rakit Terhadap Pola Konsumsi Warga Desa Surodadi Kecamatan Sayung Kabupaten Demak. Econ. Dev. Anal. J. **5**, (2016).
57. Aslami, A. N., Jobby, A., Nelson, V. & Simon, S. Prevalence of Hypertension in a Fishermen Colony Of District Kollam, Kerala: A CrossSectional Study. Res. J. Pharm. Biol. Chem. Sci. **6**, 1029–1035 (2015).
58. Chamro, W. Kerentanan Nelayan Jukung Dalam Menghadapi Anomali Iklim di Desa Puger Kulon Kecamatan Puger Kabupaten Jember. Semin. Nas. Progr. Stud. Agribisnis Fak. Pertan. Univ. Jember 525–533 (2018).
59. Ali Azhar, G. W. P. Alternatif Desain Kapal Ikan di Wilayah Perairan Puger-Kabupaten Jember. Neptunus J. Kelaut. **18**, 110–123 (2012).
60. Yohanna, A. Penghambaan Istri Terhadap Suami antara Doktrin dan Tradisi (Studi Kasus pada Perempuan di Cabean RT 05 RW 01 Kelurahan Mangunsari Kecamatan Sidomukti Kota Salatiga). Skripsi Jur. Ahwal Al Syakhshiyah Fak. Syari'ah Inst. Agama Islam Negeri Salatiga (2016).
61. Rahmawati, G. M. Harga diri Ibu Rumah Tangga tidak Bekerja. Skripsi Fakultas Psikol. Univ. Katolik Soegijapranata Semarang (2009).
62. Okulicz-Kozaryn, A. & da Rocha Valente, R. Life Satisfaction of Career Women and Housewives. Appl. Res. Qual. Life **13**, 603–632 (2018).
63. Martin, S. M., Lorenzen, K. & Bunnefeld, N. Fishing Farmers: Fishing, Livelihood Diversification and Poverty in Rural Laos. Hum. Ecol. **41**, 737–747 (2013).
64. Ibrohim. Strategi Buruh Nelayan dalam Pemenuhan Kebutuhan Keluarga (Studi pada Pemukiman Gunung Pala Kelurahan Keteguhan Kecamatan Teluk Betung Timur Kota Bandar Lampung). Skripsi Fak. Ilmu Sos. dan Ilmu Polit. Univ. Lampung (2017).