

INFLASI PANGAN DAN KETAHANAN RUMAH TANGGA



Oleh: Rudy C Tarumingkeng

Oleh:

[Prof Ir Rudy C Tarumingkeng, PhD](#)

Professor of Management NUP: 9903252922

Professor Emeritus, IPB-University

Rektor, Universitas Cenderawasih, Papua (1978-1988, dan

Rektor, Kampus AGRO Manokwari sekarang Universitas Papua Manokwari

Coordinator, CIDA/DIKTI SFU Burnaby BC Canada 1988-1991

Rektor, Universitas Kristen Krida Wacana, Jakarta (1991-2000)

Chairman. Board of Professors, IPB-University, Bogor (2005-2006)

AI - Data Analyst, dan Chairman, Academic Senate, IBM-ASMI, Jakarta 2024-

© RudyCT Academic Series

rudyclt75@gmail.com

29 March 2026

INFLASI PANGAN DAN KETAHANAN RUMAH TANGGA

Abstrak

Inflasi pangan merupakan salah satu guncangan ekonomi yang paling langsung dirasakan rumah tangga karena pangan menempati porsi besar dalam struktur pengeluaran, terutama pada kelompok miskin dan rentan. Dalam konteks pembangunan, persoalan ini tidak dapat dibaca hanya sebagai fluktuasi harga komoditas, melainkan sebagai persoalan daya beli, mutu konsumsi, kesehatan, ketahanan sosial, dan efektivitas kebijakan publik. Makalah ini bertujuan menganalisis hubungan antara inflasi pangan dan ketahanan rumah tangga, dengan menempatkan Indonesia dalam konteks dinamika global dan nasional terkini. Secara konseptual, pembahasan bertumpu pada definisi ketahanan pangan dalam Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2012 tentang Pangan, kerangka food systems yang menekankan keterhubungan antara produksi, distribusi, konsumsi, dan penghidupan, serta pandangan WHO mengenai diet sehat sebagai basis kesehatan dan produktivitas. Secara empiris, dunia masih menghadapi tekanan pangan yang berat. SOFI 2025 menunjukkan sekitar 673 juta orang mengalami kelaparan pada 2024, sekitar 2,3 miliar orang mengalami kerawanan pangan sedang atau berat, dan sekitar 2,6 miliar orang belum mampu membeli diet sehat; laporan yang sama menekankan bahwa inflasi pangan yang tinggi telah menggerus daya beli, terutama pada kelompok berpendapatan rendah. Dalam konteks Indonesia, inflasi umum 2025 memang terjaga pada 2,92 persen, tetapi komponen volatile food tetap relatif tinggi, dan pada Februari 2026 inflasi makanan, minuman, dan tembakau menjadi penyumbang terbesar inflasi bulanan. Pada saat yang sama, BPS mencatat tingkat kemiskinan Maret 2025 sebesar 8,47

persen atau 23,85 juta orang, dengan rata-rata garis kemiskinan nasional Rp609.160 per kapita per bulan; bahkan komoditas makanan menyumbang sekitar 75,21 persen terhadap garis kemiskinan. Makalah ini berargumen bahwa inflasi pangan menggerus ketahanan rumah tangga melalui tiga jalur utama: penurunan daya beli, penurunan mutu diet, dan meningkatnya kerentanan terhadap guncangan sosial-ekonomi lain. Karena itu, penanganan inflasi pangan tidak cukup dengan operasi pasar jangka pendek, tetapi harus didukung oleh penguatan produksi domestik, logistik, cadangan pangan, perlindungan sosial adaptif, literasi gizi, dan integrasi kebijakan lintas sektor. Dengan demikian, ketahanan rumah tangga terhadap inflasi pangan adalah bagian penting dari ketahanan ekonomi nasional. ([OpenKnowledge FAO](#))

Kata kunci: *inflasi pangan, ketahanan rumah tangga, daya beli, kemiskinan, gizi, Indonesia*

Inflasi Pangan dan Ketahanan Rumah Tangga

Pendahuluan

Dalam kehidupan ekonomi sehari-hari, tidak ada gejolak harga yang lebih cepat dirasakan masyarakat selain gejolak harga pangan. Bila harga kendaraan, properti, atau barang elektronik berubah, dampaknya tidak langsung menyentuh semua lapisan masyarakat. Sebaliknya, ketika harga beras, minyak goreng, telur, cabai, gula, atau daging ayam naik, rumah tangga segera merasakan tekanan pada anggaran belanja, dan tekanan itu jauh lebih berat bagi keluarga miskin yang sebagian besar pendapatannya sudah terserap untuk kebutuhan dasar. Karena itu, inflasi pangan bukan sekadar persoalan statistik harga, tetapi persoalan ketahanan hidup rumah tangga. Dalam kerangka hukum nasional, ketahanan pangan bahkan didefinisikan secara luas sebagai terpenuhinya pangan yang cukup, aman, bergizi, beragam, merata, dan terjangkau agar masyarakat dapat hidup sehat, aktif, dan produktif secara berkelanjutan. Definisi ini menunjukkan

bahwa keterjangkauan merupakan inti dari masalah pangan, bukan unsur tambahan. ([BPK Peraturan](#))

Urgensi persoalan ini semakin besar dalam konteks global. FAO menegaskan bahwa SOFI 2025 memberi perhatian khusus pada inflasi harga pangan karena kenaikan harga yang tinggi di banyak negara telah mengikis daya beli dan memperburuk akses kelompok berpendapatan rendah terhadap diet sehat. Laporan itu menunjukkan bahwa pada 2024 sekitar 673 juta orang masih hidup dalam kelaparan, sekitar 2,3 miliar orang menghadapi kerawanan pangan sedang atau berat, dan sekitar 2,6 miliar orang tidak mampu membeli diet sehat. Angka-angka tersebut memperlihatkan bahwa masalah pangan modern bukan sekadar ketersediaan komoditas, tetapi juga keterjangkauan, mutu konsumsi, dan distribusi pendapatan. ([FAOHome](#))

Indonesia menghadapi persoalan yang sama dalam bentuk yang khas. Bank Indonesia mencatat bahwa inflasi IHK 2025 berada pada 2,92 persen dan masih dalam kisaran sasaran $2,5 \pm 1$ persen, tetapi BI juga menegaskan bahwa kenaikan inflasi pada akhir 2025 terutama disumbang kelompok volatile food dan administered prices. Pada Februari 2026, inflasi tahunan naik menjadi 4,76 persen, sementara inflasi volatile food mencapai 4,64 persen secara tahunan dan disumbang antara lain oleh daging ayam ras, cabai rawit, dan cabai merah akibat peningkatan permintaan dan gangguan pasokan karena cuaca. Ini menunjukkan bahwa sekalipun inflasi agregat dapat dikelola, komponen pangan tetap menjadi sumber kerentanan yang menekan rumah tangga secara langsung. ([Bank Indonesia](#))

Dari sisi sosial, kerentanan itu terlihat jelas dalam data kemiskinan. BPS melaporkan bahwa pada Maret 2025 persentase penduduk miskin Indonesia sebesar 8,47 persen atau 23,85 juta orang, dengan rata-rata garis kemiskinan nasional Rp609.160 per kapita per bulan. Untuk rumah tangga miskin rata-rata yang beranggotakan 4,72 orang, angka itu setara dengan pengeluaran sekitar Rp2,875 juta per bulan. Ketika ruang anggaran serendah itu berhadapan dengan kenaikan harga pangan, rumah tangga

tidak punya banyak pilihan selain mengurangi jumlah, mutu, atau keberagaman makanan yang dikonsumsi. Di titik inilah inflasi pangan berubah dari gejala ekonomi menjadi persoalan ketahanan rumah tangga. ([Badan Pusat Statistik Indonesia](#))

Makalah ini berangkat dari pertanyaan pokok: bagaimana inflasi pangan memengaruhi ketahanan rumah tangga, dan strategi apa yang paling relevan untuk memperkuat daya tahan rumah tangga Indonesia terhadap guncangan harga makanan? Untuk menjawabnya, pembahasan akan menautkan inflasi pangan dengan daya beli, pola konsumsi, kemiskinan, kesehatan, kesejahteraan produsen, perlindungan sosial, dan tata kelola kebijakan. Argumen utamanya adalah bahwa inflasi pangan tidak boleh dipandang sebagai soal teknis pasar semata; ia adalah ujian atas kemampuan rumah tangga mempertahankan kehidupan layak dan kemampuan negara menjaga stabilitas sosial-ekonomi dari bawah. ([OpenKnowledge FAO](#))

1. Landasan Konseptual

1.1 Ketahanan pangan, inflasi, dan rumah tangga

Ketahanan pangan dalam kerangka nasional Indonesia tidak hanya berbicara tentang jumlah pangan, tetapi juga mutu, keamanan, keragaman, pemerataan, dan keterjangkauan. Dari definisi ini, dapat disimpulkan bahwa ketika harga pangan naik sedemikian rupa hingga rumah tangga tidak lagi mampu membeli makanan yang cukup dan sehat, maka ketahanan pangan pada level rumah tangga telah terganggu, meskipun pangan mungkin tersedia di pasar. Pengertian ini penting karena menghindarkan kita dari kesalahan membaca masalah pangan hanya dari sisi produksi atau stok nasional. Stok yang cukup tidak menjamin ketahanan rumah tangga bila harga sudah melampaui kemampuan belanja keluarga. ([BPK Peraturan](#))

Dalam ilmu ekonomi, inflasi pangan adalah kenaikan harga pangan yang berlangsung terus-menerus dalam suatu periode dan memengaruhi biaya hidup masyarakat. Tetapi dalam perspektif rumah tangga, inflasi pangan

lebih dari sekadar angka indeks. Ia adalah pengurangan daya beli riil. Uang yang sama membeli lebih sedikit beras, lebih sedikit telur, lebih sedikit minyak, atau lebih sedikit sayuran. Ketika keadaan ini berlangsung berulang, rumah tangga menyesuaikan perilakunya: mereka mengurangi porsi, mengganti lauk dengan opsi yang lebih murah, menunda pembelian pangan bergizi, atau memotong belanja nonpangan seperti pendidikan dan kesehatan. Oleh karena itu, inflasi pangan harus dibaca sebagai tekanan simultan terhadap konsumsi, kesehatan, dan pilihan hidup rumah tangga. ([OpenKnowledge FAO](#))

WHO menegaskan bahwa diet memainkan peran penting dalam kesehatan dan kesejahteraan, dan diet sehat membantu melindungi manusia dari semua bentuk malnutrisi serta penyakit tidak menular. WHO juga menekankan bahwa perilaku diet yang terbentuk pada masa kanak-kanak dan remaja sering berlanjut sampai dewasa, dan bahwa lingkungan pangan yang sehat memerlukan keterlibatan banyak sektor, termasuk pemerintah. Dalam konteks inflasi pangan, temuan ini berarti bahwa ketika harga menekan rumah tangga untuk terus-menerus mengorbankan mutu diet, dampaknya tidak hanya jangka pendek. Ia dapat membentuk kebiasaan makan yang buruk, memperbesar risiko gizi kurang atau gizi berlebih, dan pada akhirnya mengurangi produktivitas serta kualitas hidup. ([World Health Organization](#))

1.2 Food systems dan ketahanan rumah tangga

Pendekatan food systems membantu menjelaskan bahwa inflasi pangan bukan hanya akibat produksi yang menurun. Sistem pangan mencakup produksi, pascapanen, logistik, distribusi, pengolahan, perdagangan, konsumsi, dan kebijakan yang mengaturnya. Karena itu, harga pangan dapat naik bukan hanya karena panen buruk, tetapi juga karena distribusi terganggu, biaya transportasi naik, cadangan lemah, input mahal, atau ekspektasi pasar memburuk. Perspektif ini penting bagi rumah tangga karena sumber guncangan harga tidak selalu berada di lahan pertanian. Kadang-kadang masalah justru muncul di pasar distribusi, dalam rantai

pasok, atau dalam struktur pasar yang panjang dan tidak efisien.

([OpenKnowledge FAO](#))

Dari sisi rumah tangga, ketahanan tidak hanya berarti kemampuan membeli pangan hari ini, tetapi juga kemampuan bertahan ketika terjadi shock. Rumah tangga yang memiliki tabungan tipis, pekerjaan informal, akses terbatas ke perlindungan sosial, dan pola konsumsi yang sudah minim akan jauh lebih mudah jatuh ke kerawanan saat harga pangan naik. Sebaliknya, rumah tangga dengan pendapatan lebih stabil, akses bantuan sosial, dan akses pasar yang lebih baik cenderung lebih tahan. Maka, ketahanan rumah tangga harus dilihat sebagai gabungan antara kapasitas ekonomi, akses institusional, dan kualitas lingkungan pangan di sekitarnya.

([World Bank](#))

2. Inflasi Pangan sebagai Tekanan terhadap Daya Beli

Salah satu mekanisme paling nyata dari inflasi pangan adalah penurunan daya beli riil. Ketika harga naik, pendapatan nominal yang sama tidak lagi cukup untuk membeli paket konsumsi yang sebelumnya dapat dipenuhi. Tekanan ini sangat berat bagi rumah tangga miskin karena porsi pengeluaran makanan dalam total belanja mereka sangat besar. Cuplikan BPS untuk kemiskinan Maret 2025 menunjukkan bahwa komoditas makanan menyumbang sekitar 75,21 persen terhadap garis kemiskinan. Artinya, bagi kelompok terbawah, pangan bukan hanya salah satu pos belanja, melainkan pusat dari seluruh struktur pengeluaran. Karena itu, sedikit saja kenaikan harga bahan makanan dapat mengubah posisi sebuah rumah tangga dari rentan menjadi miskin. ([BPS Web API](#))

Data BPS nasional menunjukkan bahwa pada Maret 2025 jumlah penduduk miskin masih 23,85 juta orang. Di antara kelompok yang berada sedikit di atas garis kemiskinan pun terdapat rumah tangga “hampir miskin” yang pengeluarannya sangat dekat dengan garis tersebut. Dalam keadaan seperti ini, inflasi pangan berperan seperti pajak tak tertulis yang paling berat dipikul oleh kelompok berpendapatan rendah. Mereka tidak dapat menghindari belanja pangan, dan pilihan substitusinya terbatas. Mereka juga jarang punya tabungan yang cukup untuk menyerap shock harga

berkepanjangan. Maka, dari perspektif distribusi, inflasi pangan bersifat regresif. ([Badan Pusat Statistik Indonesia](#))

Secara makro, tekanan daya beli ini berbahaya karena konsumsi rumah tangga adalah penopang utama perekonomian Indonesia. BPS mencatat ekonomi Indonesia tumbuh 5,11 persen pada 2025 dengan PDB atas dasar harga berlaku Rp23.821,1 triliun dan PDB per kapita Rp83,7 juta. Tetapi pertumbuhan agregat semacam itu tidak otomatis berarti setiap rumah tangga menikmati perbaikan kesejahteraan bila inflasi pangan tetap menggerus anggaran konsumsi dasar. Di titik inilah inflasi pangan dapat mengurangi kualitas pertumbuhan: ekonomi tetap tumbuh di atas kertas, tetapi rumah tangga rentan merasa hidup makin berat. ([Badan Pusat Statistik Indonesia](#))

3. Inflasi Pangan dan Perubahan Pola Konsumsi Rumah Tangga

Ketika daya beli menurun, rumah tangga biasanya tidak serta-merta berhenti makan; mereka menyesuaikan pola konsumsi. Penyesuaian yang paling sering terjadi adalah pergeseran dari pangan yang lebih bergizi ke pangan yang lebih murah dan lebih padat kalori. Misalnya, protein hewani dikurangi, buah dan sayur dikurangi, sementara sumber karbohidrat murah dipertahankan karena memberi rasa kenyang. Dalam jangka pendek, strategi ini terlihat rasional. Namun dalam jangka menengah dan panjang, rumah tangga mulai menanggung biaya tersembunyi: kualitas gizi menurun, risiko anemia atau kekurangan mikronutrien meningkat, dan pada saat yang sama konsumsi makanan ultra-proses yang murah tetapi kurang sehat dapat meningkat. WHO memperingatkan bahwa banyak orang kini mengonsumsi lebih banyak makanan yang diproses tinggi gula, garam, dan lemak, sementara konsumsi buah, sayur, dan serat masih kurang. ([World Health Organization](#))

UNICEF menegaskan bahwa Indonesia masih menghadapi triple burden of malnutrition: undernutrition, micronutrient deficiencies, dan overnutrition atau overweight/obesity. UNICEF juga menilai bahwa alokasi nasional untuk gizi 2024–2025 menunjukkan kemauan politik yang kuat, tetapi porsi intervensi nutrition-specific dalam total belanja kesehatan masih relatif

kecil, sekitar 6–9 persen, sementara program nutrition-sensitive tersebar di sektor lain seperti pertanian dan pendidikan. Temuan ini penting bagi pembacaan inflasi pangan, karena menunjukkan bahwa kerentanan gizi rumah tangga bukan hanya urusan perilaku individu, melainkan juga hasil dari bagaimana sistem pangan, harga, dan kebijakan publik bekerja. ([UNICEF](#))

Dengan demikian, inflasi pangan menimbulkan efek ganda. Pertama, kuantitas konsumsi menurun atau menjadi lebih rapuh. Kedua, kualitas konsumsi bergeser ke arah yang kurang sehat. Rumah tangga yang tampak “masih mampu makan” belum tentu sebenarnya aman secara pangan. Mereka mungkin hanya sedang bertahan dengan mengorbankan keberagaman dan mutu diet. Oleh sebab itu, ketahanan rumah tangga tidak bisa diukur hanya dari masih adanya makanan di meja, tetapi juga dari apakah makanan itu cukup aman, cukup bergizi, dan cukup stabil untuk menopang kehidupan sehat. ([BPK Peraturan](#))

4. Gambaran Global: Inflasi Pangan sebagai Krisis Keterjangkauan

SOFI 2025 menekankan bahwa inflasi pangan tinggi telah menjadi salah satu penghalang utama bagi perbaikan ketahanan pangan global. Laporan itu bukan hanya melaporkan jumlah orang lapar, tetapi secara eksplisit menunjukkan bahwa daya beli masyarakat terhadap diet sehat telah melemah. Bahwa 2,6 miliar orang masih tidak mampu membeli diet sehat pada 2024 menunjukkan bahwa masalah terbesar bukan selalu ketiadaan fisik makanan, melainkan keterjangkauan. Dalam bahasa lain, dunia menghadapi krisis pangan yang semakin berbentuk krisis akses ekonomi. ([OpenKnowledge FAO](#))

Dari perspektif rumah tangga Indonesia, pelajaran global itu sangat relevan. Rumah tangga bisa saja hidup di negara yang secara nasional tidak mengalami kelangkaan parah, tetapi tetap mengalami “krisis pangan mikro” ketika harga membuat mereka tidak mampu membeli diet sehat. Kondisi ini sering luput dari perdebatan publik, karena perbincangan lebih banyak terfokus pada stok nasional atau swasembada komoditas tertentu. Padahal pada level rumah tangga, persoalannya lebih sederhana sekaligus

lebih mendasar: apakah dengan pendapatan yang ada mereka masih sanggup membeli makanan yang cukup dan berkualitas. ([OpenKnowledge FAO](#))

5. Konteks Indonesia Terkini

Bank Indonesia melaporkan bahwa inflasi IHK 2025 sebesar 2,92 persen dan masih berada dalam sasaran $2,5 \pm 1$ persen. BI juga menegaskan bahwa sasaran inflasi untuk 2025, 2026, dan 2027 masing-masing 2,5 persen dengan deviasi 1 persen. Namun di balik capaian headline itu, komponen pangan tetap menunjukkan tekanan tersendiri. BI pada Februari 2026 mencatat inflasi volatile food sebesar 4,64 persen tahunan dan menyebut komoditas seperti daging ayam ras, cabai rawit, dan cabai merah sebagai penyumbang utama akibat peningkatan permintaan dan penurunan pasokan karena cuaca. Ini memperlihatkan bahwa rumah tangga Indonesia tetap hidup dalam ekologi harga pangan yang bergejolak, meskipun stabilitas makro umum masih relatif terjaga. ([Bank Indonesia](#))

Data BPS Maret 2025 menunjukkan bahwa kemiskinan perdesaan sebesar 11,03 persen, lebih tinggi daripada perkotaan yang 6,73 persen. Angka ini penting karena mengingatkan bahwa kerentanan rumah tangga terhadap inflasi pangan tidak hanya dialami konsumen kota, tetapi juga rumah tangga desa. Banyak rumah tangga perdesaan memang memproduksi pangan, tetapi mereka juga membeli sebagian kebutuhan pangan lain, membayar transportasi, menghadapi biaya produksi, dan terpapar kenaikan harga input. Karena itu, posisi mereka bersifat ganda: sebagai produsen sekaligus konsumen. Inflasi pangan dan inflasi biaya hidup dapat menekan mereka dari dua arah sekaligus. ([Badan Pusat Statistik Indonesia](#))

Di sisi lain, Indonesia memiliki modal penting. BPS melaporkan bahwa luas panen padi 2025 naik menjadi sekitar 11,32 juta hektare dan produksi padi mencapai 60,21 juta ton GKG, meningkat 13,29 persen dibanding 2024. Kenaikan ini memberi bantalan terhadap tekanan pasokan domestik dan memperkuat kemampuan negara menjaga ketersediaan. Akan tetapi, ketersediaan nasional belum otomatis berarti ketahanan rumah tangga jika distribusi, harga, dan kualitas konsumsi belum serentak membaik. Kenaikan

produksi adalah syarat penting, tetapi bukan syarat tunggal. ([Badan Pusat Statistik Indonesia](#))

6. Rumah Tangga sebagai Unit Ketahanan Ekonomi

Rumah tangga adalah unit pertama yang menyerap shock ekonomi. Ketika harga pangan naik, keputusan yang diambil pada level rumah tangga biasanya bersifat sangat praktis: mengurangi frekuensi konsumsi protein, mengurangi jajan anak, menunda pembelian susu, mengganti lauk, meminjam uang kecil dari tetangga, atau menarik tabungan yang sebenarnya disiapkan untuk kebutuhan lain. Dari sudut statistik, perilaku semacam ini sering tidak langsung terlihat. Tetapi dari sudut sosiologi ekonomi, inilah inti dari ketahanan rumah tangga: kemampuan untuk bertahan tanpa jatuh ke kondisi yang lebih buruk. Semakin sedikit cadangan yang dimiliki sebuah rumah tangga—baik pendapatan, tabungan, aset, maupun dukungan sosial—semakin rendah ketahanannya terhadap inflasi pangan. ([Badan Pusat Statistik Indonesia](#))

World Bank dalam *State of Social Protection Report 2025* menekankan pentingnya sistem perlindungan sosial yang adaptif, termasuk dynamic social registries, digital payment systems, dan delivery systems yang mampu merespons guncangan dengan cepat. Laporan itu juga menyebutkan bahwa program bantuan pangan Indonesia mendorong penerima untuk membeli makanan bernutrisi tinggi. Dari sini terlihat bahwa ketahanan rumah tangga tidak hanya ditentukan oleh kekuatan internal keluarga, tetapi juga oleh kualitas sistem publik yang mengelilinginya. Rumah tangga miskin akan jauh lebih tahan bila negara mampu menyalurkan dukungan dengan cepat, akurat, dan cukup. ([World Bank](#))

Ketahanan rumah tangga juga bersifat relasional. Rumah tangga dengan akses ke keluarga besar, komunitas, koperasi, warung yang memberi tempo, atau bantuan sosial lokal sering lebih mampu menyerap shock daripada rumah tangga yang terisolasi. Akan tetapi, dalam skala yang luas, jaringan sosial informal tidak cukup menghadapi inflasi pangan yang berkepanjangan. Pada akhirnya, negara tetap harus hadir sebagai penyangga utama. Itulah sebabnya inflasi pangan tidak boleh dilihat hanya

sebagai urusan pasar, sebab dampaknya langsung menyentuh kemampuan masyarakat mempertahankan fungsi-fungsi sosial dasar dalam keluarga.

([World Bank](#))

7. Produsen Pangan dan Ketahanan Rumah Tangga Pedesaan

Diskusi tentang inflasi pangan sering terlalu berpusat pada konsumen, padahal rumah tangga produsen juga sangat penting. Rumah tangga petani memerlukan harga hasil yang cukup agar usaha tani tetap layak. Jika harga di tingkat petani terlalu rendah, mereka tidak punya insentif untuk menanam atau berinvestasi. Tetapi bila harga konsumen terlalu tinggi, rumah tangga miskin di kota dan desa akan menderita. Di sinilah letak dilema ekonomi pangan: stabilitas lebih penting daripada sekadar harga rendah sesaat. BPS menunjukkan NTP Desember 2025 sebesar 125,35, naik 1,05 persen, tetapi indeks konsumsi rumah tangga petani juga naik. Ini berarti kesejahteraan petani tidak bisa dinilai hanya dari harga output; biaya hidup mereka sebagai konsumen juga meningkat. ([Bank Indonesia](#))

Dari sudut ketahanan rumah tangga pedesaan, hal ini berarti inflasi pangan dapat menghadirkan paradoks. Seorang petani padi mungkin memperoleh manfaat dari harga gabah yang lebih tinggi, tetapi ia tetap harus membeli minyak goreng, telur, gula, sayuran lain, pulsa, transportasi, dan kebutuhan sekolah anak. Bila kenaikan harga pangan hanya memperbaiki sebagian kecil pendapatannya tetapi biaya hidup naik lebih luas, ketahanan rumah tangganya tidak serta-merta membaik. Karena itu, kebijakan pangan perlu menjaga keseimbangan antara stabilitas harga konsumen dan kelayakan ekonomi produsen. ([Badan Pangan Nasional](#))

8. Peran Kebijakan Publik

Bank Indonesia menjelaskan bahwa pengendalian inflasi Indonesia memerlukan koordinasi erat antara BI dan pemerintah pusat-daerah karena inflasi sangat rentan terhadap supply-side shocks. Pada Januari 2026, pemerintah dan BI menyepakati sasaran menjaga inflasi 2026 pada $2,5 \pm 1$ persen, menjaga inflasi volatile food dalam kisaran 3,0–5,0 persen, dan memperkuat koordinasi pusat-daerah untuk mendukung pengendalian

inflasi pangan melalui kesinambungan pasokan dan kelancaran distribusi. Ini menunjukkan bahwa negara memahami inflasi pangan sebagai persoalan struktural yang menuntut kerja lintas lembaga. ([Bank Indonesia](#))

Badan Pangan Nasional juga menempatkan Gerakan Pangan Murah, kios pangan, dan Cadangan Pangan Pemerintah sebagai instrumen strategis. Sepanjang 2025, GPM telah dilaksanakan 13.321 kali di seluruh Indonesia; pada 2026 program itu ditargetkan menjangkau seluruh 38 provinsi dan 514 kabupaten/kota. Bapanas juga mencatat pengembangan 1.737 kios pangan di 34 provinsi dan penetapan target penyerapan CPP 2026, termasuk 4 juta ton beras, 1 juta ton jagung, 70 ribu ton kedelai, 275 ribu ton gula konsumsi, dan 790 ribu ton minyak goreng. Dari sudut rumah tangga, instrumen-instrumen ini penting karena berfungsi sebagai jaring pengaman harga dan akses. Namun keberhasilannya tetap bergantung pada ketepatan sasaran, kecepatan distribusi, dan konsistensi pasokan. ([Badan Pangan Nasional](#))

Bappenas mendorong transformasi pangan nasional untuk ketahanan dan keberlanjutan, termasuk penguatan kapasitas koperasi produksi untuk komoditas prioritas seperti beras, jagung, ikan, dan hortikultura. Arah ini penting karena memberi perspektif yang lebih jangka panjang. Rumah tangga tidak bisa hanya dilindungi lewat operasi pasar sesaat; mereka perlu hidup dalam sistem pangan yang lebih produktif, lebih efisien, lebih terintegrasi, dan lebih beragam. Dengan kata lain, stabilisasi harga harian tetap penting, tetapi transformasi sistem pangan adalah syarat bagi perlindungan yang lebih permanen. ([Bappenas](#))

9. Strategi Memperkuat Ketahanan Rumah Tangga

Strategi pertama adalah menjaga inflasi pangan tetap rendah dan dapat diprediksi. Rumah tangga lebih mudah menyesuaikan diri terhadap harga yang sedikit lebih tinggi tetapi stabil, daripada harga yang sangat bergejolak. Oleh sebab itu, koordinasi TPIP-TPID, penguatan distribusi, intervensi saat pasokan terganggu, serta pengelolaan ekspektasi pasar harus tetap menjadi prioritas. Stabilitas harga memberi ruang bagi rumah

tangga untuk merencanakan belanja dan mengurangi ketidakpastian dalam keputusan konsumsi. ([Bank Indonesia](#))

Strategi kedua adalah memperkuat perlindungan sosial yang adaptif. Ketika rumah tangga tidak punya cadangan yang cukup, bantuan sosial menjadi shock absorber yang sangat penting. World Bank menekankan pentingnya delivery systems yang tangguh dan adaptif agar bantuan dapat menjangkau yang membutuhkan dalam kondisi normal maupun saat krisis. Dalam konteks Indonesia, integrasi data kemiskinan, sistem pembayaran digital, dan kemampuan menyesuaikan nilai bantuan terhadap tekanan harga akan sangat menentukan apakah rumah tangga rentan mampu bertahan tanpa jatuh lebih dalam. ([World Bank](#))

Strategi ketiga adalah memperkuat akses terhadap pangan bergizi, bukan hanya pangan murah. WHO menekankan bahwa diet sehat memerlukan adequacy, balance, moderation, dan diversity. Karena itu, kebijakan pangan perlu mendorong keterjangkauan buah, sayur, protein, dan sumber mikronutrien, bukan hanya menjaga ketersediaan karbohidrat pokok. Bila tidak, rumah tangga memang mungkin lolos dari lapar terbuka, tetapi tetap terjebak dalam kualitas konsumsi yang buruk. Dalam jangka panjang, itu akan melemahkan kesehatan dan produktivitas. ([World Health Organization](#))

Strategi keempat adalah penguatan pangan lokal dan diversifikasi konsumsi. Ketergantungan yang terlalu besar pada satu-dua komoditas membuat rumah tangga lebih rentan ketika harga komoditas itu naik. Diversifikasi memberi ruang untuk substitusi yang lebih sehat dan lebih adaptif secara budaya maupun ekonomi. Dalam konteks Indonesia, penguatan komoditas lokal, koperasi pangan, dan pasar lokal yang efisien akan membantu rumah tangga memperoleh alternatif pangan dengan harga lebih stabil. Pendekatan ini juga mendukung ketahanan daerah, bukan hanya ketahanan nasional agregat. ([Bappenas](#))

Strategi kelima adalah memperkuat literasi ekonomi pangan di tingkat rumah tangga. Banyak rumah tangga perlu dibantu bukan hanya dengan bantuan material, tetapi juga dengan pengetahuan praktis mengenai

pengelolaan anggaran makanan, prioritas gizi, pemilihan produk yang lebih efisien dan sehat, serta kemampuan membaca perubahan harga. Literasi semacam ini tidak menggantikan kewajiban negara menjaga harga, tetapi dapat memperkuat kemampuan adaptif keluarga dalam menghadapi shock yang tidak dapat dihindari sepenuhnya. WHO menekankan pentingnya consumer awareness, nutrition education, school programmes, dan point-of-sale information sebagai bagian dari penciptaan healthy food environment. ([World Health Organization](#))

Penutup

Makalah ini menunjukkan bahwa inflasi pangan merupakan salah satu ancaman paling nyata terhadap ketahanan rumah tangga. Ia bekerja bukan hanya melalui kenaikan harga, tetapi juga melalui penurunan daya beli, penurunan kualitas diet, dan meningkatnya kerentanan terhadap kemiskinan serta guncangan sosial-ekonomi lain. Dalam konteks global, SOFI 2025 memperlihatkan bahwa dunia masih menghadapi kelaparan, kerawanan pangan, dan ketidakmampuan membeli diet sehat dalam skala yang sangat besar. Dalam konteks Indonesia, inflasi umum memang relatif terjaga, tetapi komponen pangan tetap menjadi sumber tekanan yang sensitif, terutama bagi rumah tangga berpendapatan rendah.

([OpenKnowledge FAO](#))

Ketahanan rumah tangga terhadap inflasi pangan tidak dapat dibangun hanya dengan berharap harga turun sendiri. Ia membutuhkan kapasitas rumah tangga dan kapasitas negara sekaligus. Rumah tangga memerlukan pendapatan yang cukup, akses ke bantuan sosial, pengetahuan gizi, dan lingkungan pangan yang sehat. Negara memerlukan produksi yang kuat, logistik yang efisien, cadangan yang memadai, data yang akurat, dan kebijakan stabilisasi yang cepat. Bila salah satu sisi lemah, shock harga akan lebih mudah berubah menjadi krisis kesejahteraan. ([Badan Pusat Statistik Indonesia](#))

Dengan demikian, inflasi pangan dan ketahanan rumah tangga adalah dua sisi dari persoalan yang sama. Keduanya memperlihatkan bahwa ekonomi sesungguhnya hidup di tingkat keluarga: di dapur, di pasar, di warung, di

rekening belanja mingguan, dan pada pilihan makan anak-anak. Karena itu, kebijakan pangan yang baik harus diukur bukan hanya dari turunnya angka inflasi, tetapi juga dari meningkatnya kemampuan rumah tangga untuk hidup sehat, aman, dan bermartabat di tengah perubahan harga. Itulah makna terdalam dari ketahanan pangan yang sesungguhnya. ([BPK Peraturan](#))

Glosarium

Inflasi pangan

Kenaikan harga pangan yang berlangsung terus-menerus dalam suatu periode dan mengurangi daya beli rumah tangga terhadap makanan.

Ketahanan rumah tangga

Kemampuan rumah tangga untuk mempertahankan konsumsi, kesehatan, dan fungsi sosial-ekonominya ketika menghadapi guncangan, termasuk kenaikan harga pangan.

Ketahanan pangan

Kondisi ketika pangan tersedia, aman, beragam, bergizi, merata, dan terjangkau bagi negara sampai perseorangan untuk hidup sehat, aktif, dan produktif secara berkelanjutan. ([BPK Peraturan](#))

Volatile food

Kelompok komoditas pangan bergejolak yang sangat dipengaruhi musim, panen, cuaca, dan distribusi, sehingga sering menjadi sumber utama tekanan inflasi. ([Bank Indonesia](#))

Diet sehat

Pola makan yang cukup, seimbang, beragam, moderat, dan aman, yang membantu melindungi dari malnutrisi dan penyakit tidak menular. ([World Health Organization](#))

Triple burden of malnutrition

Koeksistensi undernutrition, kekurangan mikronutrien, dan overweight/obesity dalam satu populasi atau negara. ([UNICEF](#))

Cadangan Pangan Pemerintah (CPP)

Persediaan pangan yang dikelola pemerintah untuk menopang intervensi pasar dan menjaga stabilitas pasokan serta harga. ([Badan Pangan Nasional](#))

Gerakan Pangan Murah (GPM)

Program pemerintah untuk menyediakan akses pangan terjangkau di tingkat konsumen sebagai salah satu instrumen pengendalian harga. ([Badan Pangan Nasional](#))

Daftar Pustaka (APA 7)

Badan Pangan Nasional. (2026, January 12). *Ini strategi Bapanas di 2026 untuk menjaga stabilitas harga pangan.*

Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2024, December 5). *Bappenas dorong transformasi pangan nasional untuk ketahanan dan keberlanjutan pangan.*

Badan Pusat Statistik. (2025, July 25). *Persentase penduduk miskin Maret 2025 turun menjadi 8,47 persen.*

Badan Pusat Statistik. (2025, July 25). *Tingkat kemiskinan kembali menurun.*

Badan Pusat Statistik. (2026, February 5). *Ekonomi Indonesia tahun 2025 tumbuh 5,11 persen.*

Badan Pusat Statistik. (2026, February 2). *Luas panen padi pada tahun 2025 mencapai sekitar 11,32 juta hektare dengan produksi padi sebanyak 60,21 juta ton gabah kering giling (GKG).*

Bank Indonesia. (2026, January 6). *Inflasi IHK 2025 terjaga dalam sasaran.*

Bank Indonesia. (2026, January 30). *Pemerintah dan Bank Indonesia perkuat sinergi menjaga inflasi 2026*.

Bank Indonesia. (2026, March 3). *Inflasi IHK Februari 2026 tetap terkendali*.

Bank Indonesia. (n.d.). *Inflasi*.

Bank Indonesia. (n.d.). *Target inflasi*.

Food and Agriculture Organization of the United Nations, International Fund for Agricultural Development, United Nations Children's Fund, World Food Programme, & World Health Organization. (2025). *The State of Food Security and Nutrition in the World 2025: Addressing high food price inflation for food security and nutrition*.

UNICEF Indonesia. (2025). *Indonesia 2018–2024 national nutrition programme review: Synthesis report*.

World Bank. (2025). *State of social protection report 2025: The 2-billion-person challenge*.

World Health Organization. (2026, January 26). *Healthy diet*.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2012 tentang Pangan.

Copilot for this article: ChatGPT 5.4. Thinking (2026). Access date: 29 March 2026. Author's account ([Rudy C Tarumingkeng](#))

<https://chatgpt.com/c/69c88f3f-3aec-8398-aafa-8b1f21da7991>