eISSN 3090-174X & pISSN 3090-1367
Vol. 2, No. 4, Tahun 2026
doi.org/10.63822/x1m6ya71
Hal. 8488-8498

Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora
Beranda Jurnal https://indojurnal.com/index.php/jisoh

Efektivitas Strategi Rumah Tangga dalam Memenuhi Kebutuhan Dasar

Wahyu Muh. Syata
Pendidikan Ekonomi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Halu Oleo, Kota Kendari, Indonesia

*Email Korespodensi: wahyumuh.syata@uho.ac.id

Diterima: 27-10-2026 | Disetujui: 02-11-2026 | Diterbitkan: 04-11-2026

ABSTRACT

A household is the smallest economic unit, tasked with managing daily income and expenditures to ensure that basic needs—such as food, healthcare, and education—are met. This challenge intensifies when households encounter financial shocks, such as illness, job loss, or natural disasters. While extensive research exists on how households navigate these situations, the findings are scattered across various topics and regions, often yielding inconsistent results. This article synthesizes existing research to evaluate the effectiveness of household strategies in meeting basic needs. Employing a literature review methodology, the study examines 36 domestic and international journal articles, categorizing the findings by theme. The results indicate that household strategies fall into five categories: diversifying income sources; leveraging the roles of women and other family members; managing financial shocks; producing and managing food consumption; and utilizing social assistance and financial management. Strategies that enhance household capacity—such as transitioning to more profitable economic activities, engaging in subsistence food production, and improving financial literacy—generally lead to better well-being. Conversely, survival-oriented strategies—such as selling assets, incurring debt, or reducing food intake—offer only temporary relief and leave households vulnerable. The success of any given strategy depends on the assets available, access to credit, and the value of social assistance received; therefore, no single strategy is universally applicable. Household strategies are most effective when supported by social assistance tailored to specific regional conditions.

Keywords: *Household Strategies; Basic Needs; Livelihood Diversification; Coping Strategies; Food Security*.

ABSTRAK

Rumah tangga adalah unit ekonomi terkecil yang setiap hari harus mengatur pemasukan dan pengeluaran agar kebutuhan dasar, seperti makanan, kesehatan, dan pendidikan, tetap tercukupi. Tugas ini terasa lebih berat ketika rumah tangga menghadapi kejadian yang mengguncang keuangan, misalnya sakit, kehilangan pekerjaan, atau bencana. Penelitian tentang cara rumah tangga mengatasi hal ini sudah banyak, tetapi tersebar dalam berbagai topik dan wilayah, dan hasilnya tidak selalu sama. Karena itu, artikel ini merangkum dan menyatukan hasil penelitian terdahulu untuk menilai seberapa efektif strategi rumah tangga dalam memenuhi kebutuhan dasar. Artikel ini menggunakan metode studi pustaka, yaitu menelaah 36 artikel jurnal dari dalam dan luar negeri, lalu mengelompokkan temuannya berdasarkan tema. Hasilnya, strategi rumah tangga terbagi menjadi lima kelompok: mencari beragam sumber penghasilan, peran perempuan dan anggota keluarga, cara menghadapi guncangan, produksi dan pengaturan belanja pangan, serta bantuan sosial dan pengelolaan keuangan. Strategi yang menambah kemampuan rumah tangga, seperti beralih ke usaha yang lebih menguntungkan, menanam pangan sendiri, dan melek keuangan, umumnya membuat kesejahteraan lebih baik. Sebaliknya, strategi yang bersifat bertahan, seperti menjual aset, berutang, dan mengurangi makan, hanya menolong sementara dan membuat rumah tangga tetap

rentan. Keberhasilan suatu strategi juga bergantung pada aset yang dimiliki, kemudahan mendapat kredit, dan nilai bantuan yang diterima, sehingga tidak ada satu strategi yang cocok untuk semua rumah tangga. Strategi rumah tangga paling berhasil bila didukung bantuan sosial yang disesuaikan dengan kondisi wilayah.

Katakunci: Strategi Rumah Tangga; Kebutuhan Dasar; Diversifikasi Nafkah; Strategi Coping; Ketahanan Pangan.

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Syata, W. M. (2026). Efektivitas Strategi Rumah Tangga Dalam Memenuhi Kebutuhan Dasar. Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora, 2(4), 8488-8498. https://doi.org/10.63822/x1m6ya71

PENDAHULUAN

Rumah tangga merupakan unit ekonomi terkecil yang setiap hari harus mengambil keputusan tentang cara memperoleh pendapatan, mengalokasikan pengeluaran, dan memastikan kebutuhan dasar seperti pangan, kesehatan, dan pendidikan tetap terpenuhi. Dalam praktiknya, rumah tangga jarang bergantung pada satu sumber nafkah saja. Rumah tangga perdesaan di negara berkembang, misalnya, membangun beragam kegiatan nafkah dan dukungan sosial untuk bertahan hidup sekaligus meningkatkan standar hidupnya (Ellis, 1998). Pola ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan dasar tidak hanya ditentukan oleh besarnya pendapatan, tetapi juga oleh strategi yang dipilih rumah tangga dalam mengelola sumber daya yang dimilikinya.

Upaya tersebut menjadi semakin berat ketika rumah tangga menghadapi guncangan. Analisis survei rumah tangga di 16 negara berkembang menunjukkan bahwa bencana alam, masalah kesehatan, gangguan ekonomi, dan kehilangan aset merupakan guncangan yang paling sering dilaporkan (Heltberg et al., 2015). Guncangan yang lebih besar dan lebih parah juga mempersulit pemulihan rumah tangga, dan pemulihan itu sendiri lebih ditentukan oleh kepemilikan aset fisik daripada karakteristik rumah tangga (Tran, 2015). Pada tingkat global, rumah tangga perdesaan merespons guncangan individual dengan menguras aset keuangan dan barang tahan lama, sedangkan guncangan yang meluas, yang sering terkait iklim, terutama berujung pada penurunan konsumsi (Börner et al., 2015). Kerawanan pangan pun mendorong banyak rumah tangga menggunakan strategi coping; di Swaziland, sekitar 70% rumah tangga perdesaan melakukannya, dengan frekuensi yang berkaitan dengan ukuran rumah tangga, rasio ketergantungan, pendidikan, dan pendapatan (Mabuza et al., 2016).

Meskipun demikian, tidak semua strategi memberikan hasil yang sama baiknya. Rumah tangga miskin sering memakai strategi coping yang merugikan sehingga tetap rentan (Heltberg et al., 2015). Di Vanuatu dan Kepulauan Solomon, kebun pangan lokal dan asuransi informal menjadi jaring pengaman ketika harga pangan dan bahan bakar melonjak pada 2008, tetapi sebagian rumah tangga perkotaan terpaksa memangkas pengeluaran kesehatan, pendidikan, dan pangan (McDonald, 2018). Pada masa pandemi Covid-19, guncangan berupa penyakit, kehilangan pekerjaan, penutupan usaha, dan kenaikan harga di Nigeria berkaitan dengan menurunnya akses rumah tangga terhadap obat-obatan, bahan pangan, dan layanan medis, dengan dampak yang berbeda menurut jenis kelamin kepala rumah tangga dan wilayah tempat tinggal (Ajefu et al., 2023). Temuan-temuan ini menegaskan bahwa efektivitas suatu strategi perlu dinilai dari sejauh mana strategi itu benar-benar menjaga pemenuhan kebutuhan dasar, bukan sekadar membuat rumah tangga bertahan sementara.

Salah satu strategi yang paling banyak dikaji adalah diversifikasi sumber pendapatan. Diversifikasi pendapatan terbukti meningkatkan pendapatan dan menurunkan peluang rumah tangga jatuh miskin di Ethiopia (Kidane & Zegeye, 2020). Di Malawi, Niger, dan Zambia, manfaat diversifikasi terbesar justru dirasakan rumah tangga termiskin, meskipun dampaknya terhadap pendapatan berbeda antarnegara dan antarstrategi (Asfaw et al., 2019). Di India, diversifikasi ke sektor berpengembalian lebih tinggi memberi kontribusi terbesar bagi kesejahteraan ekonomi rumah tangga, dan partisipasi kerja perempuan berkaitan positif dengan kesejahteraan tersebut (Patidar et al., 2025). Namun, hasilnya tidak selalu seragam: studi pada petani padi di Ghana menunjukkan bahwa diversifikasi pendapatan berkaitan dengan pengeluaran konsumsi yang lebih tinggi, sedangkan diversifikasi tanaman berkaitan dengan pengeluaran konsumsi yang lebih rendah (Amfo et al., 2021). Selain diversifikasi, kemampuan mengelola keuangan juga berperan. Pada rumah tangga berpenghasilan rendah di Malaysia, literasi keuangan berpengaruh positif terhadap status

sosial ekonomi, dengan kesejahteraan finansial sebagai mediator parsial (Munisamy et al., 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, tampak bahwa kajian tentang strategi rumah tangga tersebar dalam beberapa fokus, yaitu diversifikasi nafkah, strategi coping terhadap guncangan, dan pengelolaan keuangan, serta dilakukan di konteks wilayah yang berbeda-beda. Temuan yang beragam, bahkan kadang berbeda arah, menunjukkan perlunya sintesis yang menempatkan berbagai strategi ini dalam satu kerangka pembahasan terkait pemenuhan kebutuhan dasar. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan mengkaji dan mensintesis hasil-hasil penelitian terdahulu mengenai efektivitas strategi rumah tangga dalam memenuhi kebutuhan dasar, dengan metode studi pustaka. Artikel ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang utuh tentang strategi yang efektif, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta implikasinya bagi penguatan ketahanan ekonomi rumah tangga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (literature review). Metode ini dipilih karena tujuan artikel adalah menyintesis temuan penelitian terdahulu yang tersebar dalam berbagai konteks wilayah dan fokus kajian, bukan mengumpulkan data primer dari rumah tangga. Data yang digunakan adalah data sekunder berupa artikel jurnal ilmiah yang terbit antara tahun 1998 dan 2026.

Sumber pustaka dikumpulkan dengan menelusuri artikel jurnal yang membahas strategi rumah tangga dalam memenuhi kebutuhan dasar. Artikel yang ditelaah berjumlah 36 dan dikelompokkan ke dalam tiga kelompok: (1) penelitian internasional tentang diversifikasi nafkah dan strategi menghadapi guncangan, (2) penelitian di Indonesia tentang strategi bertahan hidup dan strategi nafkah rumah tangga, dan (3) penelitian tentang ketahanan pangan rumah tangga sebagai ukuran terpenuhinya kebutuhan dasar. Artikel dipilih berdasarkan kesesuaiannya dengan topik, yaitu membahas bentuk strategi rumah tangga atau akibatnya terhadap pemenuhan kebutuhan dasar, serta tersedianya identitas publikasi yang dapat ditelusuri.

Analisis dilakukan melalui sintesis tematik dalam empat tahap. Pertama, setiap artikel dibaca untuk mengidentifikasi konteks penelitian, jenis strategi, dan temuan utama. Kedua, informasi tersebut diekstraksi dan dikelompokkan berdasarkan kesamaan bentuk strategi sehingga terbentuk lima tema. Ketiga, temuan antartema dan antarkonteks dibandingkan untuk melihat kesamaan pola, perbedaan hasil, serta faktor yang memengaruhi efektivitas strategi. Keempat, hasil perbandingan dirangkum dalam tabel dan diuraikan dalam pembahasan dengan menggunakan konsep kelangkaan, pilihan, dan biaya peluang sebagai kerangka membaca temuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kajian ini menelaah 36 artikel jurnal yang terbagi ke dalam tiga kelompok: penelitian internasional tentang diversifikasi nafkah dan strategi menghadapi guncangan, penelitian di Indonesia tentang strategi bertahan hidup dan strategi nafkah rumah tangga, serta penelitian tentang ketahanan pangan rumah tangga sebagai ukuran terpenuhinya kebutuhan dasar. Hasil sintesis dikelompokkan ke dalam lima tema, yang diringkas pada Tabel 1 dan diuraikan berikut ini.

Tabel 1. Ringkasan kelompok strategi rumah tangga dan implikasinya terhadap pemenuhan kebutuhan dasar

Kelompok strategi	Bentuk strategi	Implikasi terhadap kebutuhan dasar	Sumber utama
Diversifikasi nafkah	Nafkah ganda, pendapatan tambahan di luar sektor utama, alih profesi, pemanfaatan beragam modal	Meningkatkan pendapatan dan menurunkan peluang miskin; hasil berbeda menurut jenis diversifikasi dan akses kredit	Ellis (1998); Kidane & Zegeye (2020); Asfaw et al. (2019); Amfo et al. (2021); Patidar et al. (2025); Salatalohy et al. (2019); Rachmawati et al. (2023)
Peran perempuan dan keluarga	Keterlibatan anggota keluarga bekerja, usaha sampingan, dukungan keluarga dan jaringan sosial	Menambah pendapatan dan menjaga konsumsi harian; tidak selalu menjamin kebutuhan terpenuhi secara layak	Hastuti (2013); Kii et al. (2023); Rimawati & Ervanto (2015); Samsiar et al. (2021); Hani & Hidayat (2026)
Coping terhadap guncangan	Menguras aset, berutang, mengurangi porsi dan kualitas pangan, memangkas pengeluaran kesehatan dan pendidikan	Menjaga rumah tangga dalam jangka pendek, tetapi menyisakan kerentanan dan risiko kesejahteraan jangka panjang	Heltberg et al. (2015); Börner et al. (2015); McDonald (2018); Farzana et al. (2017); Biadgilign (2023); McKay et al. (2023)
Produksi dan alokasi pangan	Menanam pangan sendiri, pola belanja pangan bergizi	Menurunkan biaya konsumsi dan meningkatkan asupan kalori; berkaitan dengan hasil kesehatan lebih baik	Jayasinghe et al. (2017); Campbell et al. (2008); Lestari & Sarana (2018)
Perlindungan sosial dan pengelolaan keuangan	Bantuan tunai dan non-tunai, literasi keuangan, akses layanan keuangan	Memperbaiki akses pangan, tetapi tidak cukup bila berdiri sendiri; efektivitas dipengaruhi daya beli dan harga wilayah	Nasrudin et al. (2020); Tangkudung & Nasrudin (2025); Munisamy et al. (2022); Seaman et al. (2014)

Diversifikasi Sumber Pendapatan dan Nafkah

Diversifikasi merupakan strategi yang paling konsisten muncul dalam literatur. Ulasan Ellis (1998) menyimpulkan bahwa mengurangi hambatan diversifikasi akan memperkuat keamanan nafkah rumah tangga. Bukti empiris mendukung hal ini: diversifikasi pendapatan meningkatkan pendapatan dan menurunkan peluang jatuh miskin di Ethiopia (Kidane & Zegeye, 2020), memberi manfaat terbesar bagi rumah tangga termiskin di Malawi, Niger, dan Zambia (Asfaw et al., 2019), serta berkontribusi paling besar pada kesejahteraan ketika diarahkan ke sektor berpengembalian lebih tinggi di India (Patidar et al., 2025). Meski begitu, hasilnya bergantung pada jenis diversifikasinya. Pada petani padi di Ghana, diversifikasi pendapatan berkaitan dengan pengeluaran konsumsi yang lebih tinggi, sedangkan diversifikasi tanaman berkaitan dengan pengeluaran konsumsi yang lebih rendah, dan akses kredit memengaruhi keduanya (Amfo

et al., 2021).

Pola serupa ditemukan dalam penelitian di Indonesia. Rumah tangga transmigran di Sumatera Selatan mengatur sumber pendapatan dan pengeluaran agar kebutuhan dasar tetap terpenuhi (Yamin et al., 2002). Rumah tangga petani padi menekan biaya produksi, mencari pendapatan tambahan, berhemat, memanfaatkan hasil panen untuk konsumsi, dan memanfaatkan jaringan sosial (Suryandari & Rahayuningsih, 2020). Rumah tangga petani agroforestri di Gowa memanfaatkan modal alam, manusia, sosial, fisik, dan finansial sekaligus menggabungkan beberapa sumber pendapatan (Salatalohy et al., 2019), sedangkan rumah tangga pembudidaya lele dan nelayan juga mengandalkan beragam modal; nelayan di Pinrang mencari pendapatan tambahan di luar perikanan (Rayhan & Sumarti, 2021; Fadilah et al., 2025). Bagi korban lumpur Lapindo yang direlokasi, strategi yang dipakai mencakup alih profesi, pola nafkah ganda, peningkatan sumber daya manusia, pengelolaan keuangan, dan jaringan sosial (Rachmawati et al., 2023).

Peran Perempuan dan Anggota Keluarga

Banyak penelitian menunjukkan bahwa perempuan dan anggota keluarga lain menjadi penopang strategi rumah tangga. Pada rumah tangga miskin berkepala perempuan di Sleman, keluarga memanfaatkan sumber daya yang tersedia, melibatkan anggota keluarga untuk bekerja, meminjam uang, berutang kebutuhan pokok, dan menekan pengeluaran (Hastuti, 2013). Ibu rumah tangga di Makassar berperan mencari penghasilan dan membantu kebutuhan sehari-hari keluarga (Kii et al., 2023), perempuan petani membuka usaha menjahit, berjualan, dan beternak (Rimawati & Ervanto, 2015), dan perempuan buruh tani di Nagari Bukik Limbuku berhemat, mencari pekerjaan sampingan, memanfaatkan bantuan, dan memperoleh dukungan keluarga, sehingga digambarkan sebagai aktor ekonomi utama, bukan sekadar pelengkap pendapatan (Hani & Hidayat, 2026). Pada masa pandemi, orang tua tunggal bekerja dari rumah, mencari informasi bantuan pemerintah, berhemat, dan menerapkan nafkah ganda (Samsiar et al., 2021), sedangkan perempuan dari rumah tangga miskin di Kuantan Singingi mengembangkan strategi bertahan hidup di tengah keterbatasan ekonomi (Zamaya et al., 2023). Temuan internasional sejalan dengan ini: rumah tangga dipimpin perempuan lebih cenderung melakukan diversifikasi di Ethiopia (Kidane & Zegeye, 2020), dan partisipasi kerja perempuan berkaitan positif dengan kesejahteraan di India (Patidar et al., 2025).

Strategi Menghadapi Guncangan dan Kerawanan Pangan

Ketika guncangan datang, pilihan strategi menentukan seberapa jauh kebutuhan dasar dapat dipertahankan. Rumah tangga yang pulih lebih baik umumnya memiliki aset fisik yang lebih besar (Tran, 2015), dan rumah tangga di wilayah yang lebih kaya aset melakukan coping secara lebih proaktif (Börner et al., 2015). Sebaliknya, rumah tangga miskin sering memakai strategi yang merugikan sehingga tetap rentan (Heltberg et al., 2015). Pada guncangan yang meluas, terutama yang terkait iklim, konsumsi menjadi pihak yang dikorbankan (Börner et al., 2015), dan di Vanuatu serta Kepulauan Solomon sebagian rumah tangga perkotaan memangkas pengeluaran kesehatan, pendidikan, dan pangan (McDonald, 2018).

Penelitian tentang coping kerawanan pangan memperlihatkan pola yang berulang. Di Bangladesh, rumah tangga dengan kerawanan pangan sedang dan berat lebih cenderung menggabungkan strategi finansial dengan pengurangan konsumsi pangan (Farzana et al., 2017). Di Addis Ababa, strategi yang paling umum adalah beralih ke pangan yang kurang disukai dan lebih murah, meminjam pangan atau uang, serta membeli pangan secara utang; rumah tangga tanpa akses bank atau lembaga keuangan mikro lebih mungkin

mengalami kerawanan pangan (Biadgilign, 2023). Di Victoria, Australia, strategi membentang dari melewatkan makan dan mengurangi porsi hingga menambah bahan makanan, menanam pangan, dan saling membantu (McKay et al., 2023). Di sisi lain, produksi pangan sendiri terbukti membantu: konsumsi pangan yang ditanam sendiri menurunkan biaya konsumsi per kapita dan berkaitan positif dengan asupan kalori rumah tangga di Sri Lanka (Jayasinghe et al., 2017). Dampak guncangan terhadap akses pangan juga nyata pada masa Covid-19 di Nigeria (Ajefu et al., 2023).

Ketahanan Pangan Rumah Tangga di Indonesia

Dalam konteks Indonesia, kerawanan pangan masih menjadi persoalan yang berarti. Analisis Susenas 2015 menemukan sekitar 20,8% rumah tangga rawan pangan, dengan ukuran rumah tangga, pendidikan kepala rumah tangga, pekerjaan, dan lokasi sebagai faktor yang berkaitan (Amrullah et al., 2019). Survei di delapan provinsi pada masa pandemi Covid-19 menemukan 50,63% rumah tangga responden rawan pangan, dengan jenis kelamin, usia, ukuran keluarga, pendidikan, pekerjaan, pendapatan, dan pengeluaran pangan berpengaruh signifikan; ukuran rumah tangga berpengaruh negatif (Akbar et al., 2023). Kecukupan kalori rumah tangga berkaitan dengan pengeluaran, karakteristik ibu, jumlah anggota keluarga, dan akses air bersih (Lestari & Sarana, 2018), sedangkan pada rumah tangga miskin di Kalibawang, pendidikan perempuan, modal finansial, fisik, dan sosial, serta status pekerjaan berpengaruh terhadap ketahanan pangan (Yuniarti & Purwaningsih, 2017). Pola alokasi belanja juga penting: proporsi pengeluaran yang lebih besar untuk buah dan sayur berkaitan dengan peluang kematian balita yang lebih rendah di perdesaan Indonesia (Campbell et al., 2008).

Perlindungan Sosial, Daya Beli, dan Pengelolaan Keuangan

Strategi rumah tangga tidak berdiri sendiri; ia berinteraksi dengan perlindungan sosial dan kemampuan mengelola keuangan. Transfer tunai satu kali sebesar Rp17.000, sekitar 5% pengeluaran mingguan rumah tangga nelayan di Kepulauan Kei, menurunkan skor kerawanan pangan sekitar dua poin pada skala 15 butir, tetapi tambahan pendapatan mingguan yang dibutuhkan untuk menghapus kerawanan pangan sepenuhnya jauh lebih besar, sehingga bantuan tunai saja tidak cukup (Nasrudin et al., 2020). Daya beli bantuan pangan non-tunai berkaitan negatif dengan kerawanan pangan, dan penyesuaian nilai bantuan terhadap perbedaan harga antarwilayah berpotensi memperbaiki pemerataan (Tangkudung & Nasrudin, 2025). Di tingkat rumah tangga, literasi keuangan berpengaruh positif terhadap status sosial ekonomi (Munisamy et al., 2022), dan pendekatan ekonomi rumah tangga memungkinkan penilaian kerentanan terhadap kemiskinan dan kerawanan pangan, termasuk simulasi dampak perubahan produksi, harga, dan guncangan terhadap pendapatan serta akses pangan (Seaman et al., 2014).

Pembahasan

Sintesis di atas menunjukkan bahwa efektivitas strategi rumah tangga tidak cukup dinilai dari kemampuan rumah tangga bertahan, melainkan dari kemampuannya menjaga kebutuhan dasar tanpa menimbulkan masalah yang lebih besar. Strategi dapat dibedakan menjadi dua kelompok. Strategi yang bersifat memperluas kapasitas, seperti diversifikasi ke sektor berpengembalian lebih tinggi, produksi pangan sendiri, pengelolaan keuangan, dan peningkatan keterampilan, cenderung berkaitan dengan kesejahteraan yang lebih baik (Kidane & Zegeye, 2020; Patidar et al., 2025; Jayasinghe et al., 2017; Munisamy et al., 2022). Strategi yang bersifat defensif, seperti menguras aset, berutang, dan mengurangi

kuantitas atau kualitas pangan, dapat menjaga rumah tangga melewati masa sulit, tetapi menyisakan kerentanan (Börner et al., 2015; Heltberg et al., 2015; Farzana et al., 2017). Studi pada rumah tangga miskin berkepala perempuan menegaskan hal ini: strategi bertahan hidup menolong keluarga memenuhi kebutuhan dalam waktu dekat, namun utang dan penekanan pengeluaran pangan dapat menurunkan kualitas hidup bila berlangsung terus-menerus (Hastuti, 2013).

Pilihan strategi sangat dipengaruhi oleh aset dan modal yang dimiliki rumah tangga. Pemulihan dari guncangan lebih ditentukan oleh aset fisik (Tran, 2015), ketahanan pangan rumah tangga miskin berkaitan dengan modal finansial, fisik, dan sosial (Yuniarti & Purwaningsih, 2017), dan strategi nafkah di Indonesia umumnya dibangun dari kombinasi modal alam, manusia, sosial, fisik, dan finansial (Salatalohy et al., 2019; Fadilah et al., 2025). Karena itu, hambatan diversifikasi, yang menurut Ellis (1998) perlu dikurangi, pada dasarnya adalah hambatan akses terhadap modal, pendidikan, kredit, dan layanan keuangan. Temuan bahwa rumah tangga tanpa akses bank atau lembaga keuangan mikro lebih rentan rawan pangan (Biadgilign, 2023) dan bahwa akses kredit memengaruhi dampak diversifikasi (Amfo et al., 2021) memperkuat argumen tersebut.

Hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa tidak ada satu strategi yang efektif bagi semua rumah tangga. Dampak diversifikasi berbeda antarnegara dan antarstrategi (Asfaw et al., 2019; Amfo et al., 2021), dan pengaruh guncangan berbeda menurut jenis kelamin kepala rumah tangga serta wilayah perkotaan atau perdesaan (Ajefu et al., 2023). Bantuan pun bekerja secara terbatas bila berdiri sendiri: transfer tunai menurunkan kerawanan pangan tetapi tidak menghapusnya (Nasrudin et al., 2020), dan nilai bantuan yang sama menghasilkan daya beli berbeda di tiap wilayah (Tangkudung & Nasrudin, 2025). Dengan demikian, strategi rumah tangga paling efektif bila dipadukan dengan perlindungan sosial yang disesuaikan dengan harga dan akses wilayah, serta upaya memperkuat sumber nafkah dan literasi keuangan.

Temuan ini dapat dibaca melalui konsep dasar ilmu ekonomi, yaitu kelangkaan dan pilihan. Rumah tangga memiliki pendapatan dan sumber daya yang terbatas, sementara kebutuhannya beragam, sehingga harus menentukan prioritas. Ketika pendapatan tidak cukup, rumah tangga menanggung biaya peluang: pangan bergizi, kesehatan, atau pendidikan dikorbankan demi kebutuhan yang lebih mendesak (McDonald, 2018). Alokasi belanja yang lebih besar untuk pangan bergizi seperti buah dan sayur berkaitan dengan hasil kesehatan yang lebih baik (Campbell et al., 2008), sehingga keputusan pengeluaran sehari-hari berdampak jangka panjang terhadap kesejahteraan keluarga. Peran perempuan sebagai pengambil keputusan dan pencari nafkah juga menunjukkan bahwa pengelolaan sumber daya rumah tangga bukan semata urusan domestik, melainkan keputusan ekonomi yang berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan dasar (Hani & Hidayat, 2026; Hastuti, 2013).

KESIMPULAN

Rumah tangga dalam memenuhi kebutuhan dasar dapat dikelompokkan ke dalam lima tema: diversifikasi nafkah, peran perempuan dan anggota keluarga, strategi menghadapi guncangan, produksi dan alokasi pangan, serta perlindungan sosial dan pengelolaan keuangan. Efektivitas suatu strategi tidak cukup dinilai dari kemampuan rumah tangga bertahan, tetapi dari kemampuannya menjaga pemenuhan kebutuhan dasar tanpa menimbulkan kerentanan baru. Strategi yang memperluas kapasitas, seperti diversifikasi ke sektor berpengembalian lebih tinggi, produksi pangan sendiri, dan pengelolaan keuangan, cenderung berkaitan dengan kesejahteraan yang lebih baik. Sebaliknya, strategi defensif seperti menguras aset,

berutang, dan mengurangi kuantitas atau kualitas pangan menjaga rumah tangga dalam jangka pendek, tetapi berisiko menurunkan kesejahteraan dalam jangka panjang.

Pilihan dan hasil strategi sangat dipengaruhi oleh aset dan modal yang dimiliki, akses terhadap kredit dan layanan keuangan, serta karakteristik rumah tangga dan wilayahnya. Karena itu, tidak ada satu strategi yang efektif bagi semua rumah tangga. Bantuan juga bekerja terbatas bila berdiri sendiri: transfer tunai menurunkan kerawanan pangan tetapi tidak menghapusnya, dan nilai bantuan yang sama menghasilkan daya beli yang berbeda antarwilayah. Strategi rumah tangga paling efektif bila dipadukan dengan perlindungan sosial yang disesuaikan dengan harga dan akses wilayah, serta upaya memperkuat sumber nafkah dan literasi keuangan.

Kajian ini terbatas pada perbedaan konteks, metode, dan indikator antarartikel, serta sebagian besar penelitian di Indonesia belum mengukur efektivitas strategi dengan indikator yang terukur. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal dan indikator yang jelas, seperti kecukupan pangan, kestabilan pendapatan, kemampuan membayar utang, dan pengeluaran pendidikan, untuk menilai apakah suatu strategi hanya membantu rumah tangga bertahan atau benar-benar meningkatkan kesejahteraan.

DAFTAR PUSTAKA

Ajefu, J. B., Demir, A., & Rodrigo, P. (2023). Covid-19-induced shocks, access to basic needs and coping strategies. The European Journal of Development Research, 35(6), 1347–1368. https://doi.org/10.1057/s41287-023-00584-y

Akbar, A., Darma, R., Fahmid, I. M., & Irawan, A. (2023). Determinants of household food security during the COVID-19 pandemic in Indonesia. Sustainability, 15(5), 4131. https://doi.org/10.3390/su15054131

Amfo, B., Mensah, J. O., Ali, E. B., Dagunga, G., Etuah, S., & Aidoo, R. (2021). Rice farm income diversification in Ghana and implications on household consumption expenditure. International Journal of Social Economics, 48(10), 1423–1442. https://doi.org/10.1108/IJSE-04-2021-0207

Amrullah, E. R., Ishida, A., Pullaila, A., & Rusyiana, A. (2019). Who suffers from food insecurity in Indonesia? International Journal of Social Economics, 46(10), 1186–1197. https://doi.org/10.1108/IJSE-03-2019-0196

Asfaw, S., Scognamillo, A., Di Caprera, G., Sitko, N., & Ignaciuk, A. (2019). Heterogeneous impact of livelihood diversification on household welfare: Cross-country evidence from Sub-Saharan Africa. World Development, 117, 278–295. https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2019.01.017

Biadgilign, S. (2023). Coping strategies to mitigate food insecurity at household level: Evidence from urban setting in Addis Ababa, Ethiopia. INQUIRY. https://doi.org/10.1177/00469580231206263

Börner, J., Shively, G., Wunder, S., & Wyman, M. (2015). How do rural households cope with economic shocks? Insights from global data using hierarchical analysis. Journal of Agricultural Economics, 66(2), 392–414. https://ideas.repec.org/a/bla/jageco/v66y2015i2p392-414.html

Campbell, A. A., Thorne-Lyman, A., Sun, K., de Pee, S., Kraemer, K., Moench-Pfanner, R., Sari, M., Akhter, N., Bloem, M. W., & Semba, R. D. (2008). Greater household expenditures on fruits and vegetables but not animal source foods are associated with decreased risk of under-five child mortality among families in rural Indonesia. The Journal of Nutrition, 138(11), 2244–2249.

https://doi.org/10.1093/jn/138.11.2244
Ellis, F. (1998). Household strategies and rural livelihood diversification. Journal of Development Studies, 35(1), 1–38. https://doi.org/10.1080/00220389808422553
Fadilah, N., Jumiati, & Sahlan. (2025). Strategi nafkah rumah tangga nelayan pencari ikan di Desa Binangaga Karaeng Kecamatan Lembang Kabupaten Pinrang. MAHATANI: Jurnal Agribisnis, 8(1). https://doi.org/10.52434/mja.v8i1.42215
Farzana, F. D., Rahman, A. S., Sultana, S., Raihan, M. J., Haque, M. A., Waid, J. L., Choudhury, N., & Ahmed, T. (2017). Coping strategies related to food insecurity at the household level in Bangladesh. PLOS ONE, 12(4), e0171411. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0171411
Hani, F., & Hidayat, M. (2026). Strategi buruh tani perempuan dalam pemenuhan ekonomi rumah tangga di Nagari Bukik Limbuku. Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi dan Pendidikan, 9(2), 388–399. https://perspektif.ppj.unp.ac.id/index.php/perspektif/article/download/1475/530/7844
Hastuti. (2013). Strategi bertahan hidup rumah tangga miskin dengan kepala rumah tangga perempuan. SOCIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial, 10(2), 91–99. https://doi.org/10.21831/socia.v10i2.5345
Heltberg, R., Oviedo, A. M., & Talukdar, F. (2015). What do household surveys really tell us about risk, shocks, and risk management in the developing world? Journal of Development Studies, 51(3), 209–225. https://doi.org/10.1080/00220388.2014.959934
Jayasinghe, M., Chai, A., Ratnasiri, S., & Smith, C. (2017). The power of the vegetable patch: How home-grown food helps large rural households achieve economies of scale & escape poverty. Food Policy, 73, 62–74. https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2017.09.005
Kidane, M. S., & Zegeye, E. W. (2020). The nexus of income diversification and welfare: Empirical evidence from Ethiopia. African Journal of Science, Technology, Innovation and Development, 12(4), 343–353. https://doi.org/10.1080/20421338.2019.1640930
Kii, J. I., et al. (2023). Peran ibu rumah tangga dalam memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga di Kelurahan Masale Kecamatan Panakkukang Kota Makassar. Phinisi Integration Review, 6(2). https://doi.org/10.26858/pir.v6i2.47780
Lestari, E., & Sarana, J. (2018). Determinants of household's food and nutrition security in Indonesia. Jurnal Ekonomi dan Pembangunan, 26(2), 105–115. https://doi.org/10.14203/JEP.26.2.2018.105-115
Mabuza, M., Ortmann, G., & Wale, E. (2016). Frequency and extent of employing food insecurity coping strategies among rural households: Determinants and implications for policy using evidence from Swaziland. Food Security, 8(1), 255–269. https://doi.org/10.1007/s12571-015-0527-9
McDonald, L. (2018). Household coping behavior and its contribution to resilience to global macroeconomic shocks in Vanuatu and Solomon Islands. Review of Development Economics, 22(4), 185–201. https://doi.org/10.1111/rode.12522
McKay, F. H., McKenzie, H., & Lindberg, R. (2023). The coping continuum and acts of reciprocity: A qualitative enquiry about household coping with food insecurity in Victoria, Australia. Australian and New Zealand Journal of Public Health, 47(1), 100004. https://doi.org/10.1016/j.anzjph.2022.100004
Munisamy, A., Sahid, S., & Hussin, M. (2022). Socioeconomic sustainability for low-income households: The mediating role of financial well-being. Sustainability, 14(15), 9752. https://www.mdpi.com/2071-1050/14/15/9752

Nasrudin, R., Resosudarmo, B. P., Yamazaki, S., & Girsang, W. (2020). Contribution of cash transfers in moderating household food insecurity in small-island communities: Experimental evidence from Indonesia. Marine Policy, 118, 104025. https://doi.org/10.1016/j.marpol.2020.104025

Patidar, H., Chothodi, S., Mishra, R., & Parmar, K. (2025). Livelihood diversification and household economic well-being in rural Sagar, Madhya Pradesh, India. Development in Practice, 35(1), 21–38. https://doi.org/10.1080/09614524.2024.2401486

Rachmawati, A. P., Idris, & Purnomo, A. (2023). Strategi pemenuhan kebutuhan ekonomi korban lumpur Lapindo pasca relokasi di Perumahan Renojoyo. Jurnal Integrasi dan Harmoni Inovatif Ilmu-Ilmu Sosial, 3(4), 335–345. https://doi.org/10.17977/um063v3i4p335-345

Rayhan, A. T., & Sumarti, T. (2021). Analisis modal dan strategi nafkah rumah tangga pembudidaya lele di kawasan minapolitan. Jurnal Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat (JSKPM), 5(5). https://doi.org/10.29244/jskpm.v5i5.880

Rimawati, Y., & Ervanto, A. D. (2015). Mengungkap strategi wanita petani dalam peningkatan kesejahteraan ekonomi keluarga. Pamator: Jurnal Ilmiah Universitas Trunojoyo Madura, 8(2). https://journal.trunojoyo.ac.id/pamator/article/download/2064/1695

Salatalohy, A., Muhdassir, & Millang, S. (2019). Strategi dan struktur nafkah rumah tangga petani agroforestri di Kabupaten Gowa Provinsi Sulawesi Selatan. Jurnal Hutan dan Masyarakat, 11(2), 127–138. https://doi.org/10.24259/jhm.v11i2.8297

Samsiar, Moita, S., & Jabar, A. S. (2021). Strategi bertahan hidup single parent dalam memenuhi kebutuhan keluarga pada masa pandemi Covid-19: Studi di Desa Pohorua Kecamatan Maligano Kabupaten Muna. Gemeinschaft: Jurnal Masyarakat Pesisir, 3(1), 23–29. http://ojs.uho.ac.id/index.php/gemeinschaft/article/view/171088

Seaman, J. A., Sawdon, G. E., Acidri, J., & Petty, C. (2014). The Household Economy Approach. Managing the impact of climate change on poverty and food security in developing countries. Climate Risk Management, 4–5, 59–68. https://doi.org/10.1016/j.crm.2014.10.001

Suryandari, A., & Rahayuningsih, E. S. (2020). Strategi bertahan hidup ekonomi rumah tangga petani padi. Pamator: Jurnal Ilmiah Universitas Trunojoyo Madura, 13(2), 176–182. https://doi.org/10.21107/pamator.v13i2.8525

Tangkudung, S. N., & Nasrudin, R. (2025). The purchasing power of non-cash food program and household food security in Indonesia. World Development Perspectives, 40, 100748. https://doi.org/10.1016/j.wdp.2025.100748

Tran, V. Q. (2015). Household's coping strategies and recoveries from shocks in Vietnam. The Quarterly Review of Economics and Finance, 56, 15–29. https://doi.org/10.1016/j.qref.2014.06.006

Yamin, M., Mantra, I. B., Maksum, M., & Hartono, S. (2002). Strategi rumah tangga transmigran dalam memenuhi kebutuhan dasar di Provinsi Sumatera Selatan. Agro Ekonomi, 9(2). https://doi.org/10.22146/agroekonomi.16794

Yuniarti, D., & Purwaningsih, Y. (2017). Household food security and vulnerability: The sustainable livelihood framework. JEJAK: Jurnal Ekonomi dan Kebijakan, 10(2), 223–241. https://doi.org/10.15294/jejak.v10i2.11290

Zamaya, Y., Kornita, S. E., Misbah, U., Pramana, A., & Taryono. (2023). Life survival strategi perempuan rumah tangga miskin Desa Logas Kabupaten Kuantan Singingi. JEEP: Jurnal Ekonomi Pembangunan dan Pariwisata, 3(1). https://doi.org/10.52300/jepp.v3i1.7703