

## FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN FOOD WASTE PADA RUMAH TANGGA DI KOTA MEDAN

Saumy Ramadini<sup>1</sup>, Eliska<sup>2</sup>

[saumyramadini07@gmail.com](mailto:saumyramadini07@gmail.com)<sup>1</sup>, [eliska@uinsu.ac.id](mailto:eliska@uinsu.ac.id)<sup>2</sup>

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

### ABSTRAK

Food waste atau pemborosan makanan merupakan isu penting yang berdampak pada ketahanan pangan, lingkungan, dan ekonomi. Rumah tangga merupakan salah satu sumber utama timbulnya food waste di perkotaan, termasuk di Kota Medan yang memiliki tingkat konsumsi masyarakat tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian food waste pada rumah tangga di Kota Medan. Desain penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei cross-sectional. Sampel penelitian terdiri dari 92 rumah tangga yang dipilih menggunakan teknik cluster sampling. Variabel yang dianalisis meliputi sikap terhadap perilaku (attitude), norma subjektif (subjective norms), kontrol perilaku yang dirasakan (perceived behavioral control) dan kejadian food waste. Data dianalisis menggunakan uji chi-square dan regresi logistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap terhadap perilaku (attitude) ( $p < 0,05$ ), norma subjektif (subjective norms) ( $p < 0,05$ ), dan kontrol perilaku yang dirasakan (perceived behavioral control) ( $p < 0,05$ ) memiliki hubungan signifikan dengan kejadian food waste pada rumah tangga. Disimpulkan bahwa upaya pengurangan food waste pada rumah tangga di Kota Medan dapat dilakukan melalui peningkatan kesadaran dan edukasi pengelolaan makanan secara tepat.

**Kata Kunci:** Food Waste, Rumah Tangga, Perilaku Konsumsi, Ketahanan Pangan, Kota Medan.

### ABSTRACT

*Food waste is an important issue that impacts food security, the environment, and the economy. Households are one of the main sources of food waste in urban areas, including in Medan, which has a high level of consumption. This study aims to analyze the factors associated with food waste occurrence in households in the city of Medan. The research design employs a quantitative approach using a cross-sectional survey method. The sample consists of 92 households selected using cluster sampling technique. The variables analyzed include attitude toward behavior, subjective norms, perceived behavioral control, and food waste occurrence. Data were analyzed using chi-square tests and logistic regression. The results indicate that attitude toward behavior ( $p < 0.05$ ), subjective norms ( $p < 0.05$ ), and perceived behavioral control ( $p < 0.05$ ) have a significant relationship with food waste incidents in households. It is concluded that efforts to reduce food waste in households in Medan City can be carried out through increased awareness and education on proper food management.*

**Keywords:** Food Waste, Households, Consumption Behavior, Food Security, Medan City.

### PENDAHULUAN

Manusia memerlukan asupan makanan untuk menjaga kelangsungan hidup, karena makanan merupakan salah satu kebutuhan primer bagi manusia. Konsep ini sejalan dengan teori hierarki kebutuhan manusia yang dikemukakan oleh Abraham Maslow dalam penelitian oleh Aruma dan Hanachor. Menurut teori ini, terdapat lima tingkatan kebutuhan dasar manusia, yaitu kebutuhan fisiologis (physiological needs), kebutuhan keamanan (safety needs), kebutuhan percaya dan kasih sayang (belongingness and love needs), kebutuhan akan penghargaan (esteem needs), serta kebutuhan untuk aktualisasi diri (self actualization). Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa kebutuhan manusia

meliputi berbagai tingkatan, dimulai dari kebutuhan dasar yang berhubungan dengan fungsi fisik pada tingkatan pertama, hingga keinginan untuk mengaktualisasikan potensi diri pada tingkatan kelima, yang merupakan tingkatan tertinggi. 1

Salah satu negara berkembang di dunia adalah Indonesia. Namun Indonesia juga tercatat memiliki nilai indeks kelaparan yang berada pada kategori serius. Kondisi kelaparan yang terjadi faktanya juga diikuti dengan angka atau nilai food waste yang cukup tinggi di Indonesia. Tercatat pemubadziran pangan di Indonesia mencapai 300 kilogram sisa pangan per orang tiap tahunnya. Penelitian dari Hidayat yang menyatakan dengan adanya catatan buruk tersebut maka Indonesia berada pada urutan ke dua di dunia pada ranking food waste. Hal tersebut juga didukung dengan penelitian Tamara yang menyatakan bahwa kondisi makananan yang berujung pada food waste dan tidak termanfaatkan dengan baik tersebut seharusnya mampu memenuhi konsumsi pangan hingga lebih dari 28 juta orang yang kondisi pangannya belum tercukupi.2

Dalam konteks ini, makanan termasuk dalam kategori kebutuhan pada tingkatan pertama. Makan merupakan bagian dari kebutuhan fisiologis, jika manusia tidak makan maka akan sakit dan akhirnya meninggal. Menurut Marangon, ada sekitar 12,9% populasi dunia kekurangan gizi dan 9,1 juta orang meninggal karena kelaparan setiap tahunnya. Kebiasaan makan manusia sangat beragam. Ada manusia yang makan terlalu banyak sehingga mengakibatkan obesitas, ada juga manusia yang kekurangan makanan sehingga menimbulkan busung lapar. Namun, ada juga perilaku manusia yang menyisakan makanan sehingga menimbulkan sampah sisa makanan (food waste).1

Tren kontribusi food loss dibandingkan dengan food waste pada tahun 2000-2019 memperlihatkan bahwa persentase timbunan food loss cenderung menurun, dari 61% pada tahun 2000 ke 45% pada tahun 2019. Sementara persentase timbunan food waste selama 20 tahun cenderung meningkat, dari 39% pada tahun 2000 ke 55% pada tahun 2019, dengan rata-rata sebesar 44%. Menurunnya tren food loss terjadi karena semakin berkembangnya teknologi dan strategi dari tahap produksi, tahap pascapanen dan penyimpanan, tahap pemrosesan dan pengemasan hingga tahap distribusi dan pemasaran bahan pangan, sehingga dapat menekan timbunan food loss sepanjang rantai pasok. Sedangkan peningkatan pada tren food waste terjadi karena perubahan perilaku konsumen yang seringkali mengambil porsi berlebih sehingga menyisakan makanan yang masih layak makan, penyiapan bahan pangan yang belum optimal karena pengadaan dan pengolahan bakuan nasi yang belum sesuai kebutuhan3

Isu food waste saat ini semakin mendapat perhatian baik di tingkat global, regional, maupun nasional. Menurut Food and Agriculture Organization (FAO) food waste adalah pangan yang dibuang pada rantai pasokan pangan (baik berupa pangan olahan, semi olahan, maupun mentah) yang ditujukan untuk konsumsi karena pilihan atau dibiarkan atau dibuang karena rusak atau sudah kadaluarsa sebagai akibat dari kelalaian manusia, terutama (meskipun tidak eksklusif) pada tingkat pengecer dan rumah tangga. Pada tahun 2019, United Nations Environment Programme (UNEP) memperkirakan sebanyak 17% pangan yang diproduksi secara global dibuang atau tidak dikonsumsi. Rata-rata food waste secara global mencapai 121 Kg/kap/tahun dan 61%nya (74 kg/kapita/tahun) dihasilkan oleh rumah tangga. Asia Tenggara yang merepresentasikan 8,5% penduduk dunia dan memiliki jumlah penduduk 664 juta penduduk pada tahun 2020. Hal ini tentunya mengakibatkan banyaknya food waste yang dihasilkan oleh penduduk yang tinggal di Asia Tenggara.4

Ada sekitar 11 tujuan di bawah SDGs Poin 12, yang mencakup berbagai topik seperti bisnis, makanan, legislasi, pengelolaan limbah, dan perilaku. Selain itu, Food and Agriculture Organization (FAO) adalah organisasi yang menangani food waste dan

kemajuan di bidang ini. Food and Agriculture Organization (FAO) merupakan faktor yang berkontribusi terhadap SDGs Poin 12, khususnya sub-indikator 12.3 mengenai food waste dan food loss. Kemudian FAO juga sebagai organisasi yang mengelola data online terbesar mengenai food loss dan food waste yang dilaporkan di seluruh literatur bahan bacaan dengan tujuan guna membantu meninjau keadaan baik food loss ataupun food waste.<sup>5</sup>

Salah satu target Sustainable Development Goals (SDGs) adalah pengurangan food loss, dan pengurangan setengah dari food waste yang ditimbulkan di seluruh dunia di tahun 2030 sebagai upaya memastikan pola konsumsi dan produksi yang berkelanjutan. Laporan Barilla Center For Food and Nutrition, menyebutkan Indonesia membuang makanan sebanyak 300 kg/tahun/kapita atau setara 13 juta ton makanan, menjadikannya negara penyampah makanan nomor dua dunia, sedangkan laporan Food and Agriculture Organization (FAO), bahwa dengan populasi terbesar keempat di dunia yaitu sebanyak 273 juta penduduk, Indonesia membuang 13 juta ton makanan per tahun sama dengan kebutuhan pangan bagi 28 juta penduduk atau 11% populasi Indonesia. Hal ini ironis mengingat berdasarkan laporan Global Hunger Indeks (GHI) Indonesia menempati posisi 70 dari 117 negara dengan status tingkat kelaparan serius. dan sebanyak 22 juta penduduk Indonesia menderita kelaparan.<sup>6</sup>

Menurut data studi dari Economist Intelligence Unit, ada kecenderungan kuantitas fenomena food waste meningkat setiap tahunnya. Dengan perkiraan 300 kilogram food waste per kapita per tahun, Indonesia merupakan negara penghasil food waste terbesar kedua di dunia, setelah Arab Saudi. Masalah food waste di Indonesia diperparah dengan fakta bahwa 13,5% dari 269 juta penduduk Indonesia mengalami kekurangan gizi. Selain itu, peringkat indeks kelaparan di Indonesia termasuk dalam kategori kritis, bersamaan dengan meningkatnya jumlah food waste Indonesia menduduki peringkat kedua di dunia dalam hal jumlah food waste dalam kategori besar, dengan setiap orang mengalami fenomena food waste hingga 300 kilogram per tahun. <sup>5</sup>

Hal ini merupakan situasi yang sangat mengkhawatirkan karena akan mengarah pada situasi di mana ada kelebihan makanan yang tersedia di satu sisi, namun masih ada kondisi sebagian masyarakat yang rawan pangan. Selain itu, juga terlihat adanya tanda-tanda perilaku pemborosan pangan. Dengan meningkatnya sampah makanan tersebut menimbulkan dampak bagi lingkungan pada kedepannya khususnya permasalahan rantai penyediaan makanan. Hal ini disebabkan segala prosedur dapat menghasilkan sampah makanan khususnya dari sektor rumah tangga yang seiring bertambahnya waktu diasumsikan jumlah manusia di dunia juga meningkat.<sup>7</sup>

Dengan ini individu harus lebih waspada terhadap sampah makanan yang dihasilkan serta harus lebih cakap dalam pengelolaannya. Indonesia harus melihat pada beberapa negara yang sudah apik dalam mengelola sampah makanan. Perkara perilaku, demografi dan rutinitas perlu diperbaiki dengan penentuan aksi strategis dalam mencegah dan mengurangi sampah makanan. Pengelolaan sampah terpadu sudah diimplementasikan oleh beberapa negara dan berhasil memanfaatkannya dengan baik.<sup>8</sup>

Berdasarkan Food Waste Reduction Alliance (FWRA), sektor terbesar yang menghasilkan food waste adalah residential yaitu limbah yang dihasilkan oleh household (47%). Setelah itu mengikuti dengan restoran sebesar 37%, lalu sektor instutional sebesar 11% (contoh: rumah sakit, sekolah, dan hotel).<sup>9</sup> Timbulan food loss and waste Indonesia yang terjadi dari tahap produksi hingga tahap konsumsi antara tahun 2000-2019 berada di rentang 23-48 juta ton/tahun atau setara dengan 115-184 kg/kapita/tahun dan timbulan food loss and waste terbanyak terjadi di tahap konsumsi sebesar 5- 2 19 juta ton/tahun dengan estimasi sebesar 80% berasal dari rumah tangga dan sebesar 44% dari food waste yang

masih yang layak makan.<sup>3</sup>

Estimasi Bappenas sebesar 80% food waste di Indonesia ditimbulkan pada tahap konsumsi oleh rumah tangga dan terkait erat dengan perilaku konsumen, sehingga perilaku food waste sering dikaitkan dengan aktivitas rumah tangga sehari-hari. Data BPS menyebutkan total komposisi sampah rumah tangga di 34 kota di Indonesia sebesar 24.082,47m<sup>3</sup> per hari atau setara 8,8 juta m<sup>3</sup> /tahun, dengan komposisi sampah plastik, kertas, karton 29%, sampah lainnya 18%, dan yang terbesar adalah sampah organik sebesar 53% termasuk di dalamnya sampah dapur dan food waste.<sup>6</sup>

Hasil perhitungan BAPPENAS pada laporan kajian food loss and waste Indonesia 2021 sejalan dengan perilaku masyarakat dari hasil kuesioner yang dilakukan BAPPENAS yang menyatakan 53% rumah tangga menyisakan makanan yang dimasak di rumah dan 51% rumah tangga menyatakan biasanya terdapat sisa makanan di piring per orang setelah makan di rumah. Perilaku masyarakat yang menyisakan makanan terjadi karena memasak ataupun mengambil makanan tidak sesuai porsi atau berlebih karena memiliki sikap 'lebih baik lebih daripada kurang'. Sejalan dengan meningkatnya tren food waste di Indonesia dan cukup tingginya persentase sisa makanan di rumah menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan dan perhatian masyarakat akan fenomena food waste yang saat ini kerap terjadi. <sup>3</sup>

Intensi untuk membuang atau menyisakan makanan dilatar belakangi oleh tiga faktor terkuat, yaitu sikap, norma, dan kontrol perilaku yang dirasakan oleh individu. Intensi tersebut kemudian mendasari individu dalam melakukan food waste Selain intensi, pengetahuan, motivasi, dan kebiasaan juga mempengaruhi perilaku food waste individu.<sup>10</sup>

Berdasarkan data dari sistem informasi pengolahan sampah nasional (SIPSN) pada tahun 2021 di provinsi Sumatera Utara tepatnya di kota Medan komposisi sampah berdasarkan jenis sampah, sampah sisa makanan menempati persentase tertinggi yaitu sebanyak 40%, sedangkan kertas/karton sebanyak 15%, dan plastik sebanyak 15%, serta sampah lainnya sebanyak 10%.

Penelitian Iraromal Oktavia Sitompul (2023) tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Membuang Sampah Makanan Pada Mahasiswa Di Asrama Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan melakukan wawancara secara langsung menggunakan kuesioner dan observasi perhitungan food waste. Pengumpulan data dalam penelitian ini berfokus pada data kuantitatif yang bersumber dari data primer maupun sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara baik individu atau perseorangan seperti hasil dari wawancara data yang diperoleh langsung oleh peneliti dari subjek penelitian melalui kuesioner. Data sekunder diperoleh dari yang dikumpulkan oleh lembaga dan organisasi penyelidik sebelumnya data yang diambil peneliti dari koordinator Asrama STIKes Santa Elisabeth Medan dan lain sebagainya serta diperoleh dari literatur-literatur seperti artikel internasional, jurnal, dan sumber data lainnya yang menunjang penelitian ini. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku membuang sampah makanan pada mahasiswa di asrama stikes santa elisabeth Medan adalah rasa makanan, penampilan makanan.<sup>11</sup>

Penelitian Dimas Teguh Praseto (2020) tentang Penggunaan Theory Of Planned Behavior Dalam Menganalisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Food Waste Behavior Pada Dosen. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Peneliti ingin mengeksplorasi kasus yang detail, informasi mendalam pada batasan konteks tertentu serta melaporkan hasil secara deskriptif dalam tema yang sesuai dengan kasus. Data primer diperoleh melakukan wawancara terhadap dosen yang mengikuti pelatihan di perguruan tinggi XYZ. Peneliti menggunakan teknik accidental sampling untuk menentukan informan. Data sekunder diperoleh dari literatur-

literatur seperti artikel internasional, jurnal, dan sumber data lainnya yang menunjang penelitian ini. Pada penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan perilaku (attitude), norma subjektif (subjective norms), kontrol perilaku yang dirasakan (perceived behavioral control) terhadap penggunaan Theory Of Planned Behavior dalam menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi food waste behavior pada dosen.<sup>12</sup>

Berdasarkan dari latar belakang di atas maka dari itu pentingnya melakukan penelitian tentang Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Perilaku Food Waste pada Rumah Tangga di Kota Medan agar mengetahui apa saja faktor dan bagaimana cara penanggulangan terhadap food waste.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan oleh penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah pendekatan cross sectional. Penelitian dengan pendekatan cross sectional adalah salah-satu desain penelitian dalam observasional yang digunakan untuk melakukan pengumpulan data variabel dependen dan independen dalam waktu periode yang sama. Tujuannya untuk mengetahui hubungan kejadian food waste pada rumah tangga.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Medan berasal dari kata bahasa Tamil Maidhan atau Maidhanam, yang berarti tanah lapang atau tempat yang luas, yang kemudian teradopsi ke Bahasa Melayu. Dalam Kamus Indonesia-Karo (2002) yang ditulis Darwin Prinst, kata 'medan' berarti 'menjadi sehat' atau 'lebih baik'.

Kota Medan merupakan pintu gerbang wilayah Indonesia bagian barat dengan keberadaan Pelabuhan Belawan dan Bandar Udara Internasional Kualanamu yang merupakan bandara terbesar kedua di Indonesia. Akses dari pusat kota menuju pelabuhan dan bandara dilengkapi oleh jalan tol dan kereta api. Medan adalah kota pertama di Indonesia yang memiliki layanan khusus kereta api bandara. Berbatasan dengan Selat Malaka, Medan menjadi kota perdagangan, industri, dan bisnis yang sangat penting di Indonesia. Pada tahun 2022, Kota Medan memiliki penduduk sebanyak 2.494.512 jiwa, dengan kepadatan penduduk 9.413 jiwa/km<sup>2</sup>

Berdasarkan data dari sistem informasi pengolahan sampah nasional (SIPSN) pada tahun 2021 di provinsi Sumatera Utara tepatnya di kota Medan komposisi sampah berdasarkan jenis sampah, sampah sisa makanan menempati persentase tertinggi yaitu sebanyak 40%, sedangkan kertas/karton sebanyak 15%, dan plastik sebanyak 15%, serta sampah lainnya sebanyak 10%.

### Karakteristik Responden

#### Usia

**Tabel 1 Frekuensi Usia**

No	Usia	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1.	30-50 Tahun	52	62,0
2.	51-65 Tahun	35	32,0
<b>Total</b>		92	100,0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 92 responden, sebanyak 52 responden (62,0 %) usia  $\leq$  50 tahun dan 35 responden (32,0%) usia  $>$  50 tahun. Hal ini menandakan kebanyakan responden ibu rumah tangga berusia 50 tahun kebawah.

## Kecamatan

**Tabel 2 Frekuensi Kecamatan**

No	Kecamatan	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1.	Medan Tuntungan	3	3,3
2.	Medan Johor	5	5,4
3.	Medan Amplas	5	5,4
4.	Medan Denai	6	6,5
5.	Medan Area	4	4,3
6.	Medan Kota	3	3,3
7.	Medan Maimun	1	1,1
8.	Medan Polonia	2	2,2
9.	Medan Baru	2	2,2
10.	Medan Selayang	5	5,4
11.	Medan Sunggal	5	5,4
12.	Medan Helvetia	5	5,4
13.	Medan Petisah	3	3,3
14.	Medan Barat	3	3,3
15.	Medan Timur	5	5,4
16.	Medan Perjuangan	4	4,3
17.	Medan Tembung	6	6,5
18.	Medan Deli	8	8,7
19.	Medan Labuhan	5	5,4
20.	Medan Marelan	8	8,7
21.	Medan Belawan	4	4,3
<b>21</b>		<b>92</b>	<b>100,0</b>

## Hasil Analisis Univariat

### Sikap Terhadap Perilaku (attitude)

**Tabel 3 Sikap Terhadap Perilaku (attitude)**

No	Sikap	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1.	Buruk	64	69,6
2.	Baik	28	30,4
	<b>Total</b>	<b>92</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden Sikap buruk terhadap food waste sebanyak 64 orang (69,6%)

#### **Norma Subjektif (Subjective Norms)**

**Tabel 4. Norma Subjektif (Subjective Norms)**

No	Norma	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1.	Buruk	61	66,3
2.	Baik	31	33,7
<b>Total</b>		92	100,0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki norma yang buruk terhadap food waste sebanyak 61 orang (66,3%).

#### **Kontrol Perilaku yang Dirasakan (Perceived Behavioral Control)**

**Tabel 5 Kontrol Perilaku yang Dirasakan (Perceived Behavioral Control)**

No	Kontrol Perilaku	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1.	Buruk	63	68,5
2.	Baik	29	31,5
<b>Total</b>		92	100,0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki control perilaku yang buruk terhadap food waste sebanyak 63 orang (68,5%).

#### **Kejadian Food Waste**

**Tabel 6 Kejadian Food Waste**

No	Food Waste	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1.	Tinggi	72	78,3
2.	Rendah	20	21,7
<b>Total</b>		92	100,0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa Sebagian besar responden rumah tangga yang memiliki food waste yang tinggi sebanyak 72 orang (78,3%), sedangkan yang rumah tangga yang memiliki food waste rendah pada rumah tangga nya sebanyak 20 orang (21,7%).

#### **Hasil Analisis Bivariat**

##### **Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Food Waste**

**Tabel 7 Hubungan Sikap Terhadap Perilaku (attitude) Dengan Kejadian Food Waste**

Kategori Sikap Terhadap Perilaku (attitude)	Food Waste						PR (95% CI)	P-Value
	Tinggi		Rendah		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Buruk	61	95,3	3	4,7	64	100	2,426(1,526-3,857)	0,000
Baik	11	39,3	17	60,7	28	100		
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>78,3</b>	<b>20</b>	<b>21,7</b>	<b>92</b>	<b>100</b>		

Berlandaskan pada Tabel 8 tabulasi silang antara sikap terhadap perilaku (attitude) dengan kejadian food waste, diketahui bahwa dari total 92 rumah tangga, sebanyak 64 rumah tangga (100%) memiliki sikap buruk terhadap kejadian food waste. Dari jumlah

tersebut, 72 rumah tangga (78,3%) memiliki food waste yang tinggi, sedangkan 20 rumah tangga (21,7%) memiliki food waste yang rendah. Sementara itu, seluruh rumah tangga yang memiliki sikap buruk berjumlah 64 rumah tangga (100%), sedangkan yang memiliki sikap baik berjumlah 28 rumah tangga (46,2%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Chi-Square untuk melihat hubungan antara sikap terhadap perilaku (attitude) dengan kejadian food waste, diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap terhadap perilaku (attitude) food waste dengan kejadian food waste pada rumah tangga di Kota Medan. Nilai Prevalence Ratio (PR) sebesar 2,426 mengindikasikan bahwa rumah tangga dengan sikap buruk memiliki risiko 2,426 kali lebih tinggi untuk mengalami kejadian food waste yang tinggi dibandingkan dengan rumah tangga yang memiliki sikap baik. Adapun hasil Confidence Interval (CI) sebesar 95% berada pada rentang 1,526-3,857 yang menunjukkan bahwa estimasi tersebut memiliki tingkat kepercayaan sebesar 95%.

**Tabel 8 Hubungan Norma Subjektif (Subjective Norms) dengan Kejadian Food Waste**

Kategori Norma Subjektif ( <i>Subjective Norms</i> )	Food Waste						PR (95% CI)	P-Value
	Tinggi		Rendah		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Buruk	57	93, 4	4	6,6	61	100	1,931 (1,334- 2,795)	0,000
Baik	15	48, 4	16	51,6	31	100		
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>78, 3</b>	<b>20</b>	<b>21,7</b>	<b>92</b>	<b>100</b>		

Berlandaskan pada Tabel 4.9 tabulasi silang antara norma subjektif (subjective norms) dengan kejadian food waste, diketahui bahwa dari total 92 rumah tangga, sebanyak 61 rumah tangga (100%) memiliki norma yang buruk terhadap kejadian food waste. Dari jumlah tersebut, 72 rumah tangga (78,3%) memiliki food waste yang tinggi, sedangkan 20 rumah tangga (21,7%) memiliki food waste yang rendah. Sementara itu, seluruh rumah tangga yang memiliki norma yang buruk berjumlah 61 rumah tangga (100%), sedangkan yang memiliki norma yang baik berjumlah 31 rumah tangga (100%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Chi-Square untuk melihat hubungan antara norma subjektif (subjective norms) dengan kejadian food waste, diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara norma subjektif (subjective norms) dengan kejadian food waste pada rumah tangga di Kota Medan. Nilai Prevalence Ratio (PR) sebesar 1,931 mengindikasikan bahwa rumah tangga dengan norma yang buruk memiliki risiko 1,931 kali lebih tinggi untuk mengalami kejadian food waste yang tinggi dibandingkan dengan rumah tangga yang memiliki norma yang baik. Adapun hasil Confidence Interval (CI) sebesar 95% berada pada rentang 1,334-2,795 yang menunjukkan bahwa estimasi tersebut memiliki tingkat kepercayaan sebesar 95%.



**Tabel 9 Hubungan Kontrol Perilaku Yang Dirasakan (Perceived Behavioral Control) dengan Kejadian Food waste**

Kategori Kontrol Perilaku Yang Dirasakan ( <i>Perceived Behavioral Control</i> )	<i>Food Waste</i>						<i>PR (95% CI)</i>	<i>P- Value</i>
	Tinggi		Rendah		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Buruk	58	92,1	5	7,9	63	100	1,907 (1,299-2,799)	0,000
Baik	14	48,3	15	57,7	29	100		
Total	72	78,3	20	21,7	92	100		

Berlandaskan pada Tabel 10 tabulasi silang antara kontrol perilaku yang dirasakan (perceived behavioral control) dengan kejadian food waste, diketahui bahwa dari total 92 rumah tangga, sebanyak 63 rumah tangga (100%) memiliki kontrol perilaku buruk terhadap kejadian food waste. Dari jumlah tersebut, 72 rumah tangga (78,3%) memiliki food waste yang tinggi, sedangkan 20 rumah tangga (21,7%) memiliki food waste yang rendah. Sementara itu, seluruh rumah tangga yang memiliki kontrol perilaku buruk berjumlah 63 rumah tangga (100%), sedangkan yang memiliki kontrol perilaku yang baik berjumlah 29 rumah tangga (100%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Chi-Square untuk melihat hubungan antara kontrol perilaku yang dirasakan dengan kejadian food waste, diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kontrol perilaku yang dirasakan (perceived behavioral control) dengan kejadian food waste pada rumah tangga di Kota Medan. Nilai Prevalence Ratio (PR) sebesar 1,907 mengindikasikan bahwa rumah tangga dengan norma yang buruk memiliki risiko 1,907 kali lebih tinggi untuk mengalami kejadian food waste yang tinggi dibandingkan dengan rumah tangga yang memiliki kontrol perilaku yang baik. Adapun hasil Confidence Interval (CI) sebesar 95% berada pada rentang 1,299-2,799 yang menunjukkan bahwa estimasi tersebut memiliki tingkat kepercayaan sebesar 95%.

### **Pembahasan**

#### **Hubungan Sikap Terhadap Perilaku (attitude) dengan Kejadian Food Waste di Kota Medan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis menggunakan uji Chi-square didapatkan p-value didapatkan nilai  $p = 0,000$  ( $< 0,05$ ) maka  $H_a$  diterima sehingga ada hubungan sikap terhadap perilaku (attitude) dengan kejadian food waste di Kota Medan. Hasil analisis juga mendapatkan nilai Prevalence Ratio (PR) sebesar 2,426 (95%CI=(1,526-3,857)) dapat diartikan bahwa rumah tangga yang memiliki sikap buruk mempunyai prevalence ratio 2,426 kali lebih tinggi mengalami kejadian food waste yang tinggi dibandingkan dengan rumah tangga yang bersikap baik. Hasil penelitian diperoleh Confidence Interval (CI) 95% (1,526-3,857) atau nilai kebenaran 95% berkisar 1,526-3,857

Pada tabel 8 terdapat sikap terhadap perilaku (attitude) yang baik 11 (39,3%) namun memiliki food waste yang tinggi, hal ini dikarenakan adanya kesenjangan antara niat dan tindakan nyata, yang dalam kajian TPB dikenal sebagai intention-behavior gap. Artinya, meskipun seseorang berniat untuk tidak membuang makanan, dalam praktiknya ia tetap melakukannya karena berbagai kondisi yang tidak mendukung. Misalnya, seseorang

mungkin terlalu sibuk untuk mengatur menu makanan harian, tidak terbiasa mengelola sisa makanan, atau tidak dapat memperkirakan porsi makanan dengan tepat. Hal-hal semacam ini menyebabkan makanan berlebih dan akhirnya dibuang, meskipun ia telah memiliki niat untuk menghindari pemborosan. Fenomena tersebut terdapat dalam penelitian yang dilakukan oleh Setti et al. (2021), ditemukan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap positif terhadap pengurangan food waste, namun tetap menghasilkan limbah yang cukup tinggi karena keterbatasan dalam praktik.

Terdapat juga sikap terhadap perilaku (attitude) yang buruk 3 (4,7%), hal ini dikarenakan adanya pengaruh kuat dari faktor lain dalam TPB, seperti norma subjektif atau perceived behavioral control. Norma subjektif berkaitan dengan tekanan sosial yang dirasakan individu dari orang-orang di sekitarnya, seperti keluarga, tetangga, atau lingkungan social. meskipun seseorang secara pribadi merasa tidak penting untuk menghindari pemborosan makanan, ia bisa tetap membatasi limbah makanan karena tekanan atau kebiasaan keluarga yang sangat ketat terhadap sisa makanan. Ia mungkin tinggal di rumah yang sangat memperhatikan penggunaan kembali sisa makanan, atau di lingkungan di mana membuang makanan dianggap tabu. Dengan demikian, meskipun sikap pribadinya tidak mendukung, ia tetap menjalankan perilaku pengurangan food waste karena norma sosial yang kuat.

Peneliti mengasumsikan bahwa semakin positif sikap individu terhadap pengurangan food waste, maka semakin kuat niat individu untuk menghindari membuang makanan. Sikap positif ini mencakup persepsi bahwa membuang makanan adalah tindakan yang salah, merugikan secara ekonomi, dan bertentangan dengan nilai lingkungan atau religius. Sebaliknya, sikap negatif atau tidak peduli diasumsikan akan memperbesar kemungkinan terjadinya food waste.

Dalam Theory of Planned Behavior (TPB), sikap terhadap perilaku (attitude toward the behavior) merujuk pada penilaian seseorang terhadap suatu perilaku, apakah dianggap positif atau negatif. Menurut Ajzen (1991), "Attitude toward the behavior refers to the degree to which a person has a favorable or unfavorable evaluation of the behavior in question". Dengan kata lain, sikap merupakan penilaian pribadi seseorang terhadap apakah suatu tindakan tertentu.

Sejalan dengan penelitian penelitian Fajar, dkk. (2023) yang menyatakan bahwa adanya hubungan signifikan antara sikap terhadap perilaku (attitude) dengan kejadian food waste. sikap merupakan prediktor terpenting dari niat untuk mengurangi sampah makanan. Variabel sikap memiliki dampak langsung pada niat untuk mengurangi sampah makanan. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa semakin baik sikap seseorang, semakin besar kemungkinan mereka berniat untuk mengurangi sampah makanan. Menurut penelitian Stancu dkk. (2016), sikap berpengaruh positif terhadap niat untuk tidak membuang makanan. Perasaan rugi ketika membuang makanan memiliki efek yang baik terhadap niat untuk mencegah pemborosan makanan, yang setara dengan menyia-nyiakan uang pendapatan. Selain itu, rasa bersalah dan ketidaknyamanan yang terkait dengan membuang makanan memengaruhi sentimen responden terkait niat untuk mengurangi sampah makanan. Dewi dan Santoso (2020) menemukan bahwa sikap yang menguntungkan terhadap tujuan untuk mengurangi sampah makanan dipengaruhi oleh timbulnya rasa tidak nyaman dan rasa bersalah saat membuang makanan.

Secara tidak langsung, variabel sikap terhadap perilaku membuang makanan melalui tujuan untuk memiliki dampak negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik sikap seseorang, maka semakin besar tujuannya untuk mengurangi sampah makanan, sehingga semakin kecil perilaku membuang makanan. Penelitian ini mendukung temuan Soorani dan

Ahmadvand (2019) yang menemukan bahwa sikap mempengaruhi perilaku secara tidak langsung<sup>12</sup>. Sebagaimana dalam HR. Muslim No. 49

عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: مَنْ رَأَى مِنْكُمْ مُنْكَرًا فَلْيُغَيِّرْهُ بِيَدِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِلِسَانِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِقَلْبِهِ، وَذَلِكَ أَضْعَفُ الْإِيمَانِ

[صحيح -] [رواه مسلم -] [صحيح مسلم: 49]

Abu Sa'īd Al-Khudri -radīyallāhu 'anhu- meriwayatkan, ia berkata, "Aku mendengar Rasulullah bersabda, "Siapa di antara kalian melihat kemungkaran, maka hendaklah dia mengubahnya dengan tangannya; jika tidak mampu, maka dengan lisannya; jika tidak mampu juga, maka dengan hatinya, dan itulah iman yang paling lemah." (HR. Muslim No. 49).

### Hubungan Norma Subjektif (Subjective Norms) dengan Kejadian Food Waste

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis menggunakan uji Chi-square didapatkan p-value didapatkan nilai  $p = 0,000 (< 0,05)$  maka  $H_a$  diterima sehingga ada hubungan norma subjektif (subjective norms) dengan kejadian food waste di Kota Medan. Hasil analisis juga mendapatkan nilai Prevalence Ratio (PR) sebesar 1,931 (95%CI=(1,334-2,795)) dapat diartikan bahwa rumah tangga yang memiliki sikap buruk mempunyai prevalence ratio 1,931 kali lebih tinggi mengalami kejadian food waste yang tinggi dibandingkan dengan rumah tangga yang memiliki norma yang baik. Hasil penelitian diperoleh Confidence Interval (CI) 95% (1,334-2,795) atau nilai kebenaran 95% berkisar 1,334-2,795.

Pada Tabel 4.9 terdapat norma subjektif (Subjective norms) yang baik 15 (48,4%) hal tersebut dikarenakan norma subjektif yang baik terhadap pengurangan limbah makanan tidak mampu mengalahkan pengaruh sosial atau budaya yang ada. Dalam budaya tertentu, menjamu tamu dengan menyajikan makanan berlebih adalah bentuk penghormatan dan keramahan. Akibatnya, meskipun seseorang secara pribadi menolak tindakan membuang makanan, ia tetap melakukannya demi menjaga norma sosial. Serta kurangnya pengetahuan praktis tentang pengelolaan makanan juga menjadi faktor yang signifikan. Sikap positif terhadap pengurangan food waste tidak selalu dibarengi dengan keterampilan dalam menyusun menu berdasarkan stok bahan makanan, menyimpan makanan dengan baik, atau mengolah sisa makanan menjadi masakan baru. Ketika pengetahuan dan keterampilan ini tidak dimiliki, maka tindakan membuang makanan tetap terjadi, meskipun ada sikap positif yang kuat terhadap pencegahannya.

Terdapat norma subjektif (Subjective norms) yang buruk tetapi memiliki food waste yang rendah 4 (6,6%), Dalam penelitian oleh Aktasdkk (2021), dijelaskan bahwa norma sosial memainkan peran penting dalam menekan perilaku food waste di rumah tangga. Individu yang tidak memiliki motivasi pribadi untuk menghindari pemborosan makanan dapat tetap melakukannya karena pengaruh lingkungan sosial yang kuat. Hal ini dikarenakan norma subjektif berkaitan dengan tekanan sosial yang dirasakan individu dari orang-orang di sekitarnya, seperti keluarga, tetangga, atau lingkungan sosial. Misalnya, meskipun seseorang secara pribadi merasa tidak penting untuk menghindari pemborosan makanan, ia bisa tetap membatasi limbah makanan karena tekanan atau kebiasaan keluarga yang sangat ketat terhadap sisa makanan. Ia mungkin tinggal di rumah yang sangat memperhatikan penggunaan kembali sisa makanan, atau di lingkungan di mana membuang makanan dianggap tabu. Dengan demikian, meskipun sikap pribadinya tidak mendukung, ia tetap menjalankan perilaku pengurangan food waste karena norma sosial yang kuat.

Peneliti mengasumsikan bahwa norma sosial dari lingkungan sekitar (anggota keluarga, teman, masyarakat) memengaruhi keputusan individu dalam membuang atau tidak

membuang makanan. Ketika seseorang merasa bahwa orang lain mengharapkan mereka untuk tidak membuang makanan, maka individu tersebut lebih mungkin berperilaku sesuai ekspektasi sosial tersebut.

Dalam kerangka Theory of Planned Behavior (TPB) yang dikemukakan oleh Ajzen (1991), variabel norma subjektif (subjective norms) merujuk pada tekanan sosial yang dirasakan oleh individu untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku tertentu. Ajzen (1991) menyatakan bahwa: "Subjective norm refers to the perceived social pressure to perform or not to perform the behavior."

Dengan kata lain, norma subjektif adalah keyakinan seseorang mengenai apakah orang-orang penting di sekitarnya (seperti keluarga, teman, pasangan, atau masyarakat luas) menyetujui atau tidak menyetujui tindakan tertentu. Ketika seseorang merasa bahwa lingkungan sosialnya mendukung suatu perilaku, maka ia cenderung lebih terdorong untuk melakukannya<sup>19</sup>

Hal ini sejalan dengan penelitian Fajar, dkk.(2023) yang menyatakan adanya hubungan norma subjektif (subjective norms) dengan kejadian food waste. Norma subjektif adalah penentu terpenting kedua dari niat seseorang untuk mengurangi sampah makanan, setelah sikap. Para peneliti menemukan bahwa norma subjektif hanya memiliki dampak langsung pada niat seseorang. Hal ini memvalidasi temuan Stancu dkk. (2016) bahwa norma subjektif mempengaruhi niat seseorang untuk melakukan suatu kegiatan. Soorani dan Ahmadvand (2019) menemukan bahwa norma subjektif mendorong niat seseorang untuk mengurangi sampah makanan. Namun, norma subjektif belum menunjukkan kemampuannya untuk mempengaruhi perilaku membuang-buang makanan melalui niat. Meskipun indikator norma subjektif mempengaruhi niat individu untuk mengurangi sampah makanan, mereka juga percaya bahwa anggota keluarga peka terhadap sampah makanan dan berusaha menghindarinya, dan sebagian besar orang Indonesia mendukung program pengurangan sampah makanan. Namun, hal tersebut tidak cukup untuk mempengaruhi perilaku mereka yang menghasilkan sampah makanan. Penelitian ini mendukung penelitian Visschers dkk. (2016), yang menemukan bahwa norma subjektif hanya berhubungan secara tidak langsung dengan pemborosan makanan. Penelitian ini bertentangan dengan temuan Soorani dan Ahmadvand (2019), bahwa norma subjektif secara tidak langsung mempengaruhi perilaku<sup>12</sup>. Sebagaimana yang terdapat pada QS. Al-Ma'idah: 88

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ ﴿٨٨﴾

Artinya: "Makanlah apa yang telah Allah anugerahkan kepadamu sebagai rezeki yang halal lagi baik, dan bertakwalah kepada Allah yang hanya kepada-Nya kamu beriman."

Sebagaimana hadis dalam qitab Atit Aruhani:

حَدَّثَنَا هِشَامُ بْنُ عَبْدِ الْمَلِكِ الْحِمَصِيُّ، حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ حَرْبٍ، حَدَّثَنِي أُمِّي، عَنْ أُمِّهَا، أَنَّهَا سَمِعَتْ الْمُقَدَّامَ بْنَ مَعْدِيكَرِبَ، يَقُولُ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - يَقُولُ " مَا مَلَأَ آدَمِيَّ وَعَاءٌ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ حَسْبُ الْآدَمِيِّ لُقِيْمَاتٌ يَقْمَنُ صَلْبَهُ فَإِنْ غَلَبَتْ الْآدَمِيَّ نَفْسُهُ فَتَلَّتْ لِلطَّعَامِ وَتَلَّتْ لِلشَّرَابِ وَتَلَّتْ لِلنَّفْسِ "

"Manusia tidak mengisi wadah yang lebih buruk daripada perutnya. Cukuplah bagi anak Adam mengisi beberapa suap agar tulangnya tegak. Jika tetap ingin mengisinya, maka sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga untuk udara" (HR. Ibn Majah 3349-shahih).

### **Hubungan Kontrol Perilaku yang Dirasakan (Perceived Behavioral Control) dengan Kejadian Food Waste**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis menggunakan uji Chi-square didapatkan p-value didapatkan nilai  $p = 0,000 (< 0,05)$  maka  $H_a$  diterima sehingga ada hubungan kontrol perilaku yang dirasakan (perceived behavioral control) dengan kejadian food waste di Kota Medan. Hasil analisis juga mendapatkan nilai Prevalence Ratio (PR) sebesar 1,907

(95%CI=(1,299-2,799)) dapat diartikan bahwa rumah tangga yang memiliki sikap buruk mempunyai prevalence ratio 1,907 kali lebih tinggi mengalami kejadian food waste yang tinggi dibandingkan dengan rumah tangga yang memiliki control perilaku yang baik. Hasil penelitian diperoleh Confidence Interval (CI) 95% (1,299-2,799) atau nilai kebenaran 95% berkisar 1,299-2,799.

Berdasarkan Tabel 4.10 terdapat control perilaku yang dirasakan (perceived behavioral control) yang baik 14 (48,3%) namun memiliki food waste yang tinggi, dikarenakan hal ini berkaitan dengan sejauh mana seseorang merasa mampu atau memiliki kendali dalam melakukan suatu tindakan. Dalam praktiknya, seseorang bisa saja memiliki sikap yang sangat positif terhadap pengurangan food waste, tetapi tetap menghasilkan limbah makanan yang tinggi karena merasa tidak punya kendali atas situasi. Misalnya, makanan yang cepat basi, anak-anak yang susah makan, atau suami yang terbiasa makan dalam porsi besar, bisa menjadi faktor yang membuat seseorang merasa kesulitan untuk benar-benar mengurangi food waste di rumah tangganya.

Kontrol perilaku yang dirasakan (perceived behavioral control) yang buruk 5 (7,9) namun memiliki food waste rendah, penelitian Schanes et al. (2020), menunjukkan bahwa perceived behavioral control yang tinggi dapat menjadi prediktor kuat dari rendahnya food waste, bahkan ketika sikap terhadap pengurangan food waste tidak terlalu positif. Hal ini terjadi karena seseorang mungkin merasa sangat mampu mengendalikan perilaku konsumsinya dengan terbiasa memasak dalam jumlah secukupnya, menyusun menu mingguan, atau memiliki sistem penyimpanan makanan yang efisien. Karena ia memiliki kendali yang tinggi terhadap perencanaan dan pengelolaan makanannya, maka ia bisa menghasilkan food waste yang rendah, walaupun ia tidak secara sadar atau ideologis menentang tindakan membuang makanan. Di sini, keterampilan praktis dan kemampuan mengelola rumah tangga bisa berperan lebih dominan dibandingkan sikap pribadi terhadap perilaku.

Kondisi ini juga bisa dipengaruhi oleh faktor ekonomi. Dalam beberapa kasus, seseorang tidak terlalu peduli dengan isu food waste secara moral atau lingkungan (sikapnya negatif), namun tetap menghindari pemborosan karena alasan keterbatasan finansial. Bagi keluarga dengan ekonomi menengah ke bawah, efisiensi dalam penggunaan makanan adalah hal yang mutlak, meskipun tidak didasari oleh kesadaran lingkungan. Dengan demikian, meski mereka tidak mendukung secara sikap, tindakan mereka tetap mencerminkan perilaku mengurangi food waste.

Peneliti mengasumsikan bahwa individu yang merasa mampu mengontrol pengelolaan makanan seperti merencanakan pembelian, menyimpan dengan benar, dan mengolah sisa makanan cenderung memiliki food waste yang lebih rendah. Sebaliknya, mereka yang merasa tidak punya kemampuan atau kontrol akan cenderung membuang makanan lebih sering, bahkan jika memiliki niat baik.

Dalam konteks teori Theory of Planned Behavior (TPB) yang dikemukakan oleh Icek Ajzen (1991) "Perceived behavioral control refers to the perceived ease or difficulty of performing the behavior and it is assumed to reflect past experience as well as anticipated impediments.". Artinya, PBC mengacu pada sejauh mana seseorang merasa mudah atau sulit untuk melakukan suatu perilaku tertentu, dan persepsi ini dibentuk oleh pengalaman masa lalu serta hambatan atau dukungan yang mereka perkirakan akan dihadapi. Perceived Behavioral Control (PBC) merupakan salah satu determinan penting dalam membentuk niat dan perilaku individu. PBC merujuk pada persepsi individu terhadap sejauh mana mereka merasa memiliki kemampuan, kesempatan, serta sumber daya yang diperlukan untuk melakukan suatu perilaku. Dalam kaitannya dengan pemborosan makanan di tingkat rumah

tangga (household food waste), PBC menjadi variabel yang sangat menentukan karena berkaitan langsung dengan keyakinan seseorang atas kemampuannya dalam mengendalikan, mencegah, dan mengurangi food waste di lingkungan rumah.<sup>20</sup>

Penelitian Zhao & Begho (2024) menyatakan individu yang memiliki PBC tinggi terhadap perilaku pengelolaan makanan cenderung merasa mampu untuk menyusun perencanaan makan harian, membeli bahan makanan dalam jumlah yang sesuai, menyimpan makanan dengan baik, serta memanfaatkan kembali sisa makanan. Sebaliknya, individu dengan PBC rendah akan merasa tidak memiliki kapasitas untuk mengontrol berbagai faktor yang memengaruhi pemborosan makanan, seperti tidak mampu memperkirakan porsi makanan yang sesuai, tidak memiliki cukup waktu untuk mengelola sisa makanan, atau tidak mengetahui cara penyimpanan yang tepat. Dengan kata lain, persepsi kendali yang rendah sering kali menjadi penyebab utama mengapa seseorang tetap melakukan pemborosan makanan meskipun sudah memiliki sikap negatif terhadap food waste atau menerima tekanan sosial dari lingkungan sekitarnya untuk tidak melakukannya.

Perilaku pemborosan makanan di rumah tangga sering kali tidak semata-mata terjadi karena ketidaktahuan atau ketidaksadaran, melainkan juga karena hambatan yang dirasakan dalam mengendalikan tindakan tersebut. Misalnya, banyak individu yang merasa memiliki waktu terbatas untuk merencanakan belanja atau memasak, sehingga membeli makanan secara impulsif tanpa memperhatikan stok yang ada di rumah. Ketika bahan makanan tersebut tidak segera diolah, maka kemungkinan besar akan rusak dan akhirnya terbuang. Dalam hal ini, rendahnya PBC ditunjukkan melalui ketidakmampuan individu dalam mengatur waktu dan menyusun perencanaan makanan yang efektif. Selain itu, ketidaktahuan terhadap teknik penyimpanan yang tepat juga merupakan indikator rendahnya kontrol perilaku yang dirasakan. Banyak bahan makanan yang seharusnya masih dapat dikonsumsi menjadi terbuang karena cara penyimpanan yang tidak sesuai atau kesalahan dalam memahami tanggal kedaluwarsa (expiration date) dan best before.

Penelitian-penelitian sebelumnya juga menguatkan pentingnya PBC dalam menjelaskan perilaku food waste rumah tangga. Stancu et al. (2016) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa PBC memiliki pengaruh signifikan terhadap niat dan praktik nyata dalam mengurangi food waste. Mereka menemukan bahwa individu yang merasa mampu dalam mengelola makanan menunjukkan tingkat pemborosan makanan yang lebih rendah dibandingkan dengan individu yang memiliki persepsi kontrol rendah. Hal serupa juga diungkapkan oleh Visschers et al. (2016), yang menyatakan bahwa intervensi peningkatan pengetahuan dan keterampilan praktis dalam penyimpanan serta pengolahan makanan dapat meningkatkan PBC individu dan secara langsung berdampak pada berkurangnya jumlah makanan yang terbuang.

Lebih lanjut, dalam konteks budaya masyarakat Indonesia, khususnya pada rumah tangga perkotaan, PBC sangat dipengaruhi oleh pola hidup modern yang serba cepat. Keterbatasan waktu untuk memasak dan merencanakan menu sering kali membuat individu merasa tidak memiliki kendali penuh terhadap pengelolaan makanan. Fenomena ini dapat dilihat pada kebiasaan membeli makanan dalam jumlah besar saat berbelanja bulanan, tanpa memperhitungkan kapasitas penyimpanan atau kecepatan konsumsi keluarga. Selain itu, rendahnya literasi pangan terutama dalam memahami cara penyimpanan, penggunaan sisa makanan, atau membedakan kualitas makanan yang masih layak konsumsi turut berkontribusi terhadap menurunnya PBC masyarakat terhadap pengurangan food waste.

Peningkatan PBC dapat dilakukan melalui edukasi yang menekankan keterampilan praktis, seperti pelatihan dalam meal planning, pemanfaatan sisa makanan, pemahaman terhadap label pangan, serta strategi pembelian bahan makanan yang efisien. Selain itu,

pemanfaatan teknologi seperti aplikasi pengingat stok makanan atau panduan penyimpanan makanan juga dapat membantu individu merasa lebih mampu dalam mengontrol perilaku konsumsi dan pengelolaan makanan sehari-hari.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Perceived Behavioral Control merupakan variabel penting yang sangat memengaruhi perilaku pemborosan makanan di rumah tangga. Ketika individu merasa memiliki kontrol yang cukup terhadap cara mereka membeli, menyimpan, dan mengonsumsi makanan, maka kecenderungan mereka untuk membuang makanan akan jauh lebih rendah. Oleh karena itu, strategi pengurangan food waste sebaiknya tidak hanya berfokus pada perubahan sikap atau norma sosial, tetapi juga secara aktif meningkatkan persepsi kontrol individu melalui pendekatan edukatif dan penyediaan sumber daya yang mendukung perilaku berkelanjutan dalam konsumsi pangan di rumah tangga<sup>21</sup>

Islam memberikan perhatian serius pada upaya mengurangi food waste melalui penetapan jenis makanan dan perintah menjaga alam. Setiap individu yang memiliki kepercayaan kepada ajaran agama islam wajib memandang pengurangan food waste sebagai perintah agama. Upaya mengurangi food waste dilakukan melalui penetapan jenis makanan yang halal dan haram serta cara makan yang mubazhir. Penetapan ini merupakan bentuk pembatasan yang dimaksudkan untuk mencegah potensi food waste. Sebagaimana ayat QS. Al-Baqarah: 168 dan QS. An-Nahl: 114

يٰۤهَآ النَّاسُ كُلُوْا مِمَّا فِى الْاَرْضِ حَلٰلًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوْا خُطُوٰتِ الشَّيْطٰنِ اِنَّهٗ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِيْنٌ ﴿١٦﴾

Artinya: “Wahai manusia, makanlah sebagian (makanan) di bumi yang halal lagi baik dan janganlah mengikuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya ia bagimu merupakan musuh yang nyata”

فَكُلُوْا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللّٰهُ حَلٰلًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوْا نِعْمَتِ اللّٰهِ اِنْ كُنْتُمْ اِيَّاهٖ تَعْبُدُوْنَ ﴿١٦﴾

Artinya: “Makanlah sebagian apa yang telah Allah anugerahkan kepadamu sebagai (rezeki) yang halal lagi baik dan syukurilah nikmat Allah jika kamu hanya menyembah kepada-Nya.”

وَحَدَّثَنِى مُحَمَّدُ بْنُ حَاتِمٍ، وَأَبُو بَكْرِ بْنُ نَافِعٍ الْعَبْدِيُّ قَالَا حَدَّثَنَا بِهِزٌ، حَدَّثَنَا حَمَّادُ، بْنُ سَلَمَةَ حَدَّثَنَا ثَابِتٌ، عَنْ أَنَسٍ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا أَكَلَ طَعَامًا لَعِقَ أَصَابِعَهُ الثَّلَاثَ . قَالَ وَقَالَ " إِذَا سَقَطَتْ لُقْمَةٌ أَحَدِكُمْ فَلْيُمِطْ عَنْهَا الْأَذَى وَلْيَأْكُلْهَا وَلَا يَدْعُهَا لِلشَّيْطَانِ " . وَأَمَرْنَا أَنْ نُسَلِّتَ الْقُصْعَةَ قَالَ " فَإِنَّكُمْ لَا تَذَرُونَ فِى آيِ طَعَامِكُمُ الْبَرَكَةَ " .

"Jika makanan salah seorang dari kalian jatuh, maka hendaklah ia mengambilnya dan membuang bagian yang kotor, kemudian memakannya dan tidak membiarkannya untuk setan"(HR. Muslim no. 2034).

Dalam Tafsir Ibn Katsir: Ibnu Katsir menafsirkan bahwa perintah makan dan minum dalam ayat ini merupakan bentuk penghalalan nikmat Allah. Akan tetapi, ayat ini juga menyertakan peringatan keras agar tidak melampaui batas dalam mengonsumsi makanan, karena berlebih-lebihan (isrāf) menunjukkan sikap tidak bersyukur, bahkan bisa menyebabkan berbagai keburukan seperti penyakit jasmani dan penyakit hati (sombong, rakus, kufur nikmat). Ibnu Katsir menegaskan bahwa Allah tidak mencintai mereka yang berlebihan dalam segala hal, termasuk dalam konsumsi makanan. Dalam konteks rumah tangga, tafsir ini memberi dasar bahwa menyediakan atau mengonsumsi makanan secara berlebihan hingga terbuang sia-sia adalah tindakan tercela dalam Islam.

Dalam Tafsir al-Jalalayn memfokuskan bahwa yang dimaksud dengan “wala tusrifu” adalah larangan untuk berlebih-lebihan dalam hal makan dan minum, baik secara kuantitas (jumlah berlebihan) maupun dalam bentuk pemborosan (misalnya membeli makanan mewah yang tidak diperlukan). Tafsir ini memberi peringatan bahwa pemborosan makanan, termasuk membuang sisa makanan yang masih layak konsumsi, merupakan bentuk isrāf

yang dibenci Allah.

Dalam Tafsir Al-Misbah (Quraish Shihab), Menurut Quraish Shihab, ayat ini menunjukkan bahwa keseimbangan adalah prinsip utama dalam Islam. Makanan adalah bagian dari karunia Allah, dan manusia diperbolehkan menikmatinya, tetapi tidak boleh berlebih-lebihan, karena itu menunjukkan ketidakpedulian terhadap nilai kebermanfaatan dan kemaslahatan. Dalam konteks rumah tangga, ayat ini memberi prinsip bahwa konsumsi makanan harus disesuaikan dengan kebutuhan, bukan berdasarkan nafsu, tren, atau gengsi sosial yang mendorong pemborosan.

### **Keterbatasan Penelitian**

Penelitian mengenai food waste rumah tangga yang menggunakan metode Waste Composition Analysis (WCA) memang menawarkan keunggulan dari segi objektivitas dan akurasi data. Metode ini memungkinkan peneliti untuk mengetahui secara langsung jenis dan jumlah makanan yang terbuang dengan cara memilah dan menimbang sampah rumah tangga secara aktual. Akan tetapi, penggunaan WCA dalam konteks penelitian di tingkat rumah tangga tetap memiliki sejumlah keterbatasan yang tidak bisa diabaikan, baik dari sisi teknis pelaksanaan, keterlibatan responden, maupun interpretasi hasil.

Salah satu keterbatasan utama dari penerapan metode WCA terletak pada aspek logistik dan sumber daya. Proses pelaksanaan WCA membutuhkan biaya yang cukup besar, mulai dari penyediaan alat penampungan sampah, sarung tangan, hingga timbangan dan tempat pemilahan yang aman dan higienis. Selain itu, kegiatan ini juga memerlukan waktu dan tenaga yang tidak sedikit, terutama ketika melibatkan banyak rumah tangga sebagai responden. Akibatnya, dalam banyak studi, cakupan rumah tangga yang terlibat menjadi sangat terbatas, dan hasilnya kurang dapat digeneralisasikan untuk populasi yang lebih luas.

Keterbatasan lainnya berkaitan dengan keterlibatan aktif dari partisipan. Tidak semua rumah tangga bersedia memberikan akses terhadap sampah rumah tangga mereka, baik karena alasan privasi, ketidaknyamanan, maupun rasa malu. Bahkan, jika mereka bersedia, ada kecenderungan perilaku rumah tangga berubah sementara waktu selama periode pengamatan, karena mereka menyadari bahwa sampah mereka sedang diamati oleh peneliti. Perubahan perilaku ini dapat menyebabkan hasil yang tidak merepresentasikan kondisi sebenarnya, karena jumlah makanan yang dibuang mungkin dikurangi secara sengaja untuk menghindari penilaian negatif dari pihak luar.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan rumusan masalah maka Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Food Waste di Kota Medan adalah sebagai berikut:

1. Sikap terhadap Perilaku (Attitude) terdapat hubungan dengan kejadian food waste di Kota Medan. Sebagian besar responden memiliki sikap buruk terhadap food waste, yang menunjukkan rendahnya kesadaran atau kepedulian terhadap dampak membuang makanan secara tidak perlu.
2. Norma Subjektif (Subjective Norms) terdapat hubungan dengan kejadian food waste di Kota Medan Mayoritas responden juga menunjukkan norma subjektif yang buruk, yang berarti mereka merasa bahwa lingkungan sosial mereka tidak cukup mendukung atau mendorong upaya pengurangan food waste.
3. Kontrol Perilaku Yang Dirasakan (Perceived Behavioral Control) terdapat hubungan dengan kejadian food waste di Kota Medan. Kebanyakan responden merasa kontrol perilaku yang dirasakan terhadap pengelolaan makanan masih rendah, yang berdampak terhadap tingginya kemungkinan terjadinya food waste.



## Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian saran yang dapat di berikan adalah sebagai berikut:

### 1. Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan untuk lebih sadar akan pentingnya mengelola dan menggunakan makanan secara efisien, seperti merencanakan belanja dan porsi makan agar tidak berlebihan sehingga mengurangi food waste. Dengan Meningkatkan norma sosial yang mendukung pengurangan food waste melalui edukasi ke keluarga dan komunitas agar terbentuk budaya pengelolaan makanan yang baik, serta Masyarakat disarankan untuk memanfaatkan teknologi, seperti aplikasi pengelolaan keuangan dan makanan, serta inovasi dalam pengolahan makanan sisa agar makanan dapat didaur ulang atau digunakan kembali.

### 2. Bagi Pemerintah

Memberikan penyuluhan dengan mengadakan program kampanye dan edukasi terus-menerus tentang pentingnya pengurangan food waste, termasuk cara pengelolaan makanan yang baik di tingkat rumah tangga. Selain itu pemerintah juga dapat Memperbanyak fasilitas pengelolaan sampah yang ramah lingkungan, seperti tempat pengomposan dan daur ulang, serta menyediakan fasilitas pengurangan sampah makanan di tingkat komunitas dan pasar. Serta Menciptakan kebijakan yang mendukung pengelolaan sampah makanan, seperti insentif bagi rumah tangga dan industri yang menerapkan praktik pengurangan food waste.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melakukan penelitian lanjutan mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi perilaku pengelolaan makanan, seperti faktor ekonomi, budaya, dan kebiasaan sehari-hari yang belum terlalu dieksplorasi, dan Menggunakan metode penelitian yang lebih variatif, untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif tentang dinamika perilaku masyarakat terkait food waste. Peneliti selanjutnya juga disarankan agar melakukan perhitungan sampel dengan kesalahan sampling dengan nilai 5% sehingga di dapatkan  $n = 397$ , agar sampel tidak bias. Selain itu peneliti juga dapat melakukan penelitian food waste dengan mengukur makanan yang belum matang atau belum di olah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Rahman D, Rahman H. 55 Identifikasi Food Waste Behavior Rumah Tangga Dalam Mewujudkan Ketahanan Pangan Keluarga. Vol 3.; 2023.
- Saputro WA, Prio A, Santoso A. Factors Affecting Food Waste. Vol 8.; 2021.
- Andreyna S, Azharama T. Analisis Food Waste Nasi Rumah Tangga Kecamatan Pamulang, Tangerang Selatan.
- Soliha Mayang Annisa. Estimasi Kehilangan Zat Gizi Food Waste Rumah Tangga di Perkotaan. jurnal Institut Pertanian Bogor. 2022;(Estimasi Kehilangan Zat Gizi Food Waste Rumah Tangga di Perkotaan):3.
- Wulandari N, Shannaz Mutiara Deniar. Upaya Negara Korea Selatan dalam Menangani Food Waste (Sampah Makanan). Jurnal Green Growth dan Manajemen Lingkungan. 2023;12(2):112-124.doi:10.21009/10.21009.122.2
- Citra Lestari S, Halimatussadiyah A, Ekonomi MP, et al. Kebijakan Pengelolaan Sampah Nasional: Analisis Pendorong Food Waste Di Tingkat Rumah Tangga. <http://www.worldwatch.org/food-waste-and-recycling-china-growing-trend-1>
- Wulandari N, Shannaz Mutiara Deniar. Upaya Negara Korea Selatan dalam Menangani Food Waste (Sampah Makanan). Jurnal Green Growth dan Manajemen Lingkungan. 2023;12(2):112-124.doi:10.21009/10.21009.122.2
- Wulandari N, Shannaz Mutiara Deniar. Upaya Negara Korea Selatan dalam Menangani Food Waste

- (Sampah Makanan). *Jurnal Green Growth dan Manajemen Lingkungan*. 2023;12(2):112-124. doi:10.21009/10.21009.122.2
- Siaputra H, Christianti N, Amanda G. Analisa Implementasi Food Waste Management Di Restoran 'X' Surabaya. *Jurnal Manajemen Perhotelan*. 2019;5(1):1-8. doi:10.9744/jmp.5.1.1-8
- Ajzen L, Albarracin D, Hornik R. Prediction and Change of Health Behavior: Applying the Reasoned Action Approach. Taylor and Francis; 2012. doi:10.4324/9780203937082
- Santa S, Medan E, Memperoleh U, et al. STIKes Santa Elisabeth Medan Skripsi Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Membuang Sampah Makanan Pada Mahasiswa Di Asrama Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.
- Prasetyo DT, Djuwita R. Penggunaan Theory of Planned Behavior dalam Menganalisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Food Waste Behavior pada Dosen. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*. 2020;13(3):277-288. doi:10.24156/jikk.2020.13.3.277
- Afifah Roidah. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Rumah Tangga Terhadap Food Waste. *Jurnal Universitas Brawijaya*. Published online May 27, 2020:1.
- Gulo CE, Dia R, Kesuma I, et al. 6758 *Jurnal Ruang Luar Dan Dalam FTSP | 110 Kajian Sistem Pelayanan Persampahan Di Kota Medan (Studi Kasus Kecamatan Medan Kota)*. Vol 04.; 2022.
- Siaputra Hanjaya. Pengaruh Konsumsi Makanan Generasi Z Terhadap Niat Untuk Pengurangan Limbah Makanan Restoran Di Surabaya. *Jurnal Manajemen Perhotelan*. 2022;Vol 8(Pengaruh Konsumsi Makanan Generasi Z Terhadap Niat Untuk Pengurangan Limbah Makanan Restoran Di Surabaya):16-17.
- Lestari RH, Ayuningtyas PR, Pratiwi AA, Prasetyo A. Analisis Sisa Makanan terhadap Kepuasan Pelayanan Makanan pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya. *Media Gizi Kesmas*. 2023;12(2):937-946. doi:10.20473/mgk.v12i2.2023.937-946
- Soorani F, Ahmadvand M. Determinants of consumers' food management behavior: Applying and extending the theory of planned behavior. *Waste Management*. 2019;98:151-159. doi:10.1016/j.wasman.2019.08.025
- Stancu V, Haugaard P, Lähteenmäki L. Determinants of consumer food waste behaviour: Two routes to food waste. *Appetite*. 2016;96:7-17. doi:10.1016/J.APPET.2015.08.025
- Graham-Rowe E, Jessop DC, Sparks P. Predicting household food waste reduction using an extended theory of planned behaviour. *Resour Conserv Recycl*. 2015;101:194-202. doi:10.1016/J.RESCONREC.2015.05.020
- Ajzen I. The theory of planned behavior. *Organ Behav Hum Decis Process*. 1991;50(2):179-211. doi:10.1016/0749-5978(91)90020-T
- Zhao N, Begho T. Micro-level Contributions Towards SDG Target 12.3: Identifying the Behavioural Drivers of Household Food Waste Reduction. *Studies in Microeconomics*. 2025;13(1):106-126. doi:10.1177/23210222241274070