

## PERILAKU PANGAN TERBUANG PADA KONSUMSI RUMAH TANGGA DAERAH DATARAN TINGGI DI KECAMATAN SIMPANG HULU KABUPATEN KETAPANG

(Food Waste Behavior in Household Consumption in the Highland Areas of Simpang Hulu District, Ketapang Regency)

Tobias Riyadi Setiawan<sup>1</sup>, Maswadi<sup>1</sup>, Anita Sauharyani<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Tanjungpura, Kalimantan Barat, Indonesia  
E-mail : maswadi@faperta.untan.ac.id

### ABSTRACT

*Food waste is a serious global issue in countries, including in Indonesia. Various factors contribute to food waste at the household level, which is a primary sector in the food supply chain. According to the data from BAPPENAS and SIPSIN, household food waste accounts for a significant portion of the total food waste in Indonesia, with household consumption reaching up to 19 million tons per year. This study aims to examine the food waste behavior of consumer households in highland areas, in Simpang Hulu District. The number of samples examined in this study consists of 63 respondents. The research employed a quantitative descriptive method. Based on the results concerning personal norms, awareness of consequences, and a sense of responsibility related to food waste behavior in highland households, it is concluded that food waste is considered undesirable. Housewives in highland areas demonstrate high awareness of impacts of food waste and are committed to manage food efficiently for the welfare of their families. Various age groups also show positive awareness of the importance of reducing food waste, and start to plan meals properly. Additionally, various income classes exhibit a positive understanding of the responsibility to reduce food waste, indicating that economic factors do not hinder acting responsibly towards the environment and food. Household food expenditure and the number of family members do not affect the awareness, regarding the shared responsibility in managing food and protecting the environment. Overall, food waste behavior in highland households is driven by high awareness and shared responsibility to minimize food waste and maintain environmental sustainability.*

**Key words:** Food Waste, Household, NAM

Received: 27 June 2025

Revised: 5 September 2025

Accepted: 30 November 2025

DOI: <https://doi.org/10.23960/jia.v13i4.11100>

### PENDAHULUAN

Pangan terbuang telah menjadi isu yang mendapat perhatian global, baik di negara berkembang maupun maju (Faqih 2023). Pangan terbuang mengacu pada pembuangan makanan yang dapat dimakan di berbagai tahap dalam rantai pasok makanan, dari produksi hingga konsumsi. Penting untuk diperhatikan bahwa penyebab dan solusi untuk pangan terbuang bervariasi tergantung pada konteks sosial, ekonomi, dan geografis. Melibatkan berbagai pelaku mulai dari petani dan produsen hingga pengolah makanan (Xue et al. 2017), serta individu yang memasak makanan (Huang and Tseng 2020). Namun, sektor utama yang menyumbang sampah dalam rantai pasokan makanan adalah konsumsi di tingkat rumah tangga (Grant 2022).

Isu pangan terbuang menjadi sangat penting karena menimbulkan ancaman serius terhadap kelestarian lingkungan (Wulandari 2020). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pangan terbuang berdampak buruk terhadap lingkungan, menyebabkan efek rumah kaca serta pencemaran air dan tanah (Afifah 2018). Dampak pencemaran lingkungan akibat pangan terbuang dapat meningkatkan kerusakan lingkungan dan memiliki konsekuensi jangka panjang terhadap kesehatan manusia serta ekosistem di sekitarnya. Oleh karena itu, mengurangi pangan terbuang tidak hanya membantu menjaga keberlanjutan pangan, tetapi juga melindungi lingkungan secara menyeluruh. Tahun 2000 hingga 2019, terungkap bahwa pangan terbuang di rumah tangga disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya sisa makanan dari porsi bersama di rumah menyumbang sebesar 53,25 persen, sisa makanan dari piring di rumah mencapai 51,13

persen , dan sisa makanan dari saat makan di luar rumah mencapai 38,88 persen (BAPPENAS 2021).

Banyak keputusan yang saling terkait dan pilihan yang dibuat pada awal proses pembelian dan penyiapan makanan memiliki dampak signifikan terhadap jumlah makanan yang akhirnya dibuang. Indonesia, sebagai negara dengan populasi terbesar keempat di dunia, sedang menghadapi masalah besar terkait dengan pangan terbuang. Berdasarkan data yang ada, Indonesia merupakan penyumbang limbah makanan terbesar kedua di dunia (Saputro 2021). Diperkirakan setiap individu di Indonesia membuang sekitar 300 kg makanan per tahun, setara dengan 13 juta ton makanan secara keseluruhan (Hidayat 2020). Sektor konsumsi rumah tangga menjadi penyumbang terbesar pangan terbuang, dengan jumlah mencapai 5–19 juta ton per tahun (BAPPENAS 2021).

Provinsi Kalimantan Barat adalah salah satu provinsi di Indonesia yang menghadapi masalah serupa. Seiring dengan pertumbuhan penduduk yang terus meningkat, volume sampah di provinsi ini juga mengalami peningkatan. Berdasarkan data, sektor rumah tangga merupakan penyumbang terbesar volume sampah di Kalimantan Barat, mencapai 88,76 persen , di mana sebagian besar limbah makanan di sektor rumah tangga terjadi pada tahap konsumsi sehari-hari (SIPSN 2022). Kebiasaan buruk yang masih umum dilakukan oleh masyarakat di seluruh dunia. Pada tingkat konsumen, kecenderungan membuang makanan sering dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kondisi sosial ekonomi dan aksesibilitas ke tempat berbelanja, yang memengaruhi kebiasaan sehari-hari seperti pola belanja (Lestari 2022).

Cara penyimpanan dan persiapan makanan juga berperan penting dalam pembentukan perilaku ini (Jörissen 2015). Pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan yang kurang baik dalam perencanaan makanan juga dapat meningkatkan jumlah limbah makanan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis norma pribadi, kesadaran akan konsekuensi, dan rasa tanggung jawab responden terkait pengelolaan makanan di rumah tangga, serta menguji keterkaitan ketiga variabel tersebut dalam membentuk perilaku pengurangan sampah makanan, dengan harapan memberikan bukti empiris bahwa faktor psikologis internal saling mendukung dan menjadi pendorong utama perilaku pro-lingkungan sesuai kerangka Norm Activation Model (NAM).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di daerah Kecamatan Simpang Hulu, Kabupaten Ketapang. Pemilihan lokasi tersebut dilakukan dengan metode secara (*purposive*). Waktu penelitian ini dilaksanakan ± 3 bulan. Pada penelitian ini metode yang digunakan adalah metode deskriptif kuantitatif. Metode deskriptif kuantitatif pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui perilaku *food waste* dengan alat analisis statistik deskriptif. Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian didapatkan dari model aktivasi norma yang terdiri dari norma pribadi, kesadaran akan konsekuensi dan rasa tanggung jawab.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Adapun populasi penelitian berasal dari jumlah penduduk berdasarkan kepala keluarga sebanyak 2.455 jiwa, yang terdapat di tiga desa yang berada di Kecamatan Simpang Hulu yaitu Desa Kualan Hilir, Desa Balai Pinang dan Desa Balai Pinang Hulu (BPS Ketapang 2023). Jumlah populasi dalam penelitian ini lebih dari 1000 maka perlu metode untuk menentukan besarnya sampel yang akan diambil salah satunya penggunaan rumus Slovin dengan tingkat kepercayaan 90% dengan nilai eror 10%, sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{N \times e^2 \pm 1} \dots\dots\dots (1)$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Batas toleransi kesalahan (error)

Dengan menggunakan rumus Slovin maka jumlah sampel dalam penelitian ini sebagai berikut :

$$n = \frac{2.455}{1 + (7.176)(0,1)^2} = 62,725 = 63$$

Dari hasil jumlah sampel yang diteliti sebanyak 63 responden. Pertimbangan untuk sampel yang digunakan adalah responden merupakan seseorang yang mengetahui urusan rumah tangga dengan spesifik. Dikarenakan dalam penelitian ini peran tersebut sangat cocok untuk menjawab kuesioner

yang disediakan. Sumber data dalam penelitian ini terdiri data primer dan data sekunder. Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari hasil observasi, wawancara dan kuesioner. Observasi dilakukan dengan cara pengamatan secara sistematis serta pencatatan data yang diperoleh dari orang pertama di lokasi penelitian kemudian melakukan wawancara terhadap responden dengan membagikan kuesioner secara langsung. Data sekunder dalam penelitian ini menggunakan referensi dari beberapa sumber yaitu jurnal atau skripsi terdahulu dan data dari pihak pemerintahan seperti BPS, FAO, dan SIPSN. Skala pengukuran yang digunakan dalam kuesioner adalah skala *semantic differential*. Skala ini dapat mengukur sikap dalam bentuk satu garis kontinum yang letak sangat positif berada di kanan garis dan sangat negatif di bagian kiri garis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah rumah tangga Desa Kualan Hilir, Desa Balai Pinang, Desa Balai Pinang Hulu. Jumlah responden pada penelitian ini adalah 63 responden. Tabel 1 menunjukkan bahwa semua responden berjenis kelamin perempuan yang didominasi usia 31-40 tahun dengan pendidikan tertinggi SD. Responden rata-rata memiliki pendapatan rumah tangga sebesar Rp2.500.000- Rp5.000.000 yang

Tabel 1. Karakteristik responden rumah tangga daerah dataran tinggi

Karakteristik Responden		(%)
Jenis Kelamin	Perempuan	63
Usia	21-30 tahun	8
	31-40 tahun	25
	41-50 tahun	16
	>50 tahun	14
Pendidikan Terakhir	Sarjana	4
	SMA	14
	SMP	13
	SD	29
	Tidak bersekolah	3
Pendapatan	Rp 1.000.000-2.499.000	14
Rumah Tangga	Rp 2.500.000-5.000.000	46
	Rp >5.000.000	3
Pengeluaran	Rp 500.000-1.499.000	22
Untuk Makan	Rp 1.500.000-2.499.000	38
	Rp >2.500.000	3
Jumlah Anggota Keluarga	<4	45
	5-10	18

digunakan untuk pengeluaran makanan sebesar Rp1.500.000- Rp2.499.000. Rumah tangga daerah dataran tinggi didominasi oleh rumah tangga dengan jumlah anggota keluarga kurang dari 4 orang.

### Statistik deskriptif

Statistik deskriptif merupakan uraian mengenai variabel indikator kusioner penelitian yang disertai dengan nilai mean, median, dan standar deviasi. Statistik deskriptif akan disajikan sebagai berikut. Berdasarkan hasil analisis data pada Tabel 2, ketiga variabel memperoleh respons positif dari para responden yang akan dijelaskan berikut ini.

### Norma pribadi

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa seluruh indikator pada norma pribadi memperoleh nilai mean antara 5,40 hingga 5,57 pada skala semantic differential 1-7. Nilai ini mengindikasikan bahwa responden memiliki norma pribadi yang kuat dan positif terkait perilaku pencegahan pemborosan makanan. Secara khusus, responden menilai bahwa membuang makanan adalah tindakan yang buruk, sehingga mereka cenderung menginternalisasi kewajiban moral untuk menghindari pemborosan. Temuan ini konsisten dengan konsep personal norms dalam teori Norm Activation Model (Schwartz 1977), yang menyatakan bahwa norma pribadi terbentuk ketika individu memiliki keyakinan moral internal untuk melakukan atau menghindari suatu tindakan. Dalam konteks ini, norma pribadi berperan sebagai pendorong internal yang mempengaruhi perilaku ramah lingkungan, termasuk pengurangan *food waste*. Studi oleh (Stancu 2016) dan (Schanes 2018) menemukan bahwa semakin kuat norma pribadi seseorang, semakin kecil kecendrungan mereka untuk membuang makanan.

### Kesadaran akan konsekuensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki kesadaran yang tinggi terhadap konsekuensi negatif dari pembuang makanan. Mereka memahami bahwa mengurangi sisa makanan yang terbuang dapat mencegah pencemaran lingkungan rumah serta mengurangi dampak negatif lain seperti bau, peningkatan sampah rumah tangga, dan potensi pemborosan sumber daya. Dalam Norm Activation Model

Tabel 2. Hasil Statistik Deskriptif

Variabel	Mean	Median	Std.Dev
<b>Norma Pribadi</b>	<b>5.50</b>	<b>6</b>	<b>0.89</b>
Keyakinan mengenai makanan yang terbuang sia-sia	5.52	6	0.79
Keyakinan mengenai penyimpanan makanan yang tersisa pada saat makan	5.57	6	0.87
Keyakinan mengenai pengolahan kembali sisa makanan	5.54	6	0.94
Keyakinan mengenai membuang sampah makanan bertentangan dengan prinsip hidup keluarga	5.46	5	0.91
Keyakinan mengenai kewajiban anggota keluarga untuk berpartisipasi dalam pengurangan sisa makanan	5.40	5	0.92
<b>Kesadaran Akan Konsekuensi</b>	<b>5.50</b>	<b>6</b>	<b>0.91</b>
Membuang makanan dapat mengancam ketersediaan pangan	5.54	6	0.89
Pengurangan membuang makanan dapat berpengaruh terhadap total pengeluaran rumah tangga	5.51	6	0.89
Perencanaan dan pengelolaan makanan yang baik dapat mengurangi jumlah sampah makanan rumah tangga	5.46	6	0.94
Perencanaan dan pengelolaan makanan yang baik dapat mencegah pencemaran lingkungan rumah tangga	5.57	5	0.87
Perencanaan dan pengelolaan makanan yang baik dapat mencegah timbulnya gangguan kesehatan	5.44	6	0.97
<b>Rasa Tanggung Jawab</b>	<b>5.52</b>	<b>5</b>	<b>0.84</b>
Rasa tanggung jawab keluarga terhadap sisa makanan	5.40	5	0.92
Rasa tanggung jawab keluarga untuk mengurangi sampah makanan	5.54	6	0.83
Rasa tanggung jawab keluarga terhadap penyimpanan makanan di rumah	5.67	6	0.89
Rasa tanggung jawab keluarga terhadap pencemaran lingkungan akibat sampah makanan	5.49	6	0.77
Rasa tanggung jawab keluarga terhadap kehilangan pangan akibat sampah makanan	5.49	5	0.75

kesadaran akan konsekuensi merupakan faktor penting yang mengaktifkan norma pribadi. Ketika individu mengetahui dampak negatif dari tidak bertindak, mereka lebih mungkin mengembangkan norma pribadi yang mendorong prososial atau pro-lingkungan. Dengan demikian kesadaran konsekuensi dalam penelitian ini menunjukkan adanya proses aktivasi norma yang efektif. Hasil ini konsisten dengan temuan (Attiq et al. 2021) yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat kesadaran lingkungan yang tinggi lebih cenderung terlibat dalam perilaku pengurangan *food waste*.

### Rasa tanggung jawab

Variabel rasa tanggung jawab menunjukkan nilai mean yang tinggi, menggambarkan bahwa responden merasa tanggung jawab terhadap pengelolaan stok makanan, proses penyimpanan, serta pencegahan terjadinya makanan terbuang di rumah. Hal ini mencerminkan komitmen personal untuk memastikan makanan digunakan secara optimal. Dalam teori NAM, rasa tanggung jawab menjadi penghubung antara kesadaran dan norma pribadi. Ketika individu menyadari dampak negatif dan menganggap dirinya bertanggung jawab, mereka lebih mungkin bertindak sesuai norma pribadi tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses ini berjalan konsisten, responden sadar akan konsekuensi dan merasa bertanggung jawab, sehingga norma pribadi mereka terinternalisasi dengan baik. Penelitian oleh (Wang et al. 2022) membuktikan bahwa *ascription of responsibility* memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku pengurangan sampah makanan. Temuan tersebut senada dengan hasil penelitian ini, dimana rasa tanggung jawab yang tinggi berkorelasi

dengan sikap positif terhadap pengelolaan makanan.

## KESIMPULAN

Secara keseluruhan, ketiga variabel penelitian norma pribadi, kesadaran akan konsekuensi, dan rasa tanggung jawab menunjukkan skor positif dan saling mendukung. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku responden dalam mengurangi *food waste* didorong oleh faktor internal yang kuat, sesuai dengan kerangka teoritis NAM. Temuan penelitian juga konsisten dengan banyak hasil penelitian terdahulu yang menegaskan pentingnya faktor psikologis dalam perilaku pengelolaan makanan rumah tangga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, R. (2018). "Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku rumah tangga terhadap *food waste*." *Roidah Afifah* 372(2): 2499–2508.  
<http://repository.ub.ac.id/id/eprint/13165>
- Attiq, S., Habib, M. D., Kaur, P., Hasni, M. J.S., and Dhir, A. (2021). Drivers of food waste reduction behavior in the household context. *food quality and preference* 94: 104300.  
<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2021.104300>.
- BAPPENAS. (2021). Food Loss and Waste Di Indonesia. Laporan Kajian Food Loss and Waste Di Indonesia, 1–116. <https://lcdi-indonesia.id/wp-content/uploads/2021/06/Report-Kajian-FLW-FINAL-4.pdf>

- BPS Ketapang. (2023). Kabupaten Ketapang Dalam Angka 2023 *BPS Ketapang*. <https://ketapangkab.bps.go.id/publication/2022/02/25/d0ffaf5033de72781b582adc/kabupaten-ketapang-dalam-angka-2022.html>
- Faqih, S. M., Maswadi, and Suharyani, A. (2023). Analisis pangan terbuang (*Food Waste*) di pasar modern Kota Pontianak (Studi Kasus : Hypermart Ayani Megamall Pontianak). *Jurnal Pertanian Agros*, 25(1): 50–58. <http://dx.doi.org/10.37159/jpa.v25i1.2362>
- Grant, F and Rossi, L. (2022). Sustainable choices: the relationship between adherence to the dietary guidelines and food waste behaviors in Italian Families. *Frontiers in Nutrition* 9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1026829>.
- Hidayat, S. I., Ardhany, Y. H., and Nurhadi, E. (2020). Kajian *food waste* untuk mendukung ketahanan pangan. *Agriekonomika*, 9(2): 171–82. <https://doi.org/10.21107/agriekonomika.v9i2.8787>
- Huang, C. H., and Tseng, H. Y. (2020). An exploratory study of consumer food waste attitudes, social norms, behavioral intentions, and restaurant plate waste behaviors in Taiwan. *Sustainability (Switzerland)*, 12(22): 1–18. <https://doi.org/10.3390/su12229784>.
- Jörissen, J., Priefer, C., and Brautigam, K. R. (2015). Food waste generation at household level: results of a survey among employees of two european research centers in Italy and Germany. *Sustainability (Switzerland)*, 7(3): 2695–2715. <https://doi.org/10.3390/su7032695>.
- Lestari, S. C., and Halimatussadiah, A. (2022). Kebijakan pengelolaan sampah nasional: analisis pendorong *food waste* di tingkat rumah tangga. *Jurnal Good Governance*, 18(1): 37–50. <https://doi.org/10.32834/gg.v18i1.457>.
- Saputro, W. A, and Santoso, A. P. A. (2021). Factors affecting food waste behavior (case study of Surakarta City Community). *Jurnal Ilmu dan Teknologi Pertanian*, 8(2): 165–74. <https://doi.org/10.37676/agritepa.v8i2.1658>
- Schanes, K., Dobernick, K., and Gozet, B. (2018). Food waste matters - A systematic review of household food waste practices and their policy implications. *Journal of Cleaner Production*, 182: 978–991. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2018.02.030>.
- Schwartz, S. H. (1977). Normative influences on altruism. *Advances in Experimental Social Psychology*, 10: 221–79. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60358-5](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60358-5).
- SIPSN. (2022). Timbulan Sampah Di Provinsi Kalimantan Barat. <Https://Sipsn.Menlhk.Go.Id/Sipsn/Public/Dat/a/Timbulan.2022>.
- Stancu, V., Haugaard, P., and Lahteenmaki, L. (2016). Determinants of consumer food waste behaviour: two routes to food waste. *Appetite* 96: 7–17. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.08.025>.
- Wang, J., Li, M., Li, S., and Chen, K. (2022). Understanding consumers' food waste reduction behavior—A Study based on extended Norm Activation Theory. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7): 4187. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074187>.
- Wulandari, W. (2020). Perilaku Rumah Tangga Terhadap Food Waste di Indonesia: Studi Literatur. *Seminar Nasional Teknik Industri Universitas Gadjah Mada*, 93–98.
- Li, X., Liu, G., Parfitt, J., Liu, X., Herpen, E. V., Stenmarck, A., O'Connor, C., Östergren, K., and Cheng, S. (2017). Miising food, missing data? A critical review of global food losses and food waste data. *Environmental Science and Technology*, 51(12): 6618–33. <https://doi.org/10.1021/acs.est.7b00401>.