



Analisis Perilaku Konsumsi Anak Kos Terhadap Makanan Organik Sebagai Investasi Kesehatan Jangka Panjang

¹ Agis Rismayani F, ² Andina Syafa C, ³ Reisha Anggieta, ⁴ Salsabilah Putri A
⁵ Tiara Cahyaning S, ⁶ Rama Wijaya Abdul Rozak

Pendidikan Teknologi Agroindustri, Fakultas Pendidikan Teknologi dan Kejuruan
Universitas Pendidikan Indonesia

Alamat : Jl. Dr. Setiabudi No. 229, Isola, Kec. Sukasari, Kota Bandung

Email korespondensi : agisrismayani@upi.edu

Abstract.

Analysis the behavior of boarding children on long-term health. The method used in this study is a quantitative method with interviews. Most boarding children choose instant food over organic food, based on the price of the goods. on the interview data, some boarding children still choose instant food over organic food, it shows that boarding children still choose a low level of long-term health awareness.

Keywords: Boarding house children, organic food, long term health

Abstrak.

Analisis perilaku anak kost terhadap kesehatan jangka panjang Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan wawancara. Kebanyakan anak kost memilih makanan instan dibandingkan makanan organik tanpa melihat harga barang . Berdasarkan data hasil wawancara sebagian anak kost masih memilih makanan instan dibandingkan makanan organik, hal ini menunjukkan anak kost masih memilih tingkat kesadaran kesehatan jangka panjang yang rendah

Kata kunci : Anak kos, makanan organik, kesehatan jangka panjang

PENDAHULUAN

Standar nasional untuk istilah "organik" ditetapkan oleh Dewan Standar Organik Nasional Departemen Pertanian Amerika Serikat (USDA). Makanan organik didefinisikan sebagai produk makanan atau minuman yang dihasilkan atau diproses secara alami sesuai dengan standar produksi dan tidak menggunakan pupuk endapan, pupuk sintetis, pestisida, hormon sintetis, dan bahan tambahan lainnya seperti penambah warna, bau, dan rasa (Fauziah, 2018). Survei yang dilakukan di Eropa pada tahun 1998 menemukan bahwa 94% responden membeli produk organik karena mereka sangat memperhatikan kesehatan pribadi dan anggota keluarga mereka (Yayasan Eureka Indonesia website 2009, Ryna Parlyna, 2011).

Pemerintah Indonesia pun sudah membuat beberapa program untuk memperkenalkan makanan organik kepada masyarakat Indonesia, dan terbukti banyak masyarakat yang mulai beralih untuk membeli makanan organik. Akan tetapi, harga makanan organik relatif lebih mahal dibandingkan dengan makanan konvensional, hal tersebut menyebabkan tidak semua kalangan dapat mengonsumsi makanan organik. Salah satu contohnya yaitu anak kos, selain harganya yang mahal makanan organik juga tidak dapat bertahan lama karena tidak menggunakan bahan pengawet yang dapat memperpanjang masa simpannya. Beberapa makanan organik juga harus diproses terlebih dahulu yang membuat orang malas untuk mengolahnya. Anak kos biasanya memiliki beragam aktivitas yang dapat menyita waktu sehingga tidak mempunyai waktu untuk mengolah makanan yang akhirnya menimbulkan perilaku konsumtif.

Kemajuan pangan serta kemajuan teknologi saat ini mempengaruhi masyarakat untuk mengonsumsi makanan instan, makanan instan yang praktis dan terjangkau membuat banyak orang untuk mengkonsumsinya tanpa melihat efek samping yang dapat dihasilkan dari makanan tersebut, hal ini sesuai dengan pendapat (Laswati, 2017) beberapa masalah yang terkait dengan konsumsi makanan olahan atau setengah jadi yang diawetkan termasuk kelebihan jumlah energi total, ketidakseimbangan zat gizi tertentu, dan keberadaan beragam zat aditif yang dapat ditemukan dalam satu jenis makanan tertentu. Masalah ini dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan baik secara langsung maupun tidak langsung dalam jangka waktu yang panjang. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk mengurangi konsumsi makanan instan dan beralih ke makanan organik.

Makanan organik memiliki keunggulan dalam kandungan vitamin dan nutrisi karena tidak menggunakan pestisida atau bahan kimia lainnya selama proses penanaman. Konsumsi makanan organik secara teratur dapat memberikan manfaat kesehatan yang baik bagi tubuh, seperti mengurangi risiko terkena penyakit termasuk kanker karena kadar nitrat yang lebih rendah. Sebuah studi kasus yang dilakukan oleh Di Rienzo et. al. membandingkan konsumsi apel organik dan apel konvensional, dan menunjukkan bahwa 10 pria yang mengonsumsi apel organik memiliki kadar antioksidan dalam plasmanya yang lebih tinggi. Survei di Eropa pada tahun 1998 juga menemukan bahwa 94% responden membeli produk organik karena sangat memperhatikan kesehatan pribadi dan anggota keluarga mereka. (Di Rienzo et al., 2007)

Untuk mendapatkan kesehatan yang maksimal perlu diimbangi dengan pola hidup yang sehat. Kesadaran merupakan faktor yang paling utama kunci hidup sehat. Kesadaran kesehatan merupakan sikap dan kepedulian untuk meningkatkan, memelihara, dan menjaga kesehatan serta kualitas hidup dengan menerapkan gaya hidup sehat (Michaelidou dan Hassan, 2008,

dalam Ermi Abriyani, 2022). Karena makanan organik dianggap sebagai pilihan makanan yang sehat, kesadaran akan kesehatan dapat menjadi salah satu motivasi bagi orang untuk membeli dan mengonsumsi makanan organik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode wawancara dengan pendekatan kualitatif untuk memperoleh pemahaman tentang fenomena yang dialami oleh anak kos sebagai subjek penelitian. Metode kualitatif sering disebut sebagai metode naturalistik karena dilakukan dalam kondisi alamiah seperti yang dijelaskan oleh Sugiono (2016) yang dikutip Stephen (2015).

Metode wawancara pada penelitian ini dilakukan secara langsung oleh peneliti kepada subjek penelitian. Wawancara langsung dilakukan dengan sumber data secara langsung tanpa adanya perantara, baik itu untuk mendapatkan informasi tentang dirinya sendiri maupun segala hal yang terkait dengannya, guna mengumpulkan data yang diperlukan (SUYANTO, 2015). Selain itu, metode wawancara pada penelitian ini dilakukan dengan tidak berstruktur atau informal yang memungkinkan peneliti menanyakan apapun yang berkaitan dengan kondisi subjek penelitian. Wawancara tidak terstruktur dipilih sebagai metode yang digunakan ketika pewawancara tidak memberikan instruksi atau panduan tertentu, sehingga arah percakapan berjalan secara spontan.

Pada penelitian ini dilakukan wawancara kepada 25 orang anak kos sebagai narasumber pada hari Jumat, 31 Maret 2023. Pertanyaan dalam wawancara mencakup pengetahuan anak kos terhadap makanan organik, pendapat mereka mengenai makanan organik, jenis makanan yang sering mereka konsumsi apakah makanan organik atau makanan instan, dan prioritas mereka ketika akan membeli makanan apakah harga, rasa, atau dampaknya terhadap kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bahan pangan organik adalah jenis bahan pangan yang diproduksi dengan penggunaan yang minim atau tanpa penggunaan unsur kimia seperti pupuk, pestisida, hormon, dan obat-obatan (Steven, 2007, dalam Thio, 2012). Berdasarkan hasil wawancara, pengetahuan anak kos mengenai makanan organik cukup tinggi. Hal ini disebabkan karena tren makanan organik sudah banyak tersebar pada beberapa platform media sosial seperti instagram. Seperti yang dijelaskan oleh Hsu (2016), popularitas makanan organik juga diperkuat oleh pola perilaku konsumen dari generasi Z yang semakin menyadari pentingnya kesehatan yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan sosial. Namun, berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, dalam penerapannya mayoritas responden lebih memilih makanan instan dibanding makanan

organik. Makanan instan merujuk pada jenis makanan yang dikemas, mudah disajikan, praktis, atau diolah dengan cara yang sederhana (Widodo, 2013). Alasan mengapa sebagian besar anak kos lebih memilih makanan instan dibandingkan makanan organik yaitu karena beberapa faktor, diantaranya :

1. Harga

Harga merupakan faktor utama responden dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi. Hal ini dikarenakan tidak semua kalangan terutama anak kos mampu membeli makanan organik. Makanan organik umumnya memiliki harga sekitar 10-40% lebih tinggi dibandingkan dengan produk konvensional (Winter & Davis, 2006, dalam Thio, 2012).

Berdasarkan pada hasil wawancara, 68% responden lebih mempertimbangkan harga dibanding dengan rasa dan dampaknya terhadap kesehatan.

2. Rasa

Selain harga, rasa juga menjadi salah satu faktor yang dipertimbangkan oleh anak kos dalam membeli makanan. Sebanyak 16% responden menempatkan rasa sebagai prioritas utama mereka dalam memilih makanan. Makanan yang enak biasanya memiliki aroma yang sedap dan tampilan yang menarik. Aroma yang sedap dan penampilan yang menarik pada makanan dapat memotivasi seseorang untuk mencoba dan mengonsumsinya. (Laras Aulia, 2018).

3. Dampak terhadap kesehatan

Dampak terhadap kesehatan juga menjadi pertimbangan responden dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi. Sama dengan rasa, responden yang memilih dampak kesehatan sebesar 16% . Alasan para responden lebih mempertimbangkan dampak kesehatan dibanding dengan harga dan rasa karena sebagian responden ini memiliki kesadaran yang tinggi terhadap kesehatan. Newsom et al. (2005), yang dikutip oleh Michaelidou dan Hassan (2008), menyatakan bahwa kesadaran kesehatan mencerminkan pemahaman konsumen tentang pentingnya kesehatan pribadi dan motivasi mereka untuk meningkatkan kesehatan serta kualitas hidup agar terhindar dari penyakit melalui penerapan perilaku sehat. Motivasi dalam membeli makanan organik, menurut Axelson Ekelund (1996), berkaitan dengan alasan kesehatan dan keinginan untuk menghindari kontaminasi. Mengonsumsi produk organik secara teratur juga dapat mengurangi kemungkinan terkena penyakit kronis seperti kanker, penyakit jantung, hipertensi, diabetes, kolesterol tinggi, dan masalah kesehatan lainnya. ("Why healthy lunch", 2008, Mei). Hal tersebut terbukti dengan adanya responden yang sedang menjalani program

kesehatan detoksifikasi makanan kotor, sehingga lebih memilih makanan organik sebagai makanan yang dikonsumsi sehari-hari.

SIMPULAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil wawancara, didapat kesimpulan bahwa sebagian besar anak kos masih lebih memilih makanan instan dibandingkan dengan makanan organik. Hal ini menunjukkan sebagian besar anak kos belum memiliki kesadaran akan kesehatan jangka panjang. Tingginya harga makanan organik menjadi indikator utama mengapa anak kos lebih memilih makanan instan dibandingkan dengan makanan organik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alasan Pemilihan Makanan dan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Sehat Pada Mahasiswa UNESA Ketintang. (t.thn.). *Boga, J. T.*
- Axelsson Ekelund, L. (1996). Demand and supply factors on the market for organic vegetables: the case of Sweden. *In XIII International Symposium on Horticultural Economics* 429, 367-376.
- Ermi Abriyani, E. F. (2022). KESADARAN HIDUP SEHAT DITENGAH PANDEMI. *Konferensi Nasional Penelitian dan Pengabdian (KNPP)*, 2492-2498.
- Fauziah, F. (2018). *PENGARUH PERBANDINGAN FILTRAT BEKATUL DENGAN TEPUNG*. Bandung: Universitas Pasundan.
- Hsu, S.-Y. C.-C. (2016). An analysis of purchase intentions toward organic food on health consciousness and food safety with/under structural equation modeling. *Br. Food J., vol. 118, np. 1*, 200-2016.
- Hurtodo-Barosso, S. T.-R.-Q.-R. (2019). Organic food and the impact on human health. *Critical reviews in food science and nutrition*, 59 (4) 704-714.
- Janeta, A., & Santoso, S. O. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemilihan Makanan pada Remaja di Surabaya. *Jurnal Hospitality dan Manajemen Jasa*, 6(1).
- Julianty, S. A. (2021). Analisa Persepsi Perilaku Generasi Z Indonesia terhadap Konsumsi Produk Makanan Organik. *Prosiding Industrial Research Workshop and National Seminar, Vol. 12*, 960-965.
- Julianty, S. A., Kusdiby, L., & Amalia, F. A. (2021). Analisa Persepsi Perilaku Generasi Z Indonesia terhadap Konsumsi Produk Makanan Organik. *In Prosiding Industrial Research Workshop and National Seminal* , Vol. 12, pp. 960-965.
- Kutresnaningdian, F. &. (2012). Peran Kesadaran Kesehatan dan Perhatian pada Keamanan Makanan Terhadap Sikap dan Minat konsumen Dalam Membeli Makanan Organik. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 44-58.

- Laras Aulia, L. N. (2018). Faktor Keluarga, Media, dan Teman dalam Pemeilihan Makanan pada Mahasiswa PPKU IPB. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, vol. 11, no. 1, 37-48.
- Laswati, D. T. (2017). MASALAH GIZI DAN PERAN GIZI SEIMBANG. *Jurnal AGROTECH*, Vol.2, 69-72.
- Pebrianti, W., & Rosalin, I. (2021). Pengaruh Kesadaran Kesehatan dan Perceived Barriers terhadap Attitude Toward Organic Food dan Dampaknya terhadap Minat Beli. *Cakrawala Management Business Journal*, 4(1), 822-834.
- Rachmawati, I. N. (t.thn.). PENGUMPULAN DATA DALAM PENELITIAN KUALITATIF : WAWANCARA.
- Ryna Parlyna, M. (2011). KONSUMSI PANGAAN ORGANIK : MENINGKATKAN KESEHATAN KONSUMEN? *econoSains*, 157-165.
- Sienny Thio, d. (2008). PERSEPSI KONSUMEN TERHADAP MAKANAN ORGANIK DI SURABAYA. *JURNAL MANAJEMEN PERHOTELAN*, VOL. 4, NO. 1, 18-27.
- Somawati, A. V. (2020). Makanan Sattvika dan Pengaruhnya terhadap Kesehatan dan Karakter. *Jurnal Yoga dan Kesehatan*, Vol.3 (2), 142-151.
- Stephen, N. (2015). *Implementasi penggunaan media gadget untuk memberi kemudahan dalam pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan kewarganegaraan*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia .
- SUYANTO. (2015). STRATEGI COOPERATIVE LEARNING MODEL JIGSAW DALAM PEMBELAJARAN IPS DI KELAS IX MTs NEGERI KETAPANG.
- Thio, S. (2012). Persepsi Konsumen terhadap Makanan Organik di Surabaya. *Jurnal Manajemen Perhotelan*, 4(1), 18-27.
- Wenny Pebrianti, I. R. (2021). Pengaruh Kesadaran Kesehatan dan Perceived Barriers terhadap Attitude Toward Organic Food dan Dampaknya terhadap Minat Beli. *Cakrawala Management Business Journal Volume 4 Nomor 1*, 822-834.
- Widodo, T. (2013). RESPON KONSUMEN TERHADAP PRODUK MAKANAN INSTAN. *Among Makarti Vol.6 No.12*, 10-28.