



## ***Literature Review: Hubungan Preferensi Makanan dan Pengetahuan Food Waste dengan Perilaku Food Waste***

**Risqy Karima**

Program Studi Gizi, Universitas Airlangga, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [risqy.karima-2022@fkm.unair.ac.id](mailto:risqy.karima-2022@fkm.unair.ac.id)

**Abstract.** *Food waste is a global issue that has a major impact on the economy, environment, and food security. The high rate of food waste is directly influenced by food waste behavior. Also, food waste behavior does not just appear, but it is supported by other factors such as food waste knowledge and food preferences. As an effort to prevent the increase in food waste, it is important to know the relationship between these two factors and the occurrence of food waste behavior. The method used is a literature review of open access scientific articles with English language used and published in the period 2015–2025 through the Google Scholar databases. The results of the review show that most studies found a significant relationship between food waste knowledge and food preferences with food waste behavior. However, some studies also showed inconsistent results. Although many studies support the relationship between food waste knowledge and food preferences with food waste behavior, the difference in results also indicates that there are still other factors that are strongly related to food waste behavior, so more comprehensive efforts are needed to reduce the occurrence of food waste behavior.*

**Keywords:** *Food Preference; Food Waste; Food Waste Behavior; Food Waste Knowledge; Literature Review.*

**Abstrak.** *Food waste* merupakan isu global yang berdampak besar pada aspek ekonomi, lingkungan, dan ketahanan pangan. Tingginya *food waste* dipengaruhi langsung oleh perilaku *food waste*. Selain itu, perilaku *food waste* tidak hanya muncul begitu saja, tetapi juga didukung oleh faktor-faktor lain seperti pengetahuan tentang *food waste* dan preferensi makanan. Sebagai upaya untuk mencegah *food waste*, penting untuk mengetahui hubungan antara kedua faktor ini dengan perilaku *food waste*. Metode yang digunakan pada artikel ini adalah *literature review* dari artikel ilmiah dengan *open access* berbahasa Inggris yang diterbitkan pada periode 2015–2025 melalui basis data Google Scholar. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian menemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan *food waste* dan preferensi makanan dengan perilaku *food waste*. Namun, beberapa penelitian juga menunjukkan hasil yang berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada faktor lain yang sangat terkait dengan perilaku *food waste*, sehingga diperlukan upaya yang lebih komprehensif untuk mengurangi terjadinya perilaku *food waste*.

**Kata Kunci:** Limbah Makanan; Pengetahuan Limbah Makanan; Perilaku Pemborosan Makanan; Preferensi Makanan; Tinjauan Pustaka.

### **1. LATAR BELAKANG**

Sisa makanan atau *food waste* merupakan permasalahan tingkat dunia yang berdampak besar pada aspek ekonomi, lingkungan, dan ketahanan pangan. *Food waste* dapat memicu peningkatan permintaan pangan karena adanya pemborosan ketika makanan yang dibeli dalam jumlah besar tidak habis dikonsumsi sehingga tidak layak dimakan dan harus dibuang. Menurut Chen (2019), jumlah *food waste* yang besar tidak hanya dapat memengaruhi jumlah permintaan pangan oleh penduduk tetapi juga dapat menyebabkan kerusakan lingkungan yang besar. *Food waste* juga dapat mengganggu ketahanan pangan pada tahap konsumsi yang mengakibatkan pemanfaatan pangan yang suboptimal baik di tingkat populasi maupun individu. Hal ini menunjukkan bahwa fenomena *food waste* merupakan masalah multisektoral yang dapat mengancam kehidupan manusia.

Jumlah *food waste* secara global telah mencapai tingkat yang mengkhawatirkan. Pada tahun 2022, dunia diperkirakan membuang 1,05 miliar ton makanan di seluruh sektor ritel, layanan makanan, dan rumah tangga (United Nations Environment Programme, 2024). Jumlah ini setara dengan 132 kilogram per kapita per tahun, di mana 79 kilogram per kapita berasal dari limbah makanan rumah tangga.

Perilaku *food waste* merupakan faktor kuat penyebab tingginya pemborosan makanan. Perilaku ini tidak hanya muncul begitu saja, tetapi juga didukung oleh faktor-faktor lain seperti preferensi makanan dan pengetahuan *food waste*. Menurut Li *et al.*, (2020), di Tiongkok, daerah dengan jenis makanan yang kaya akan cita rasa umami menghasilkan rata-rata *food waste* yang lebih sedikit dibandingkan daerah yang lebih menyukai makanan pedas dan manis. Selain itu, menurut Kwol *et al.* (2020), teori *Knowledge, Attitude, and Practice* (KAP) menyatakan bahwa pengetahuan memiliki pengaruh positif terhadap sikap individu. Kemudian, sikap individu akan memengaruhi praktik atau perilaku. Berdasarkan latar belakang tersebut, *literature review* ini dibuat untuk mengkaji hubungan antara preferensi konsumsi dan pengetahuan *food waste* dengan perilaku *food waste*.

## 2. KAJIAN TEORITIS

### Preferensi Makanan

Menurut AS *et al.* (2020), preferensi makanan adalah tingkat suka dan tidak suka terhadap makanan sehingga preferensi ini akan memengaruhi konsumsi makanan yang mewakili pemilihan frekuensi diet, asupan gizi, dan kecukupan makan seseorang. Preferensi ini bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Maka dari itu, preferensi setiap individu dapat berbeda-beda.

### Pengetahuan *Food Waste*

*Food waste* adalah semua makanan yang terbuang meskipun sebenarnya masih baik untuk dimakan (FAO, 2016). Misalnya, jika terdapat makanan yang basi di kulkas karena belum sempat dihabiskan tepat waktu, atau jika makanan di piring terlalu banyak sehingga sisa makanan dibuang alih-alih dikonsumsi untuk nanti. Berbeda dengan *food waste*, *food loss* mengacu pada penurunan jumlah makanan yang dapat dimakan di seluruh bagian rantai pasokan yang secara khusus menghasilkan makanan yang dapat dimakan untuk dikonsumsi manusia (FAO, 2011). *Food loss* dapat terjadi pada tahap produksi, pascapanen, dan pemrosesan dalam rantai pasokan makanan. Adapun *food loss* yang terjadi di akhir rantai makanan (ritel dan konsumsi akhir) lebih disebut sebagai *food waste*.

### **Perilaku *Food Waste***

Perilaku *food waste* merupakan suatu tindakan dari seorang konsumen untuk membuang makanan yang masih layak dikonsumsi. Perilaku ini tidak terbentuk begitu saja melainkan dipengaruhi oleh faktor-faktor tertentu. Menurut Simões *et al.* (2022), faktor sosio-demografi berupa usia, jumlah anak, jenis kelamin, pendapatan, dan tingkat pendidikan dapat memengaruhi perilaku *food waste* seseorang. Selain itu, faktor budaya, agama, psiko-sosial, norma sosial, preferensi, praktik, dan kebiasaan juga diketahui dapat memengaruhi perilaku *food waste*. Stancu *et al.* (2016) menemukan bahwa niat untuk mengurangi *food waste* berpengaruh negatif terhadap timbulan *food waste*, sedangkan kebiasaan belanja justru berpengaruh sebaliknya. Di sisi lain, kebiasaan belanja dipengaruhi oleh perencanaan. Semakin kuat kebiasaan perencanaan, maka aktivitas pembelian barang-barang yang tidak terencana pun akan semakin rendah sehingga meminimalisir timbulan *food waste*. Kebiasaan lain yang memengaruhi produksi *food waste* adalah kebiasaan makan. Hal ini dikarenakan kecenderungan seseorang untuk menghabiskan makanan yang disajikan akan menjadi faktor utama yang paling menentukan seberapa banyak *food waste* yang akan dihasilkan (Aydin & Yildirim, 2021).

### **3. METODE PENELITIAN**

Strategi penelusuran literatur dilakukan secara sistematis menggunakan database elektronik, yaitu Google Scholar. Artikel yang termasuk dalam kriteria penulisan ini adalah artikel penelitian original, menggunakan bahasa Inggris, jurnal dengan *open access*, dan terbit pada periode 2015-2025. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel di antaranya '*food waste knowledge*', '*awareness of food waste*', '*food waste awareness*', '*food choice*', '*eating preference*', '*food preference*', '*dietary preference*', '*food waste behavior*', '*food disposal behavior*', '*food wasting behavior*', dan '*consumer food waste behavior*'. Selanjutnya, artikel diseleksi berdasarkan tahun, ketersediaan *full text*, dan kesesuaian antara judul dengan abstrak. Artikel yang diperoleh kemudian dimasukkan ke dalam tabel untuk mempermudah proses ekstraksi. Kemudian, pembahasan disusun dalam bentuk narasi.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.** Matriks *Literature Review*.

No.	Tahun	Judul	Metode	Author	Hasil
1.	2019	Factors Influencing Household Food Waste Behaviour in Malaysia	Cross sectional	Zainal, D., & Hassan, K. A.	Kesadaran dan pengetahuan tentang <i>food waste</i> tidak berhubungan signifikan dengan perilaku <i>food waste</i> .
2.	2021	The Impact of Awareness Campaigns on Combating the Food Wasting Behavior of Consumers	Cross sectional	Chinie, C., Biclesanu, I., & Bellini, F.	Kampanye kesadaran untuk mengurangi <i>food waste</i> dapat memberikan dampak positif pada inisiatif konsumen untuk membatasi jumlah makanan yang terbuang.
3.	2021	A Survey of Students' Awareness on Food Waste Problems and Their Behaviour Towards Food Wastage: a Case Study of Diponegoro University (UNDIP), Indonesia	Cross sectional	Mganga, P., Syafrudin, S., & Amirudin, A.	Kesadaran terhadap dampak perilaku <i>food waste</i> terhadap aspek ekonomi, lingkungan, dan sosial merupakan faktor utama yang memengaruhi niat mahasiswa untuk menghindari atau mengurangi <i>food waste</i> .
4.	2022	Food waste behaviour and awareness of Malaysian	Cross sectional	Phooi, C. L., Azman, E. A., Ismail, R., Arif Shah, J., & Koay, E. S. R.	Masyarakat Malaysia memahami dampak <i>food waste</i> dan telah memiliki metode pengelolaan <i>food waste</i> yang baik. Namun, belum banyak yang mengurangi produksi <i>food waste</i> .
5.	2025	Socioeconomic divides and food waste: Exploring knowledge gaps and awareness levels in food waste reduction among college students, in Tamil Nadu	Cross sectional	Radhakrishnan, G., & Manivannan, S.	Pengetahuan dan sikap secara substansial berhubungan, tetapi pengetahuan tidak selalu menghasilkan perubahan perilaku.
6.	2025	Perceived behavioral control and habit as key factors in reducing plate waste practices	Cross sectional	Indarti, Y., Khomsan, A., Martianto, D., & Ekayanti, I	Pengetahuan dan preferensi makanan memengaruhi <i>food waste</i> yang dihasilkan.
7.	2023	Household Food Waste Behavior in Klang Valley, Malaysia, and Its Potential in the Circular Economy	Cross sectional	Ariffin, Z. Z., Anuar, S. N., Mangadi, N. F., Yaakop, A. Y., Sakawi, Z., Jusoh, S., & Ibrahim, M. A.	Tidak ditemukan bahwa semakin tinggi perhatian responden terhadap pemilihan makanan akan berbanding lurus dengan peningkatan <i>food waste</i> .
8.	2018	Food waste behaviour at the household level: A conceptual framework	Cross sectional	Abdelradi, F.	Pilihan makanan sangat berkontribusi terhadap perilaku <i>food waste</i> .

No.	Tahun	Judul	Metode	Author	Hasil
9.	2024	Understanding Food Waste Awareness And Behaviour Among University Students: A Descriptive Analysis	Cross sectional	Hadi, S., Zahra, F., & Koedio, R.	Terdapat individu yang cenderung memesan makanan dengan porsi kecil untuk mengurangi <i>food waste</i> . Individu yang memesan porsi besar cenderung membawa sisa makanannya ke rumah.
10.	2024	The impact of dietary preference on household food waste: evidence from China	Cross sectional	Zhang, L., Ye, L., Qian, L., & Zuo, X.	Terdapat hubungan signifikan antara preferensi makanan dengan <i>food waste</i> .

### **Hubungan Preferensi Makanan dengan Perilaku *Food Waste***

Preferensi makanan merupakan salah satu faktor psikologis yang dapat memengaruhi perilaku *food waste*. Sejumlah penelitian menunjukkan hasil yang bervariasi, baik yang menemukan hubungan signifikan maupun tidak signifikan. Misalnya, sebuah studi oleh Abdelradi (2018) di Mesir menemukan bahwa preferensi untuk mengonsumsi makanan sehat dan aman sangat berkontribusi pada produksi *food waste*. Hal ini dikarenakan konsumen cenderung lebih memilih bahan makanan segar untuk dikonsumsi. Penelitian serupa di Tiongkok oleh Zhang *et al.* (2024) juga mendukung temuan tersebut. Preferensi makanan yang tinggi di antara rumah tangga berpenghasilan tinggi sangat berkaitan dengan produksi *food waste* yang tinggi. Hal ini dikarenakan pada tingkat pendapatan tinggi, terdapat permintaan yang tinggi terhadap makanan sehat. Namun, penelitian tersebut juga menemukan bahwa peningkatan preferensi makanan berhubungan dengan rendahnya jumlah *food waste* yang dihasilkan antara wilayah utara dan selatan. Hal ini mungkin disebabkan oleh perbedaan budaya dan pola makan antar-wilayah di negara tersebut. Di kalangan mahasiswa, preferensi juga dikenal sebagai salah satu faktor yang membentuk perilaku *food waste* yang lebih baik. Sebuah studi oleh Hadi *et al.*, (2024) di Malaysia menemukan bahwa pelajar dengan preferensi makan porsi kecil cenderung memesan makanan dengan porsi kecil untuk menghindari *food waste*. Sementara itu, individu yang memesan porsi besar biasanya membawa pulang *food waste*.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya, sebuah penelitian di Malaysia oleh Ariffin *et al.*, (2023) menemukan bahwa preferensi makanan tidak berhubungan signifikan dengan *food waste*. Individu dengan pilihan makanan tertentu dapat menyebabkan peningkatan *food waste*. Mereka cenderung mudah membuang makanan ketika mereka memiliki kriteria lebih banyak terhadap makanan yang akan dimakan. Hal ini merupakan dampak negatif dari preferensi makanan terhadap *food waste*. Namun, individu dengan tingkat kesadaran yang tinggi terhadap

preferensi makanan rumah tangga juga dapat memutuskan makanan apa yang diinginkan. Hal ini dapat mengurangi potensi perilaku *food waste*.

### **Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Food Waste**

Pengetahuan *food waste* dipahami sebagai salah satu faktor yang dapat memengaruhi perilaku seseorang. Sebuah studi oleh Mganga *et al.* (2021) menemukan terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan kesadaran dengan perilaku *food waste*. Hal ini dikarenakan rendahnya pengetahuan dan kesadaran terhadap dampak *food waste* terhadap aspek sosial dan ekonomi dapat mengurangi motivasi seseorang untuk mengurangi perilaku *food waste*. Indarti *et al.* (2025) menemukan bahwa pengetahuan dan preferensi makanan merupakan variabel yang dapat memengaruhi jumlah *food waste*. Tanpa pengetahuan atau kesadaran terkait perubahan perilaku, seseorang cenderung tidak tertarik untuk membuat perubahan perilaku. Sementara itu, preferensi makanan merupakan salah satu faktor psikologis yang berkaitan dengan perilaku makan seseorang.

Namun, studi lain menunjukkan hasil yang bervariasi. Radhakrishnan & Sk (2025) menemukan bahwa meskipun pengetahuan dan sikap dapat saling berhubungan, pengetahuan tidak selalu menyebabkan perubahan perilaku. Studi tersebut juga menemukan bahwa sikap yang negatif terhadap perilaku *food waste* tidak selalu diterjemahkan dengan perilaku mencegah *food waste*. Kebiasaan dapat menjadi penyebab sikap terkait *food waste* menjadi sulit diubah meskipun individu menerima pengetahuan baru. Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian Phooi *et al.* (2022) serta Zainal dan Hassan (2019). Studi ini menemukan jika masyarakat di Malaysia telah memiliki pengetahuan *food waste* yang baik. Namun, mereka memilih untuk menghasilkan *food waste* terlebih dahulu, kemudian mengolah *food waste* tersebut agar tidak berdampak pada lingkungan. Pengetahuan yang berkaitan untuk mencegah *food waste* juga diketahui dapat secara efektif berdampak pada skala kecil sehingga penting untuk dilakukan edukasi atau penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran mencegah *food waste*.

Meskipun beberapa temuan menemukan hubungan yang tidak signifikan antara pengetahuan *food waste* dan praktiknya, sebuah study oleh Chinie *et al.* (2021) menemukan bahwa individu yang terpapar kampanye terkait pengurangan *food waste*, memiliki rasa inisiatif untuk membatasi jumlah *food waste* yang dihasilkan. Individu yang familiar dengan kampanye kesadaran cenderung mengambil aksi untuk mengurangi *food waste*.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan telaah literatur yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa preferensi makanan dan pengetahuan *food waste* memegang peran penting dalam membentuk perilaku *food waste*. Namun, kedua faktor tersebut masih dipengaruhi oleh faktor individual, sosial, dan budaya. Preferensi makanan terhadap makanan sehat, segar, atau berporsi besar dapat meningkatkan risiko terjadinya *food waste* jika tidak diimbangi dengan pola konsumsi yang baik. Preferensi makanan yang disertai dengan pengetahuan dan kesadaran *food waste*, seperti memilih porsi makanan yang kecil atau membawa sisa makanan, dapat membantu mengurangi *food waste*. Pengetahuan dan kesadaran akan dampak eksternal seperti pada ekonomi, lingkungan, dan sosial akibat *food waste* juga dapat memberikan pengaruh yang baik untuk membantu individu mengubah perilaku yang berkaitan dengan *food waste*. Namun, pengetahuan sendiri tidak selalu cukup untuk mengubah perilaku *food waste* tanpa dukungan dari lingkungan. Oleh karena itu, intervensi berupa edukasi secara komprehensif dibutuhkan dengan melibatkan faktor-faktor lain yang mungkin berpengaruh sebagai bentuk mencegah perilaku *food waste* yang berlebihan.

## DAFTAR REFERENSI

- Abdelradi, F. (2018). Food waste behaviour at the household level: A conceptual framework. *Waste Management*, 71, 485-493. <https://doi.org/10.1016/j.wasman.2017.10.001>
- Ariffin, Z. Z., Anuar, S. N., Mangadi, N. F., Yaakop, A. Y., & Sakawi, Z. (2023). Household food waste behavior in Klang Valley, Malaysia, and its potential in the circular economy. *Sustainability*, 15(12), 1-15. <https://doi.org/10.3390/su15129431>
- AS, L. Y., Febry, F., & Etrawati, F. (2020). Food familiarity influence food preferences among high school students in Ogan Ilir District. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 113-122. <https://doi.org/10.26553/jikm.2020.11.2.113-122>
- Aydin, A. E., & Yildirim, P. (2021). Understanding food waste behavior: The role of morals, habits and knowledge. *Journal of Cleaner Production*, 280, 124250. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.124250>
- Chen, H. S. (2019). Environmental concerns and food consumption: What drives consumers' actions to reduce food waste? *Journal of International Food and Agribusiness Marketing*, 31(3), 273-292. <https://doi.org/10.1080/08974438.2018.1520179>
- Chinie, C., Biclesanu, I., & Bellini, F. (2021). The impact of awareness campaigns on combating the food wasting behavior of consumers. *Sustainability*, 13(20), 1-17. <https://doi.org/10.3390/su132011423>
- FAO. (2011). *Global food losses and food waste: Extent, causes and prevention*. Roma: Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). <https://doi.org/10.4337/9781788975391>
- FAO. (2016). *Do good: Save food!* Roma: Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO).

- Hadi, S., Zahra, F., & Koedio, R. (2024). Understanding food waste awareness and behaviour among university students: A descriptive analysis. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 1355(1), 1-6. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/1355/1/012038>
- Indarti, Y., Khomsan, A., Martianto, D., & Ekayanti, I. (2025). Perceived behavioral control and habit as key factors in reducing plate waste practices. *BIO Web of Conferences*, 171, 1-8. <https://doi.org/10.1051/bioconf/202517103006>
- Kwol, V. S., Eluwole, K. K., Avci, T., & Lasisi, T. T. (2020). Another look into the Knowledge Attitude Practice (KAP) model for food control: An investigation of the mediating role of food handlers' attitudes. *Food Control*, 110. <https://doi.org/10.1016/j.foodcont.2019.107025>
- Li, B., Yin, T., Udugama, I. A., Long, S., Yu, W., Fei, Y., & Young, B. (2020). Food waste and the embedded phosphorus footprint in China. *Journal of Cleaner Production*, 252, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2019.119909>
- Mganga, P., Syafrudin, S., & Amirudin, A. (2021). A survey of students' awareness on food waste problems and their behaviour towards food wastage: A case study of Diponegoro University (UNDIP), Indonesia. *E3S Web of Conferences*, 317, 1-9. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202131701071>
- Phooi, C. L., Azman, E. A., Ismail, R., Shah, J. A., Shin, E., & Koay, R. (2022). Food waste behaviour and awareness of Malaysians. *Scientifica*, 2022(1). <https://doi.org/10.1155/2022/6729248>
- Radhakrishnan, G., & Sk, M. (2025). Socioeconomic divides and food waste: Exploring knowledge gaps and awareness levels in food waste reduction among college students, in Tamil Nadu. *Journal of Education and Health Promotion*, 14(1), 1-6. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_1671\\_24](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1671_24)
- Simões, J., Carvalho, A., & Gaspar de Matos, M. (2022). How to influence consumer food waste behavior with interventions? A systematic literature review. *Journal of Cleaner Production*, 373, 1-14. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2022.133866>
- Stancu, V., Haugaard, P., & Lähteenmäki, 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>
- United Nations Environment Programme. (2024). *Food waste index report 2024*. Think eat save: Tracking progress to halve global food waste. UNEP - United Nations Environment Programme. Diambil dari <https://www.unep.org/resources/publication/food-waste-index-report-2024>
- Zainal, D., & Hassan, K. A. (2019). Factors influencing household food waste behaviour in Malaysia. *International Journal of Research in Business, Economics and Management*, 3(3), 56-71.
- Zhang, L., Ye, L., Qian, L., & Zuo, X. (2024). The impact of dietary preference on household food waste: Evidence from China. *Frontiers in Nutrition*, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1415734>