

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia dikenal dengan Bhineka Tunggal Ika yang berarti walaupun berbeda tetapi tetap satu. Adanya keberagaman suku, budaya, agama, ras, etnis dan keindahan alam yang ada di Indonesia memiliki pesona masing-masing setiap daerahnya. Minangkabau merupakan salah satu etnis kultural yang ada di Indonesia. Secara geografis selain Provinsi Sumatra Barat wilayah etnis Minangkabau juga meliputi Provinsi Riau, Jambi dan Bengkulu serta etnis yang tersebar di seluruh Indonesia. Minangkabau memiliki keunikan kultur dari segi adat istiadat, juga memiliki keunikan kulinernya.

Masyarakat Minangkabau mempunyai beragam masakan khas yang mencirikan etnis dan keberadaan budaya Minangkabau tersebut. Salah satu makanan yang memiliki ciri khas adalah rendang yaitu makanan yang memiliki bahan utamanya daging dengan campuran berbagai bumbu dan rempah-rempah asli Minangkabau. Selain rendang terdapat juga makanan seperti kalio daging, gulaiancang, gulai gajeboh, gulai tunjang, gulai ayam, pangek ikan, asam pedas ikan, ayam bakar, ikan bakar, sate dan soto padang dan lainnya. Pada umumnya makanan pada rumah makan Padang menggunakan olahan santan yang kental mengandung lemak jenuh. Berdasarkan keterangan dari Makarim (2020) selain kandungan lemak jenuhnya, santan memiliki kandungan kalori yang cukup tinggi, yaitu sebesar 230 kalori untuk setiap 100 gram konsumsinya. Artinya, santan memang tidak dianjurkan untuk dikonsumsi secara asal atau dalam jumlah yang terlalu banyak.

Risiko yang mungkin terjadi terhadap konsumsi santan berlebihan adalah peningkatan berat badan alias obesitas. Ketika terjadi penumpukan lemak di dalam tubuh karena peningkatan berat badan ini akan memicu bermacam penyakit, seperti penyakit jantung, stroke, atau masalah kardiovaskular lainnya.

Pola hidup sehat menjadi bagian penting untuk berlangsungnya hidup manusia. Upaya dalam menerapkan gaya hidup sehat merupakan hal yang perlu diperhatikan untuk dapat meningkatkan kesejahteraan hidup manusia. Hidup akan sangat baik apabila manusia bisa tetap berhubungan dengan kesehatan. Pada dasarnya mengimplementasikan gaya hidup sehat dalam kehidupan adalah meliputi makanan, minuman, nutrisi dan olahraga yang dibutuhkan. Menurut Gadais dkk (2018) konsep dengan gaya hidup sehat, sebagian besar dari pilihan dan kebiasaan serta memiliki peran untuk menghindari adanya penyakit kronis. Kebiasaan makanan yang tidak dijaga dan kurang melakukan aktivitas fisik dapat menimbulkan berbagai penyakit seperti kanker, diabetes, dan kardiovaskular (Putri, 2019). Adanya angka kejadian obesitas di dunia menjadi lebih besar jika dibandingkan dengan masalah kelaparan (Hendra, et al, 2016).

Menurut Sufa dkk (2017) mengatakan pada dasarnya menerapkan gaya hidup sehat ke dalam kehidupan sehari-hari ialah meliputi beberapa hal yakni makanan, minuman, nutrisi dan olahraga yang dibutuhkan dalam berlangsungnya hidup. Roodhuyzen dkk (2017) mengenali ada tiga bagian dari gaya hidup pribadi, yang berhubungan dengan gaya hidup sehat yaitu kebiasaan makan yang tidak bisa diprediksi, membeli makanan dengan niat untuk makan makanan yang sehat dan makan di luar secara teratur. Mengonsumsi makanan menjadi bagian dari adanya

proses penciptaan pengalaman baru yang menarik bagi sebagian dari manusia. Selain dapat menjalankan fungsinya untuk menghilangkan rasa lapar, dengan makan manusia juga dapat mengurangi stress (walaupun untuk sementara).

Konsumsi merupakan gaya hidup, termasuk dalam mengkonsumsi makanan (Marketing Outlook, 2017). Dengan melakukan kegiatan yang bisa membuat tubuh menjadi sehat seperti melakukan olahraga, atau jalan kaki yang tidak pernah dilakukan dapat membuat masyarakat kerap terkena penyakit. Terjadinya perubahan gaya hidup menjadi gaya hidup yang tidak sehat, berkurangnya melakukan kegiatan fisik, serta kebiasaan makan yang tidak sehat dapat menimbulkan pergeseran penyakit yang dapat menular menjadi penyakit yang tidak bisa menular seperti kanker paru-paru, obesitas, jantung, gangguan pencernaan, stroke dan kerusakan tubuh lainnya yang bisa menimbulkan kematian.

Pada tahun 2017, terdapat survei yang mengatakan bahwa adanya kesadaran akan pola hidup sehat mengalami peningkatan dimana faktor kesehatan menjadi salah satu dari tiga besar faktor paling penting untuk preferensi makanan setelah rasa dan juga harga (Ho dan Song, 2017). Konsumen Indonesia juga memperlihatkan tren kemauan untuk melakukan pembayaran lebih mahal pada makanan agar memperoleh makanan yang lebih sehat (Ho dan Song, 2017). Survei ini memberitahukan bahwa sudah ada masyarakat Indonesia yang semakin sadar akan kesehatan, diawali dengan menjalankan pola hidup dan pola makan sehat dan juga meningkatnya kesadaran terhadap resiko berbagai penyakit

degeneratif yang berasal dari pola hidup yang kurang sehat. Dengan menerapkan gaya hidup sehat konsumen dapat merasakan nilai dari makanan sehat.

Perceived value berkaitan dengan loyalitas yang dirasakan saat membeli produk atau jasa, namun loyalitas tersebut tidak hanya uang atau moneter tetapi juga dapat berupa waktu dan usaha yang dilakukan (Ali dan Bhasin, 2019). Menurut Rambitan (2013) nilai yang dirasakan atau *perceived value* punya bentuk yang berubah dan nilai produk yang ditentukan oleh pelanggan terkait nilainya dan nilai yang dirasakan memiliki dampak penting untuk membeli di masa depan. Morgan dan Govender (2016) mengatakan bahwa nilai yang dirasakan dimana seseorang harus mengambil keputusan antara manfaat yang didapatkan untuk satu sisi pengorbanan moneter dan non moneter disisi lainnya.

Perceived value adalah adanya pertimbangan psikologis, bukan hanya ada di produk dan kepemilikan produk atau layanan yang dipilih, tetapi dapat juga evaluasi yang berasal dari konsumen itu sendiri (Tynan et al, 2010). Pilihan makanan seseorang juga dipengaruhi oleh adanya karakteristik individu, makanan dan juga lingkungan. Sekarang karakteristik konsumen sepertinya menjadi faktor utama dalam mendirikan sebuah bisnis makanan. Apalagi di negara berkembang, semakin banyak konsumen yang mulai sadar tentang pentingnya keamanan pangan. Sejumlah penelitian didapatkan bahwa nutrisi makanan, kesehatan dan keselamatan adalah menjadi penilaian utama bagi konsumen dalam membeli makanan. Secara umum, lebih banyak konsumen yang suka dan menentukan untuk beli makanan sehat. Selain untuk mempertimbangkan tentang kesehatan,

rasa juga menjadi faktor penting lain yang menjadi pertimbangan konsumen (Mariana et al, 2017).

Pasar Global mempunyai tren untuk memproduksi produk yang ramah lingkungan. Hal ini dikarenakan isu lingkungan yang sudah menjadi isu global dalam mengurangi dampak terhadap kerusakan lingkungan. Selain itu muncul kesadaran manusia yang ingin untuk hidup sehat dan mengurangi makanan yang mengandung bahan kimia. Untuk beberapa tahun terakhir, adanya konsumsi makanan sehat menjadi tren dan meluas di lapisan masyarakat. Makanan sehat adalah makanan yang memiliki nutrisi yang mengandung zat gizi makro (karbohidrat, protein dan lemak sehat) serta juga ada gizi mikro (vitamin dan mineral), tetapi tidak melebihi apa yang menjadi kebutuhan tubuh terhadap kalori harian. Makanan sehat memiliki tujuan agar tubuh dapat merasa nyaman, memiliki lebih banyak energi untuk beraktivitas serta dapat terhindar dari penyakit.

Adanya gerakan gaya hidup sehat dengan slogan “kembali ke alam” telah menjadi tren bagi masyarakat global dunia. Hal ini karena untuk segala sesuatu yang berasal dari alam adalah hal yang baik dan memiliki manfaat serta terdapat keseimbangan antara alam dan manusia. Ini diawali dengan meningkatnya kesadaran terhadap kebiasaan makan makanan yang sehat dalam aktivitas sehari-hari (Shaharudin et al, 2010). Di Indonesia terdapat tren makanan sehat yang mulai berkembang, didapat dari sumber CNN Indonesia melalui wawancara dengan *Chief Commercial Expansion* Gojek Chaterine Hindra yang memperkirakan bahwa makanan sehat seperti salad akan menjadi tren baru di tahun 2019. Hal ini terlihat dari tren data pembelian dan juga transaksi di

aplikasi *gofood* (CNN Indonesia, 2019). Adanya pola pembelian makanan seperti ini muncul karena saat ini masyarakat Indonesia sudah mulai sadar dan peduli akan dampak kesehatan yang diakibatkan oleh makanan seperti obesitas, diabetes dan penyakit kardiovaskular (Prihherdityo, 2019). Makanan sehat adalah makanan yang terhindar dari bahan berbahaya dan mengandung nutrisi yang bermanfaat bagi tubuh. Pilihan makanan didefinisikan sebagai tingkat suka atau tidaknya terhadap makanan dan pilihan ini akan memberi pengaruh ketika mengonsumsi makanan (Nathaniel et al, 2018).

Orang-orang cenderung berhati-hati dalam memilih makanan ketika sudah memasuki usia 40 tahun. Tua menjadi bagian dari proses berlangsungnya hidup yang tidak bisa dihindari. Sebagian orang merasa takut apabila ada di fase itu, karena menurunnya kualitas dan juga kemampuan fisik yang berkaitan dengan kemampuan tulang, otot, sendi dan lainnya. Proses penuaan adalah menjadi bagian seleksi alam yang memperlihatkan bahwa manusia tidak bisa hidup kekal dan abadi. Tua adalah sesuatu yang tidak bisa ditolak karena itu akan terjadi. Bagian terpenting adalah dengan menunda proses penuaan dan terciptanya kehidupan yang berkualitas diusia tua.

Upaya untuk mencegah adanya gangguan kesehatan dimulai dengan perilaku preventif melalui kegiatan fisik dan olahraga pada saat memasuki fase lansia awal. Yan, Octavia dan Suweno (2019) lanjut usia ialah seseorang yang sudah mendekati usia 60 tahun ke atas. Menurut WHO membagi usia lansia dengan 4 kategori yaitu pertengahan atau pra lansia (40-59 tahun), lansia (60-74 tahun), tua (75-90 tahun), dan sangat tua (diatas 90 tahun). Gaya hidup sangat menentukan

untuk tercapainya kualitas sehat saat memasuki usia tua. Proses penuaan terjadi penurunan kondisi fisik, psikologis dan juga sosial untuk saling berinteraksi dengan yang lain sehingga memiliki dampak pada kelemahan dan juga penurunan berbagai fungsi organ dan memiliki ketidak mampuan untuk melakukan kegiatan tertentu serta diikuti dengan adanya gangguan atau penyakit (Riasmini, 2019).

Rumah makan masakan Padang merupakan bisnis kuliner yang banyak dijumpai di Indonesia. Salah satu varian masakan Padang ialah rendang, yang dinobatkan sebagai makanan terlezat di dunia oleh CNN Internasional (Langgam.id, 2020). Rendang salah satu jenis makanan yang menggunakan santan, sedangkan yang berbentuk kuah disebut gulai. Ketika kuah mengental orang minang menyebutnya kalio setelah mengering disebut dengan rendang. Kuah santan diolah dengan berbagai bumbu jahe, lengkuas, kunyit, bawang merah, bawang putih dan cabai merah kriting yang dihaluskan serta serai, daun salam, daun limau, daun kunyit dan juga daun ruku-ruku.

Banyak memakai bumbu membuat masakan Minang yang kaya akan rasa dan sangat khas. Masakan ini membuat nama rumah makan Padang terkenal ke berbagai pelosok Indonesia bahkan dunia. Resep klasik nenek moyang orang Minang ini mewakili cita rasa banyak orang. Namun karena menggunakan santan, masyarakat memiliki anggapan bahwa masakan minang tidak sehat. Guru Besar Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, dengan gelar dan nama lengkap Prof.dr.Nur Indrawaty Lipoeto, MSc, PhD, SpGK dalam penelitiannya, ketakutan pada santan ini dimulai dari adanya teori hubungan makanan dan penyakit jantung yang disampaikan oleh ahli gizi dari Amerika bernama Keys dan

kawan-kawan pada tahun 1958. Menurut Keys, faktor utama penyakit jantung adalah lemak jenuh. Sumber lemak jenuh ini berasal dari lemak hewani, daging, telur dan minyak kelapa. Menurut Indrawaty, teori itu menjadi terkenal di Indonesia sejak tahun 70-an sampai sekarang yang menjadikan minyak kelapa menjadi faktor utama meningkatnya penyakit jantung di Indonesia, dengan adanya hal tersebut membuat kekhawatiran dalam konsumsi makanan yang mengandung santan.

Namun penelitian yang dilakukan Indrawaty menunjukkan hasil yang berbeda. Dengan membuktikan bahwa asam lemak jenuh pada kelapa memiliki sifat dan kimia yang berbeda dengan asam lemak yang ada pada lemak hewani. Pada minyak kelapa ini lebih banyak asam lemak rantai pendek dan sedang, sedangkan lemak hewani didominasi oleh asam lemak rantai panjang oleh karena itu efek klinis dalam mengonsumsi kelapa berbeda dengan lemak hewani. Menurut Indrawaty, mengakui bahwa lemak jenuh memiliki potensi yang dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam darah, konsumsi kelapa (santan) pada masyarakat Minang selalu diiringi dengan banyak bumbu. Penggunaan bumbu yang terlihat seperti tidak memiliki manfaat ternyata warisan ini merupakan kebijaksanaan nenek moyang (*local genius*) yang sangat berharga.

Selain Rendang dan Gulai yang menggunakan santan serta menu yang digoreng, rumah makan Padang juga menawarkan menu lain yang pengolahannya menghasilkan lemak jenuh yang sangat rendah atau tidak sama sekali. Menu ini seperti asam padah ikan dan daging, palai bada merah, ikan bakar, sayur gado-gado, pangek ikan dan sayur uwok. Pada rumah makan Padang yang konvensional

menu-menu diatas biasanya dihidangkan bersama dengan menu berbasis santan seperti rendang dan gulai. Lalu bagaimanakah perilaku konsumen rumah makan Padang khususnya yang sudah berusia tiga puluh enam tahun keatas dalam memilih menu yang tersedia? Hal ini perlu diinvestigasi lebih lanjut dalam penelitian berjudul:

“Pengaruh *Healthy Lifestyle* dan *Perceived Value* Terhadap Niat Untuk Mengkonsumsi Pilihan Menu Non Santan di Rumah Makan Padang”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas terdapat beberapa rumusan masalah yang berkaitan dengan *healthy lifestyle* dan *perceived value* terhadap niat untuk mengkonsumsi pilihan menu non santan di rumah makan Padang sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaruh *healthy lifestyle* terhadap niat untuk mengkonsumsi menu makanan non santan di rumah makan Padang?
2. Bagaimana pengaruh *perceived value* terhadap niat untuk mengkonsumsi pilihan menu makanan non santan di rumah makan Padang?
3. Bagaimana pengaruh *healthy lifestyle* dan *perceived value* terhadap niat untuk mengkonsumsi menu makanan non santan di rumah makan Padang?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui adanya pengaruh *healthy lifestyle* terhadap niat untuk mengkonsumsi menu makanan non santan di rumah makan Padang.

2. Untuk mengetahui adanya pengaruh *perceived value* terhadap niat untuk mengkonsumsi menu makanan non santan di rumah makan Padang.
3. Untuk mengetahui adanya pengaruh *healthy lifestyle* dan *perceived value* terhadap niat untuk mengkonsumsi menu makanan non santan di rumah makan Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini dilakukan sebagai berikut:

1. Bagi Akademis

Hasil penelitian diharapkan dapat memperluas wawasan dan pengetahuan serta mengaplikasikan ilmu yang didapat secara praktek dan teori. Dapat menerapkan ilmu yang sudah diperoleh selama perkuliahan terutama mengenai *healthy lifestyle*, *perceived value* dan niat untuk mengkonsumsi menu makanan non santan di rumah makan Padang.

2. Bagi Masyarakat atau Pihak lain

Manfaat hasil penelitian bagi masyarakat atau pihak lain diharapkan dapat dijadikan referensi dalam upaya pemecah masalah atau peneliti lain yang memiliki penelitian yang mirip mengenai *healthy lifestyle*, *perceived value* dan niat untuk mengkonsumsi menu makanan non santan di rumah makan Padang.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah mengenai pengaruh *healthy lifestyle* dan *perceieved value* terhadap niat untuk mengkonsumsi menu makanan non santan di rumah makan Padang. Penelitian ini dilakukan kepada masyarakat yang berumur 36 tahun keatas.

1.6 Sistematika Penelitian

Untuk memudahkan pemahaman pada penelitian ini maka dibuat sistematika penelitian yang memuat 5 (lima) bab yaitu:

BAB 1 : PENDAHULUAN

Pada bagian pendahuluan yang berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, ruang lingkup penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II : TINJAUAN LITERATUR

Dalam bab ini mengenai landasan teori, yang digunakan atau dipakai sebagai landasan penelitian, tinjauan penelitian terdahulu, pengembangan hipotesis dan kerangka pikiran ataupun model penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Dalam bab ini mengenai desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, metode pengambilan data, definisi operasional dan pengukuran variabel penelitian dan teknik analisis data.

BAB IV : ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini berisi pembahasan tentang hasil penelitian, terdiri dari gambaran umum objek penelitian, karakteristik responden dan deskripsi variabel.

BAB V : PENUTUP

Bab yang berisikan mengenai kesimpulan dan saran atas hasil yang ditujukan kepada pihak yang berkepentingan dan berkelanjutan yang dilanjutkan dengan bagian akhir penelitian yaitu daftar rujukan.

