

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan dalam mendukung kualitas hidup dan produktivitas masyarakat. Kesehatan dapat diartikan sebagai kondisi fisik, mental, dan sosial yang terbebas dari gangguan penyakit. Individu dengan kondisi kesehatan yang baik cenderung memiliki kemampuan optimal dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, sehingga mendukung peningkatan kualitas sumber daya manusia (Hasibuan, 2022). Kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan semakin meningkat seiring dengan berkembangnya tren gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari (Huang *et al.*, 2022).

Namun demikian, upaya untuk mencapai kondisi kesehatan yang optimal masih menghadapi berbagai tantangan, salah satunya meningkatnya kasus penyakit tidak menular (PTM). Dalam beberapa tahun terakhir, Indonesia mengalami peningkatan prevalensi penyakit seperti obesitas, diabetes melitus, hipertensi, dan penyakit kardiovaskular. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Indonesia, (2025) hampir 75% kematian di Indonesia disebabkan oleh penyakit tidak menular. Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku masyarakat dalam menjaga kesehatan belum optimal. Oleh sebab itu, diperlukan upaya agar mendorong perubahan perilaku, khususnya dalam pola konsumsi yang lebih sehat.

Salah satu akar masalah meningkatnya penyakit tidak menular adalah gaya hidup dan pola makan yang tidak seimbang. Masalah ini terlihat dalam laporan yang dirilis Simamora, (2025) berdasarkan Riset Kesehatan Dasar dan Survei Kesehatan

Masyarakat Indonesia menunjukkan bahwa pola konsumsi masyarakat Indonesia cenderung mengarah pada makanan tinggi gula, garam, dan lemak, serta meningkatnya konsumsi makanan cepat saji dan minuman manis. Pola konsumsi tersebut apabila dilakukan secara berlebihan dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit tidak menular (Destra *et al.*, 2022).

Meningkatnya risiko penyakit tersebut mendorong terjadinya perubahan perilaku masyarakat kearah pola hidup yang lebih sehat. Berdasarkan Survei Asia Pacific yang berjudul “*New Year, New Me*” menunjukkan bahwa 89% konsumen Indonesia menyatakan pola makan sehat sebagai faktor utama menjaga kesejahteraan mereka. Selain itu, 95% responden Indonesia berencana menerapkan kebiasaan hidup sehat tahun 2025, dan 74% konsumen Indonesia mengaku telah membuat resolusi hidup sehat pada tahun 2024, salah satunya dengan menjaga pola makan sehat (Nurchayani, 2025).

Selain itu, Menurut laporan NielsenIQ (2025), adanya perubahan sikap dan perilaku kesehatan di Indonesia, yang dimana konsumen di Indonesia semakin berinvestasi dalam kesehatan dan kesejahteraan mereka baik fisik maupun mental. Sebanyak 46% telah mengambil langkah proaktif untuk meningkatkan kesehatan, seperti berolahraga, memantau kondisi kesehatan, dan memilih pola makan secara sadar. Hasil tersebut memperlihatkan aspek kesehatan menjadi salah satu pertimbangan penting dalam membentuk kebiasaan konsumsi masyarakat.

Perubahan perilaku konsumsi masyarakat juga berdampak pada pergeseran gaya hidup ke arah yang lebih sehat, yang ditandai dengan meningkatnya minat terhadap konsumsi makanan sehat. Makanan sehat didefinisikan sebagai makanan

yang mengandung zat gizi penting seperti vitamin, mineral, protein, dan serat, serta rendah kandungan lemak jenuh, gula, dan garam. Selain itu, makanan sehat umumnya melalui proses pengolahan minimal sehingga kandungan gizinya tetap terjaga dan baik untuk kesehatan tubuh (Escobar-Farfan *et al.*, 2025). Dengan meningkatnya kesadaran terhadap pentingnya nutrisi, keputusan pembelian tidak hanya dipengaruhi faktor rasa dan harga, tetapi juga mempertimbangkan aspek kesehatan.

Dalam perilaku konsumen, niat pembelian merupakan prediktor utama dari perilaku aktual (Liu dan Mo, 2019). Niat menggambarkan kesediaan seseorang untuk melakukan suatu tindakan pada waktu yang akan datang, termasuk dalam menentukan keputusan untuk membeli produk makanan yang lebih sehat. Untuk memahami proses pembentukan niat, *Theory of Planned Behavior* (TPB) menjadi dasar teori yang digunakan dalam penelitian ini. Berdasarkan teori tersebut, niat dipengaruhi oleh tiga komponen utama, yaitu sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan persepsi individu mengenai kemampuannya dalam mengendalikan perilaku.

Sikap merupakan penilaian individu terhadap konsekuensi dari perilaku yang diinginkan atau tidak diinginkan. Sementara itu, pengaruh sosial dari orang-orang yang dianggap penting, seperti keluarga dan teman, tercermin dalam konsep norma subjektif. Selain itu, kontrol perilaku yang dipersepsikan berkaitan dengan keyakinan individu mengenai kemampuan serta kemudahan dalam melakukan suatu tindakan. Individu yang merasa memiliki kontrol yang lebih besar atas

perilakunya umumnya akan memiliki niat yang lebih kuat untuk melaksanakan perilaku tersebut (Wimardian *et al.*, 2025).

Selain ketiga komponen tersebut, beberapa penelitian mengintegrasikan variabel identitas diri dan norma moral ke dalam model TPB untuk memperkuat kemampuan model dalam memprediksi niat pembelian. Identitas diri mengacu pada sejauh mana individu menilai suatu perilaku sebagai bagian dari konsep dirinya (Carfora *et al.*, 2015). Individu yang mengidentifikasi dirinya sebagai pribadi yang peduli terhadap kesehatan cenderung menunjukkan konsistensi antara nilai dan perilaku konsumsi. Sementara itu, norma moral merupakan keyakinan pribadi mengenai benar atau salahnya suatu tindakan berdasarkan nilai dan standar moral yang telah terinternalisasi (Parker *et al.*, 1995). Dalam konteks makanan sehat, norma moral dapat menjadi dorongan internal yang memperkuat individu untuk memilih produk sehat.

Kesadaran kesehatan merupakan tingkat perhatian seseorang terhadap kesehatannya serta motivasi untuk menjaga kondisi fisik. Tingginya kesadaran terhadap kesehatan mendorong individu untuk lebih selektif dalam mengevaluasi suatu produk, terutama dengan mempertimbangkan kandungan nutrisi serta manfaat kesehatannya (Huang *et al.*, 2022). Dengan demikian, kesadaran kesehatan memiliki peran penting dalam memengaruhi keputusan pembelian makanan sehat karena individu yang peduli terhadap kesehatan akan lebih terdorong untuk memilih produk sehat.

Dalam kerangka teori perilaku terencana, kesadaran kesehatan tidak hanya dapat memengaruhi niat secara langsung, tetapi juga berkontribusi dalam

membentuk sikap dan kontrol perilaku. Tingkat kesadaran kesehatan yang tinggi dapat mendorong terbentuknya pandangan yang lebih positif terhadap makanan sehat. Selain itu, individu tersebut juga cenderung memiliki keyakinan yang lebih kuat bahwa mereka mampu mengendalikan keputusan dalam memilih konsumsi yang sesuai dengan kebutuhan kesehatan (Li dan Shan, 2025). Tingginya kesadaran individu terhadap kesehatan mendorong perilaku pencarian informasi yang lebih intensif sebelum pembelian dilakukan, khususnya terkait komposisi nutrisi dan potensi manfaat kesehatan dari suatu produk.

Sejumlah penelitian terdahulu telah berupaya menjelaskan pengaruh kesadaran kesehatan terhadap niat konsumen dalam membeli produk sehat. Akan tetapi, hasil yang ditemukan masih beragam. Beberapa studi menyatakan bahwa kesadaran kesehatan memiliki pengaruh positif signifikan terhadap niat pembelian (Wimardian *et al.*, 2025; Munaqib *et al.*, 2025). Hal sebaliknya, temuan berbeda yang diperoleh Hoque *et al.* (2018) yang menyatakan bahwa kesadaran kesehatan belum terbukti memberikan pengaruh terhadap niat pembelian. Ketidak konsistenan temuan dari penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pengaruh kesadaran kesehatan terhadap niat pembelian masih perlu dikaji lebih lanjut.

Penelitian terdahulu cenderung dilakukan di negara maju atau kota-kota besar, sementara penelitian pada daerah non-metropolitan masih terbatas. Selain itu, penelitian yang menggabungkan kesadaran kesehatan, sikap, kontrol perilaku yang dirasakan, identitas diri, dan norma moral untuk memprediksi niat pembelian makanan sehat belum banyak dikaji secara mendalam oleh penelitian terdahulu. Oleh sebab itu, diperlukan penelitian yang menguji model tersebut dalam konteks

lokal untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang berperan dalam membentuk niat pembelian makanan sehat.

Salah satu kota non-metropolitan yang menjadi perhatian adalah Kota Payakumbuh. Kota Payakumbuh menunjukkan perkembangan tren konsumsi makanan sehat. Hal ini terlihat dari semakin banyaknya UMKM yang menawarkan produk makanan sehat, seperti makanan yang diolah melalui proses pengukusan. Berdasarkan pra-survei pendahuluan (2026), setiap akhir pekan ditemukan banyak pedagang yang menjual makanan dan minuman sehat di kawasan Batang Agam. Kawasan ini merupakan salah satu lokasi yang sering digunakan masyarakat untuk berolahraga sehingga menjadi tempat strategis bagi pedagang produk makanan dan minuman sehat. Berdasarkan pra-survei tersebut, ditemukan UMKM yang menawarkan makanan dan minuman sehat di Kota Payakumbuh sebagai berikut:

Tabel 1.1 UMKM Makanan Sehat di Payakumbuh

Nama	Lokasi
Kukusan sehat Haha Hihi Huhu	-Simpang Empat Napar Payakumbuh (Senin-Jumat) -Batang Agam (Sabtu-Minggu)
Health Food Payakumbuh	Simpang Benteng
Thekukus	Batang Agam
Juice Asli Fresh	Batang Agam
Jus Teman Hidup	Koto Nan Ampek
Tropisan Juice	Batang Agam
Alaara. Drinkbite	Batang Agam
Kukusan.ku.pyk	Simpang Politani Tanjung Pati

Sumber: Pra Survei Pendahuluan (2026)

Tabel 1.1 menunjukkan bahwa Kota Payakumbuh telah memiliki sejumlah UMKM yang menyediakan produk makanan sehat dan minuman sehat. Selain delapan UMKM diatas, masih banyak ditemukan penjual makanan sehat musiman yang biasanya berjualan pada hari sabtu dan minggu. Kondisi ini menunjukkan bahwa tren gaya hidup sehat tidak hanya berkembang pada tingkat nasional, tetapi

juga mulai tumbuh di tingkat lokal. Meningkatnya jumlah pelaku usaha yang menawarkan produk makanan sehat, seperti makanan dikukus dan minuman/jus tanpa tambahan gula, menggambarkan adanya potensi permintaan pasar terhadap produk sehat.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Dini selaku pemilik usaha kukusan sehat Haha Hihi Huhu, usaha tersebut berawal dari pengalaman pribadi terkait masalah kesehatan pencernaan yang mendorong pengolahan makanan secara dikukus. Pada awal pendirian usaha pada bulan Oktober 2025, jumlah bahan baku yang digunakan kurang lebih 20 kg. Pada bulan November dan Desember terjadi peningkatan jumlah penggunaan bahan baku sekitar 30-40 kg, terutama karena adanya pemesanan untuk kegiatan sosial. Peningkatan tersebut menunjukkan respon positif dari konsumen terhadap produk makanan sehat yang ditawarkan.

Pada wawancara selanjutnya dilakukan kepada pemilik usaha The Kukus, yaitu ibu Fina. Menurut informasi yang didapatkan bahwa usaha ini dibangun pada bulan agustus 2025. Latar belakang berdirinya usaha ini dipengaruhi oleh kondisi kesehatan berupa sakit perut yang mendorong ibu Fina untuk mengonsumsi makanan dengan metode pengukusan. Pada awal berdiri jumlah bahan baku yang digunakan sekitar 1 kg per varian kemudian bertambah 2 kg sampai 5 kg perharinya. Varian produk yang ditawarkan meliputi pisang, ubi celembu, ubi oren, labu, jagung, *edamame*, talas, telur, labu siam. Usaha The Kukus beroperasi secara rutin setiap hari pada pukul 06.00-10.00 WIB. Peningkatan jumlah bahan baku tersebut menunjukkan adanya pertumbuhan permintaan konsumen terhadap produk yang ditawarkan.

Hasil wawancara pendahuluan dengan beberapa pelaku usaha menunjukkan peningkatan permintaan terhadap produk makanan sehat. Hal ini mengindikasikan adanya perubahan preferensi konsumsi masyarakat yang mulai mempertimbangkan aspek kesehatan dalam pengambilan keputusan pembelian. Namun, belum terdapat penelitian yang secara empiris mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi niat pembelian makanan sehat pada masyarakat Kota Payakumbuh.

Penelitian ini menjadi penting dilakukan karena dapat memberikan informasi penting bagi pelaku usaha dalam menyusun strategi pemasaran yang lebih efektif dan sesuai dengan karakteristik konsumen. Selain itu, juga memberikan kontribusi teoritis dengan menguji model perilaku konsumen yang mengintegrasikan kesadaran kesehatan, sikap, persepsi kontrol perilaku, identitas diri, norma moral pada konteks daerah non-metropolitan.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kesadaran kesehatan terhadap niat pembelian makanan sehat melalui pertimbangan faktor psikologis seperti sikap, kontrol perilaku yang dirasakan, identitas diri, norma moral pada masyarakat Kota Payakumbuh. Mengacu pada permasalahan yang telah diuraikan, penelitian ini dilakukan dengan judul **“ANALISIS PENGARUH KESADARAN KESEHATAN TERHADAP NIAT PEMBELIAN MAKANAN SEHAT MELALUI FAKTOR PSIKOLOGIS DI PAYAKUMBUH”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang , rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Apakah kesadaran kesehatan berpengaruh terhadap sikap, kontrol perilaku yang dirasakan, identitas diri, dan norma moral?
2. Apakah kesadaran kesehatan, sikap, kontrol perilaku yang dirasakan, identitas diri, dan norma moral memiliki pengaruh terhadap niat pembelian makanan sehat di Payakumbuh?

1.3 Tujuan Penelitian

Berikut ini tujuan dari penelitian yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh kesadaran kesehatan terhadap sikap, kontrol perilaku yang dirasakan, identitas diri, dan norma moral.
2. Untuk mengetahui pengaruh kesadaran kesehatan, sikap, kontrol perilaku yang dirasakan, identitas diri, dan norma moral terhadap pembelian makanan sehat di Payakumbuh.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya pengembangan ilmu manajemen pemasaran, terutama dalam bidang kajian perilaku konsumen.
 - b. Memperkaya literatur mengenai pengaruh kesadaran kesehatan terhadap niat pembelian makanan sehat melalui faktor psikologis sikap, kontrol perilaku yang dirasakan, identitas diri, norma moral, serta menjadi

referensi bagi penelitian selanjutnya pada konteks makanan sehat di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

- a. Membantu pelaku usaha makanan sehat di Kota Payakumbuh untuk memahami aspek psikologis yang mendorong niat pembelian konsumen.
- b. Menjadi dasar bagi perancangan strategi pemasaran yang lebih tepat, termasuk strategi *branding* dan promosi.
- c. Menjadi bahan pertimbangan bagi pemerintah daerah dalam mendukung pengembangan UMKM makanan sehat.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah untuk menganalisis niat beli konsumen terhadap makan sehat di Kota payakumbuh. Penelitian ini melibatkan enam variabel yaitu kesadaran kesehatan sebagai variabel eksogen. sikap, kontrol perilaku yang dirasakan, identitas diri, norma moral, niat pembelian sebagai variabel endogen.

1.6 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan penelitian ini disusun ke dalam lima bab dengan urutan sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi penjelasan yang mencakup fenomena, alasan dilakukan penelitian, tujuan, manfaat penelitian, ruang lingkup, dan sistematika penulisan.

BAB II TINJAUAN LITERATUR

Bab ini memaparkan teori-teori pendukung, penjelasan setiap variabel beserta item, tinjauan penelitian terdahulu, pengembangan hipotesis, dan kerangka konseptual.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini meliputi desain penelitian, teknik pengumpulan data, metode penentuan sampel, serta teknik analisis yang digunakan.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam bab keempat peneliti membahas dan menguraikan hasil-hasil penelitian dari permasalahan yang sesuai dengan variabel yang diteliti.

BAB V PENUTUP

Bab V memuat kesimpulan, implikasi penelitian, keterbatasan dan saran untuk peneliti selanjutnya.

