

## Modifikasi Perilaku Menurunkan Konsumsi Daging Merah

Zulfa Diah Riptiana<sup>1)\*</sup>, Waluyo Budi Atmoko<sup>2)</sup>, Nang Among Budiadi<sup>3)</sup>  
<sup>1,2,3)</sup>Universitas Setia Budi

\*Corresponding Author: [zulfadihriptiana@gmail.com](mailto:zulfadihriptiana@gmail.com)

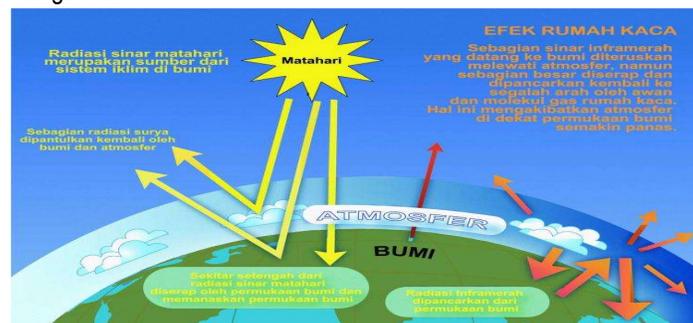
### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh variabel perilaku mengurangi konsumsi daging merah. Perilaku mengurangi konsumsi daging merah disebabkan oleh niat mengurangi konsumsi daging merah. Niat mengurangi konsumsi daging merah dipengaruhi oleh sikap terhadap konsumsi daging merah, pengalaman masa lalu, kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah, dan keyakinan prokelingkuangan. Data diperoleh melalui kuesioner yang telah dibagikan kepada masyarakat. Teknik penyampelan yang digunakan yaitu Purposive Sampling sebanyak 200 responden. Uji hipotesis menggunakan analisis permodelan persamaan structural (Structural Equation Modelling – SEM) dan analisis regresi logistik. Hasil penelitian mendapatkan hasil perilaku mengurangi konsumsi daging tidak berpengaruh pada niat mengurangi konsumsi daging merah, niat menurunkan konsumsi daging merah tidak berpengaruh pada sikap terhadap konsumsi daging merah, niat terhadap konsumsi daging merah tidak berpengaruh positif pada pengalaman masa lalu, dan kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah berpengaruh positif pada keyakinan prokelingkuangan.

**Keywords:** Perilaku mengurangi konsumsi daging merah, Niat mengurangi konsumsi daging merah, sikap terhadap konsumsi daging merah, pengalaman masa lalu, kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah, keyakinan pro ke lingkungan.

### PENDAHULUAN

Daging adalah sumber nutrisi penting yang dibutuhkan dalam makanan yang di konsumsi oleh masyarakat di seluruh dunia. Mengonsumsi daging juga menjadi penyebab kerusakan lingkungan seperti menurunnya keanekaragaman hayati, radiasi, kerusakan lahan, kerusakan pada sumber-sumber air yang digunakan masyarakat, emisi gas rumah kaca (GRK), dan polusi. Kotoran sapi mengandung karbon ( $\text{CO}_2$ ), gas amonia ( $\text{CH}_4$ ), nitrogen oksida ( $\text{NO}_2$ ). Kotoran sapi meresap ke tanah dan mencemari air yang dikonsumsi manusia dalam kehidupan sehari-hari. Gas yang dihasilkan oleh kotoran sapi kemudian terpancar ke angkasa dan merusak lapisan ozon. Lapisan ozon adalah lapisan yang menyaring cahaya matahari, sehingga bumi tidak menjadi panas. Kerusakan lapisan ozon akibat pancaran gas karbon ( $\text{CO}_2$ ), gas amonia ( $\text{CH}_4$ ), Nitrogen oksida ( $\text{NO}_2$ ) berakibat bumi tidak terlindungi dari sinar matahari, sehingga terjadilah pemanasan global.



Gambar 1.1 Pemanasan Global

Mengonsumsi daging berlebihan juga berdampak buruk bagi kelestarian alam. Oleh karena itu, konsumsi daging perlu diturunkan untuk mengurangi dampak yang negatif bagi kesehatan dan lingkungan. Penurunan konsumsi daging dapat mengurangi dan menekan terhadap penyakit yang timbul akibat terlalu banyak mengonsumsi daging. Penurunan konsumsi daging dapat mengurangi tercemarnya sumber air yang digunakan akibat limbah kotoran dan mengurangi adanya pemanasan global. Konsumsi daging tinggi dapat mengakibatkan timbulnya penyakit seperti serangan jantung, diabetes, stroke, kanker, dan obesitas yang memiliki tingkat kesembuhan yang cukup lama. Maka itu mengonsumsi daging harus diturunkan secara bertahap untuk menghindari kerusakan alam yang berkelanjutan di masa depan. Peternakan global menyumbang sekitar 12% dari total emisi gas rumah kaca (Westhoek *et al.*, 2011). Konsumsi daging global dari tahun ke tahun akan mengalami peningkatan dua kali lipat di beberapa negara yang dimana daging merupakan bagian dari budaya kuliner yang sangat digemari. Penurunan konsumsi daging terhambat oleh sejumlah faktor, seperti kurangnya dukungan sosial, kurangnya efikasi diri persepsian, dan kesulitan dalam mengubah kebiasaan (Lacroix dan Gifford, 2019). Daging mengandung lemak yang menjadi bagian dari profil nutrisinya. Lemak dapat dikonsumsi secara langsung sebagai minyak nabati, dan olesan, atau dikonsumsi secara tidak langsung seperti terdapat dalam sumber makanan seperti susu, daging dan sebagainya (Reynolds, 2014).

Kandungan yang terdapat pada 100 gram daging merah memiliki lemak 15 gram, lemak jenuh 6 gram, dan lemak trans 1,1 gram <https://www.halodoc.com/artikel/nutrisi-yang-terkandung-dalam-daging-sapi-dan-daging-kambing>. Dengan kandungan lemak yang terdapat pada daging merah maka perlu mengurangi konsumsi daging agar tidak mejadi penyebab penurunan kesehatan. Lemak yang terdapat pada daging merah lebih berpengaruh kepada kesehatan seseorang yang mengonsumsi daging.

## LANDASAN TEORI DAN PENGEMBANGAN HIPOTESIS

### Perilaku Mengurangi Konsumsi Daging Merah

Chen (2015) mendefinisikan perilaku sebagai tindakan yang dapat diamati atau reaksi seseorang dalam menanggapi rangsangan eksternal atau internal, dan reaksi seseorang beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Ertz (2017) menyatakan bahwa perilaku ditentukan oleh niat dan sikap untuk melakukan apa yang diinginkan terhadap suatu tindakan atau keinginan. Dubois dan Duquesne (1993) berpendapat bahwa konsumsi dimotivasi oleh keinginan untuk mengesankan orang lain terutama berkaitan dengan pamer kekayaan. Kandungan gizi daging yang padat dikombinasikan dengan hubungan kekayaan dan hak istimewa membuatnya dianggap sebagai pilihan sumber makanan (Frank, 2007). Perilaku konsumsi dipengaruhi oleh variabel lain, misalnya transisi masyarakat, dari waktu ke waktu, dari totaliter bentuk pemerintahan yang lain, demokratis Pocol (2020). Konsumsi daging juga berdampak negatif pada kerusakan lingkungan antara lain: tercemarnya sumber air, penggundulan hutan, pemanasan global dan kepunahan hewan. *Theory of reasoned action (TRA)* berpendapat bahwa antededen dari perilaku yang sebenarnya adalah niat itu sendiri dan dipengaruhi oleh sikap dan norma subjektif (Fishbein dan Ajzen, 1975).

### Niat Mengurangi Konsumsi Daging Merah

Niat dikonseptualisasikan sebagai faktor motivasi yang menangkap seberapa keras orang bersedia melakukan suatu perilaku Ajzen (1991). Rees *et al.* (2014) menyatakan bahwa niat merupakan pengaturan diri yang digunakan untuk mengurangi konsumsi daging. Yuzhanin (2016) mendefinisikan niat sebagai keinginan seseorang untuk melakukan perilaku tersebut. Ajzen (1991) mendefinisikan niat sebagai indikator sejauh mana konsumen mau mencoba sesuatu dan seberapa banyak usaha yang dilakukan. Berdasarkan sejumlah pengertian tentang niat tersebut, maka dalam konteks konsumsi daging, niat untuk mengurangi

konsumsi daging dapat didefinisikan sebagai keinginan untuk mengurangi konsumsi daging merah (Yuzhanin, 2016).

Faktor motivasi yang memengaruhi perilaku adalah indikasi seberapa keras orang mau untuk mencoba, seberapa banyak upaya yang mereka rencanakan untuk melakukan perilaku Ajzen (1991). Teori perilaku terencana mengendalikan tiga konsep independen faktor penentu niat. Yang pertama adalah sikap terhadap perilaku dan mengacu pada sejauh mana seseorang memiliki keuntungan atau tidak menguntungkan evaluasi yang menyenangkan atau penilaian dari perilaku yang bersangkutan. Kedua prediktor adalah faktor sosial yang disebut norma subjektif mengacu pada penerima tekanan sosial untuk melakukan atau tidak melakukan perilaku tersebut. Antecedent ketiga dari niat adalah tingkat kontrol perilaku yang dirasakan seperti, mengacu pada kemudahan atau kesulitan yang dirasakan dari melakukan perilaku dan mencerminkan pengalaman masa lalu sebagai mengantisipasi hambatan Ajzen (1991). Niat juga dianggap sebagai pendahulu dan prediktor terbaik dari perilaku (Ajzen, 1991).

Soderlund dan Ohman (2006) menyatakan niat dapat digambarkan dalam tiga bentuk, yaitu niat sebagai harapan, niat sebagai keinginan, dan niat sebagai rencana.

**H<sub>1</sub>: Niat untuk mengurangi konsumsi daging merah berpengaruh positif pada perilaku mengurangi konsumsi daging merah.**

### **Sikap Terhadap Konsumsi Daging Merah**

Fishbein dan Ajzen (1975) mendefinisikan sikap sebagai evaluasi positif atau negatif seseorang terhadap perilaku tertentu atau suatu objek. Sikap memiliki tiga komponen yaitu: (1) kognisi (keyakinan), (2) afektif (perasaan), (3) konatif (niat) (Assael, 2014 h. 96), maka secara spesifik niat adalah bentuk aktual dari sikap. Maichum *et al.* (2016) menyatakan bahwa sikap memiliki pengaruh paling kuat untuk melakukan tindakan seseorang. Sikap untuk mengubah konsumsi daging seringkali ambivalen dan tidak selalu kuat untuk melakukan perilaku selanjutnya (Macdiarmid *et al.* 2016).

**H<sub>2</sub>: Sikap terhadap konsumsi daging merah berpengaruh positif pada niat mengurangi konsumsi daging merah.**

### **Pengalaman Masa Lalu**

Pengalaman adalah totalitas respons yang kognitif, afektif, dan sensorik pada suatu keadaan negatif maupun positif dan dibangkitkan oleh semua rangsangan yang ditemui dan pasca konsumsi dipengaruhi oleh faktor situasional yang disaring melalui perbedaan pribadi seseorang di masa lalu (Godovykh, 2020). Pengalaman muncul karena adanya kebutuhan produk atau jasa, motivasi, pencarian informasi, keputusan, pembelian, perencanaan, mengunjungi, mengingat, dan merencanakan untuk mengonsumsi kembali makanan yang digemari untuk mendapatkan kesenangan, pengalaman juga muncul timbulnya dampak yang diberikan bagi kesehatan dan lingkungan karena mengonsumsi daging (Godovykh, 2020). Larsen (2007) mengkonseptualisasikan pengalaman dengan berfokus pada kekuatan memori di masa lalu tentang pengalaman mengonsumsi daging. Pengalaman masa lalu memiliki komponen yaitu afektif, kognitif, konatif, dan sensorik (Godovykh, 2020). Oleh karena itu pengalaman di masa lalu sangat berkaitan erat dengan niat, khususnya kontrol perilaku sebagai salah satu konsep independen faktor penentu niat yang mencerminkan sebagai mengantisipasi hambatan.

**H<sub>3</sub>: Pengalaman masa lalu berpengaruh positif pada niat mengurangi konsumsi daging merah.**

### **Kesadaran Terhadap Akibat Mengonsumsi Daging Merah**

Kesadaran adalah suatu proses yang terjadi pada suatu subjek dan subjek yang memiliki pengalaman terhadap lingkungan yang dapat dilaporkan berdasarkan kesadaran yang dirasakan (Pereira,

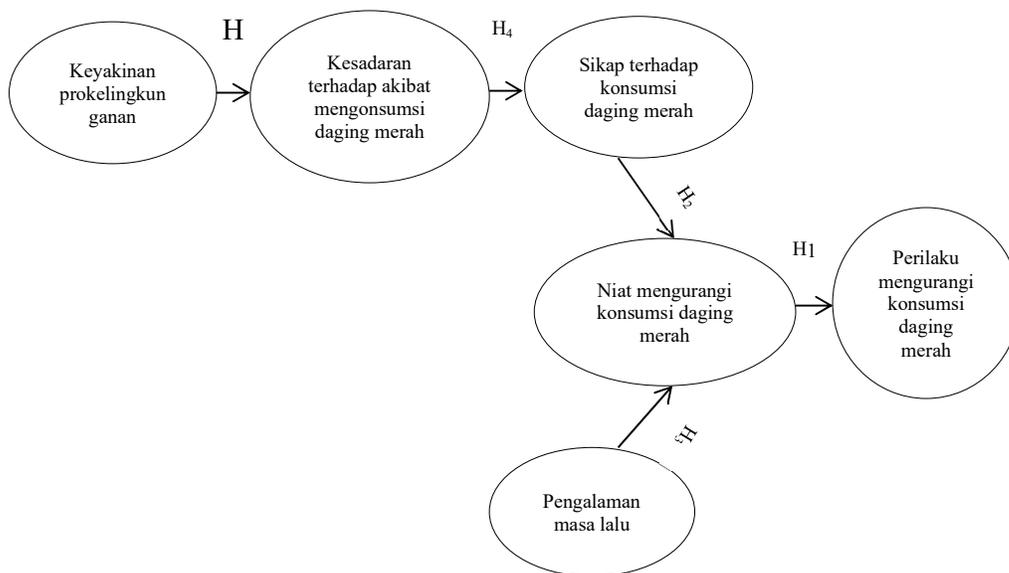
2009). Kesadaran terdiri dari batin, kualitatif, keadaan objektif dan proses perasaan atau kesadaran (Pereira, 2009). Seseorang yang tergolong dalam kelompok sadar lingkungan akan mengembangkan pola dalam perilaku mengonsumsi, yang secara aktif atau pasif memperhatikan efek dari pilihan makanan, kebiasaan makan, dan efek berbahaya terhadap perubahan iklim, keanekaragaman hayati, air, dan tanah yang ditimbulkan oleh kesadaran seseorang terhadap konsumsi daging (Tuyen Le, 2019). Kesadaran terhadap konsumsi daging akan timbul dengan adanya dampak yang diberikan terhadap lingkungan dan kesehatan, dengan begitu kesadaran konsumen terhadap permintaan daging akan berkurang. Kesadaran telah menjadi bagian yang penting dan penentu yang signifikan dari sikap (Ramayah, 2012).

**H<sub>4</sub>: Kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah berpengaruh positif pada sikap terhadap konsumsi daging merah.**

**Keyakinan Prokelingkungan**

Dharmmesta (1998) mendefinisikan keyakinan sebagai probabilitas subyektif bahwa pelaksanaan suatu perilaku akan mengarah ke hasil yang dimaksud. Daging adalah salah satu kontributor utama degradasi lingkungan global yang sangat berpengaruh terhadap lingkungan (Tuyen Le, 2019). Pertumbuhan konsumsi daging sebagai sumber protein makanan yang bisa berdampak negatif terhadap lingkungan (Stubbs, 2018). Menurut (Tuyen Le, 2019) kesadaran seseorang sangat berkaitan dengan lingkungan, karena kesadaran akan mengarah pada perilaku seseorang tentang pentingnya kelestarian alam. Perilaku seseorang dapat membangun sistem nilai keyakinan terhadap bagian dari kesadaran lingkungan. Oleh karena itu keyakinan prokelingkungan berpengaruh pada kesadaran mengonsumsi daging. Keyakinan dibedakan menjadi 3 bagian yaitu: (1) keyakinan berperilaku, (2) keyakinan normatif, dan (3) keyakinan kontrol (Dharmmesta, 1998).

**H<sub>5</sub>: Keyakinan prokelingkungan berpengaruh positif pada kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah.**



**Gambar 2.1 Model Penelitian**

Model di atas menjelaskan bahwa perilaku konsumsi daging dipengaruhi oleh niat untuk mengurangi konsumsi daging merah Rees *et al.*, (2018). Sedangkan niat dipengaruhi oleh sikap terhadap konsumsi daging Carfora *et al.*, (2020) dan pengalaman masa lalu Rees *et al.*, (2018). Sikap dipengaruhi oleh

kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging dan kesadaran dipengaruhi oleh keyakinan prokelingkuangan Carfora *et al.*, (2020).

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kausal yang membangun hubungan sebab akibat antar variabel yang diteliti. Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian *cross sectional* yaitu penelitian yang dilakukan pada kurun waktu tertentu. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yaitu menggunakan alat analisis bersifat statistic untuk menguji hubungan hipotesis. Strategi penelitian ini menggunakan metode survei. Metode survei merupakan metode yang menggunakan kuesioner untuk mendapatkan data tentang suatu keyakinan, pendapat, karakteristik, perilaku, hubungan variabel dan untuk menguji hipotesis mengenai suatu variabel sosiologis dan psikologis berdasarkan sampel yang diambil. Metode survei dipilih dalam penelitian ini karena memiliki validitas eksternal yang paling baik. Validitas eksternal yang baik menggambarkan bahwa kesimpulan dari penelitian ini memiliki generalisasi yang luas dibandingkan metode lain. Sampel dikumpulkan dengan teknik *non-probability sampling*. Pengambilan Sampel Penelitian ini menggunakan desain penyampelan non probability. Objek penelitian ini adalah kebiasaan konsumsi daging di luar menu harian yaitu kesukaan mengonsumsi steak. Skala yang digunakan untuk mengukur penelitian ini adalah skala *likert* 5 poin. Item kuesioner diambil dari literature (lihat Tabel 1). Kuesioner pernyataan dan jawaban dalam bahasa Indonesia. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas menggunakan program SPSS. Pengujian pada analisis data ini menggunakan program AMOS.

**Tabel 1. Variabel Indicator, Hasil Uji Validitas, dan Reliabilitas**

Item Kuesioner	Loading Faktor				
	1	2	3	4	5
Keyakinan prokelingkuangan					
KP 1				0,709	
KP 2				0,911	
Kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging					
K 1			0,939		
K 2			0,918		
Pengalaman masa lalu					
P 1		0,807			
P 2		0,779			
P 3		0,845			
Sikap terhadap konsumsi daging merah					
S 1					0,815
S 2					0,852
Niat untuk mengurangi konsumsi daging merah					
N 1	0,827				
N 2	0,845				
N 3	0,866				

Dalam Tabel diatas terlihat bahwa semua indikator berada dalam kolom yang sama.

Variabel	Koesifien Alpha	Keterangan
Keyakinan Prokelingkuangan (KP)	0,681	Reliabel
Kesadaran terhadap akibat Mengonsumsi Daging Merah (K)	0,889	Reliabel
Pengalaman Masa Lalu (P)	0,751	Reliabel
Sikap terhadap Konsumsi Daging Merah (S)	0,645	Reliabel

Variabel	Koesifien Alpha	Keterangan
Niat Mengurangi Konsumsi Daging Merah (N)	0,817	Reliabel

Dari tabel diatas terlihat bahwa nilai alpha  $>0,6$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa semua item kuesioner reliabel untuk digunakan dalam mengambil suatu data yang diperlukan.

### Karakteristik Responden

#### Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki – laki	81	40,5
Perempuan	119	59,5
Total	200	100

#### Berdasarkan Usia

Usia (th)	Jumlah	Persentase
17 - 20 Tahun	23	11,5
21- 30 Tahun	130	65
31 – 40 Tahun	41	20,5
>50 Tahun	6	3
Total	200	100

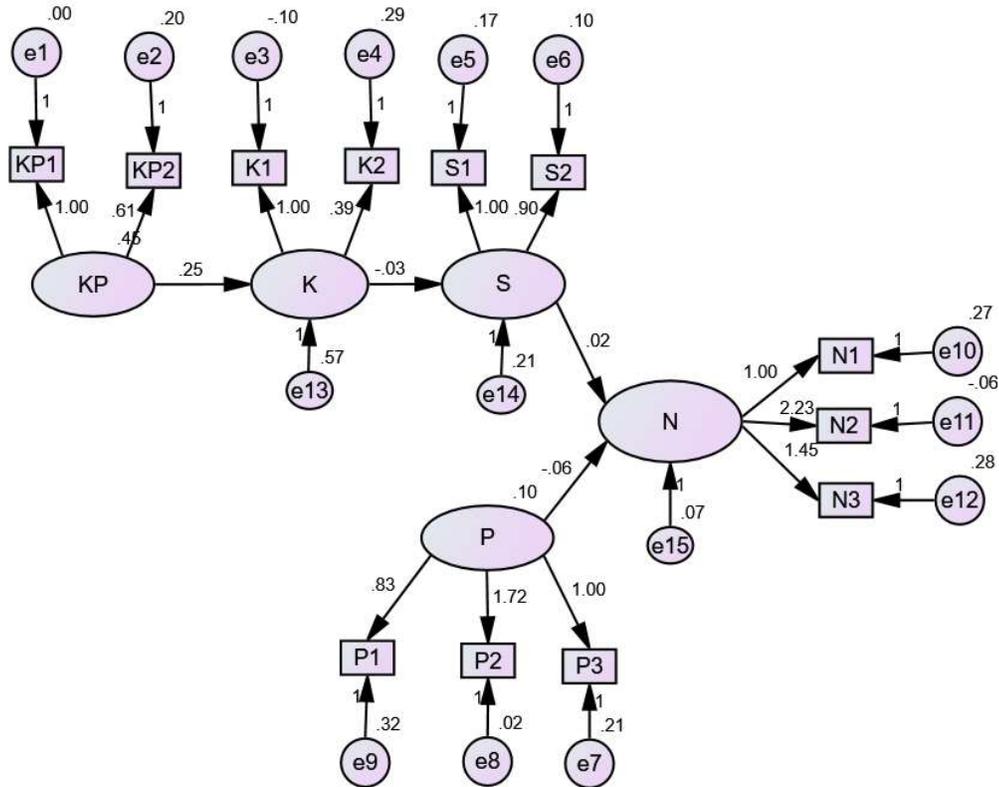
#### Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Jumlah	Persentase
SMP	34	17
SMA/SMK	155	77,5
S1	11	5,5
S2	0	0
Total	200	100

#### Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	Persentase
IRT ( Ibu Rumah Tangga)	31	15,5
Pelajar / Mahasiswa	84	42
Wirausaha	64	32
PNS	8	4
Lainnya	13	6,5
Total	200	100

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis SEM dengan aplikasi AMOS versi 23.



CMIN=95.210  
 GFI=.928  
 RMSEA= .067  
 AGFI= .888  
 TLI= .899  
 NFI= .855  
 CFI= .923  
 CMIN/DF= 95.21050  
 RMR= .027

Analisis data yang digunakan untuk menguji adalah SEM dengan aplikasi AMOS versi 23

Hipotesis	Estimate	S.E	C.R	P	Keterangan
KP → K	.250	.108	2.305	.021	H <sub>5</sub> Terdukung
K → S	-.033	.052	-.643	.526	H <sub>4</sub> Tidak terdukung
S → N	.023	.043	.542	.588	H <sub>3</sub> Tidak terdukung
P → N	-.062	-.062	-1.080	.280	H <sub>2</sub> Tidak terdukung

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keyakinan prokelingkuangan berpengaruh positif terhadap kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah. Hasil penelitian ini mendukung studi terdahulu.

Dharmmesta (1998) mendefinisikan keyakinan prokelingungan sebagai probabilitas subyektif bahwa pelaksanaan perilaku mengurangi konsumsi daging akan berdampak pada kelestarian lingkungan. Perilaku seseorang dapat membangun sistem nilai keyakinan terhadap bagian dari kesadaran lingkungan. Berdasarkan fakta empiris dari penelitian ini, maka keyakinan prokelingungan menjadi faktor pendukung terbentuknya kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah.

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa sikap terhadap konsumsi daging merah memiliki faktor pendukung lainnya yang tidak hanya niat mengurangi konsumsi daging merah. Maichum *et al.* (2016) menyatakan bahwa sikap memiliki pengaruh paling kuat untuk melakukan tindakan seseorang

Kordeš (2018) dalam penelitiannya menyatakan, pengalaman tidak hanya didasari pada niat saja tetapi juga ada beberapa faktor pendukung lainnya. Berdasarkan fakta empiris dari penelitian ini, maka pengalaman masa lalu tidak menjadi faktor pendukung terbentuknya niat mengurangi konsumsi daging merah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah tidak berpengaruh positif terhadap sikap terhadap konsumsi daging merah. Kesadaran terdiri dari batin, kualitatif, keadaan objektif dan proses perasaan atau kesadaran (Pereira, 2009). Kesadaran terhadap konsumsi daging akan timbul dengan adanya dampak yang diberikan terhadap lingkungan dan kesehatan, dengan begitu kesadaran konsumen terhadap permintaan daging akan berkurang. Berdasarkan fakta empiris dari penelitian ini, maka kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah tidak menjadi faktor pendukung terbentuknya sikap terhadap konsumsi daging merah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keyakinan prokelingungan berpengaruh positif terhadap kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah. Hasil penelitian ini mendukung studi terdahulu. Dharmmesta (1998) mendefinisikan keyakinan prokelingungan sebagai probabilitas subyektif bahwa pelaksanaan perilaku mengurangi konsumsi daging akan berdampak pada kelestarian lingkungan. Perilaku seseorang dapat membangun sistem nilai keyakinan terhadap bagian dari kesadaran lingkungan. Berdasarkan fakta empiris dari penelitian ini, maka keyakinan prokelingungan menjadi faktor pendukung terbentuknya kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah.

## KESIMPULAN

Analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya, sehingga dapat diambil kesimpulan yaitu:

1. Keyakinan prokelingungan berpengaruh positif terhadap kesadaran terhadap akibat mengonsumsi daging merah.
2. Pengalaman masa lalu berpengaruh positif terhadap niat mengurangi konsumsi daging merah.
3. Sikap terhadap konsumsi daging merah berpengaruh positif terhadap niat mengurangi konsumsi daging merah
4. Niat mengurangi konsumsi daging merah berpengaruh positif terhadap perilaku mengurangi konsumsi daging merah.

## Keterbatasan

Penelitian ini mempunyai keterbatasan dimana masyarakat yang diteliti hanya sebagian dari kalangan masyarakat dengan jumlah responden yang tertentu untuk melakukan penelitian, sehingga generalisasi ke masyarakat secara luas menjadi terbatas. Diharapkan penelitian ke depan dapat memperluas obyek penelitian dalam kalangan masyarakat yang lebih banyak.

### Implikasi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak yang berkepentingan dalam kesehatan dan lingkungan khususnya pada masyarakat yang mengonsumsi daging merah berlebihan. Untuk menjaga kesehatan dan kelestarian lingkungan agar tetap sehat.

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan masyarakat dalam menurunkan konsumsi daging merah berlebihan agar lebih memperhatikan kesehatan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen I. (1991). *The Theory of Planned behavior*. Organizational Behavior and Human Decision Processes, Vol. 50, pp. 179-211.
- Assael, H. (2004). *Consumer Behaviour*. Houghton Mifflin Company.
- Carfora, V., Conner, M., Caso, D., & Catellani, P. (2020). Rational and moral motives to reduce red and processed meat consumption. *Journal of Applied Social Psychology*, 50(12), 744-755.
- Chen S, Weiwei Y, Hiroshi Y, Mark D. Levine d, Katy N, & Adam Hingef (2015). Definition of occupant behavior in residential buildings and its application to behavior analysis in case studies. *Energy and Buildings* 104 (2015) 1–13.
- Dharmesta, B.S (1998). *Theory of Planned Behaviour*. Dalam penelitian sikap, niat dan perilaku konsumen. ISSN: 0853-7046
- Ertz, M. H. (2017). From single-use to multiuse: Study of consumers' behavior toward consumption of reusable containers. *Journal of Environmental Management*, 193, 334-344.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, Attitude, Intention and Behavior: An Introduction to Theory and Research*. Reading, MA: Addison-Wesley
- Frank, Joshua. 2007. Meat as a bad habit: A case for positive feedback in consumption preferences leading to lock-in." *Review of Social Economy* 65 (3): 319–48. <https://doi.org/10.1080/00346760701635833>
- Kordeš, Urban, and Ema Demšar. "Excavating belief about past experience: Experiential dynamics of the reflective act." *Constructivist Foundations* 13.2 (2018).
- Lacroix, K., & Gifford, R. (2019). Reducing meat consumption: Identifying group-specific inhibitors using latent profile analysis. *Appetite*, 138, 233–241. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.04.002>
- Rees, J. H., Bamberg, S., Jäger, A., Victor, L., Bergmeyer, M., & Friese, M. (2018). Breaking the habit: on the highly habitualized nature of meat consumption and implementation intentions as one effective way of reducing it. *Basic and Applied Social Psychology*, 40(3), 136-147.
- Reynolds, C. J., Buckley, J. D., Weinstein, P., & Boland, J. (2014). Are the dietary guidelines for meat, fat, fruit and vegetable consumption appropriate for environmental sustainability? A review of the literature. *Nutrients*, 6(6), 2251-2265.
- Soderlund, M., & Ohman, N. (2005). Assessing behavior before it becomes behavior. *International Journal of Service Industry Management*, 16(2), 169-185

- Pocol, C. B., Marinescu, V., Amuza, A., Cadar, R. L., & Rodideal, A. A. (2020). Sustainable vs. Unsustainable Food Consumption Behaviour: A Study among Students from Romania, Bulgaria and Moldova. *Sustainability*, 12(11), 4699.
- Larsen, S. (2007). Aspects of a psychology of the tourist experience. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 7(1), 7-18
- Westhoek, H., Rood, T., van den Berg, M., Janse, J., Nijdam, D., Reudink, M., & Woltjer, G. B. (2011). The protein puzzle: the consumption and production of meat, dairy and fish in the European Union (No. 500166001). Netherlands Environmental Assessment Agency.
- Macdiarmid JI, Douglas F & Campbell J (2016) Eating like there's no tomorrow: Public awareness of the environmental impact of food and reluctance to eat less meat as part of a sustainable diet. *Appetite* 96: 487-93.
- Soderlund, M., & Ohman, N. (2005). Assessing behavior before it becomes behavior. *International Journal of Service Industry Management*, 16(2), 169-185
- Tuyen Le. (2019). The Environmental Awareness and Attitude towards Meat Consumption in Finland. *International Business*.