

INTISARI

Tingginya volume sampah makanan (*food waste*) berbasis komoditas beras di kalangan Generasi Z Kabupaten Bantul berpotensi melemahkan ketahanan pangan lokal. Perilaku konsumtif yang dipengaruhi budaya digital dan lemahnya kontrol diri menjadi faktor utama pemborosan pangan. Penelitian ini bertujuan: (1) mengidentifikasi perilaku konsumsi makanan berbasis beras pada Generasi Z di Kabupaten Bantul, (2) menganalisis dampak perilaku *food waste* Generasi Z berbasis komoditas beras terhadap ketahanan pangan di Kabupaten Bantul, dan (3) merumuskan strategi untuk mengurangi *food waste* dan meningkatkan ketahanan pangan di Kabupaten Bantul berdasarkan perilaku konsumsi Generasi Z.

Penelitian ini menggunakan pendekatan campuran (*mixed methods*) dengan desain *explanatory sequential*. Tahap kuantitatif dilakukan melalui survei terhadap 150 responden Generasi Z yang dipilih secara *stratified random sampling* berdasarkan zonasi wilayah (dataran, perbukitan, dan pesisir). Tahap kualitatif dilakukan melalui wawancara mendalam terhadap generasi muda, pelaku usaha kuliner, tokoh masyarakat, dan pejabat dinas. Data dianalisis menggunakan regresi linier (SPSS) dan NVivo 12 Plus melalui pendekatan tematik dan *word frequency*. Analisis dilakukan dengan mengintegrasikan *Theory of Planned Behavior* (TPB) dan konsep *Food security* ke dalam kerangka *Logical Framework Analysis* (LFA), serta didukung oleh pendekatan strategi mitigasi dan navigasi kebijakan publik.

Hasil penelitian menunjukkan adanya pergeseran perilaku konsumsi makanan berbasis beras di kalangan Generasi Z Kabupaten Bantul menuju diversifikasi moderat. Pergeseran ini ditandai dengan kecenderungan mengombinasikan sumber karbohidrat alternatif sesuai aktivitas dan gaya hidup. Pola konsumsi yang fleksibel ini mencerminkan adaptasi terhadap modernitas. Namun, kebiasaan ini juga meningkatkan risiko *food waste* akibat pembelian impulsif, porsi berlebih, dan jadwal makan yang tidak teratur. Perilaku tersebut berdampak pada tiga pilar ketahanan pangan: ketersediaan, akses, dan pemanfaatan. Rendahnya pengendalian porsi dan pemanfaatan sisa pangan menurunkan ketersediaan aktual, melemahkan akses ekonomi, serta mengurangi pemanfaatan gizi. Secara statistik, perilaku konsumsi yang mencakup sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku menjelaskan 26% variasi ketahanan pangan, dengan kontrol perilaku sebagai faktor paling dominan. Dampak lanjutan berupa kerugian ekonomi, peningkatan limbah organik, dan pergeseran nilai sosial menunjukkan bahwa pemborosan pangan berbasis beras telah melemahkan ketahanan pangan lokal. Hasil sintesis melahirkan strategi mitigasi jangka pendek dan navigasi jangka panjang untuk mengurangi *food waste* dan menguatkan ketahanan pangan. Strategi mitigasi menekankan edukasi porsi, literasi pangan, dan kampanye digital. Strategi navigasi diarahkan pada integrasi isu *food waste* dalam kurikulum pendidikan, dokumen perencanaan daerah, dan sistem evaluasi kebijakan berbasis bukti. Sinergi keduanya membentuk perilaku konsumsi berkelanjutan dan memperkuat ketahanan pangan lokal.

Kata Kunci: *food waste*, generasi z, ketahanan pangan, kontrol perilaku, *Theory of Planned Behavior*

ABSTRACT

The high volume of rice-based food waste among Generation Z in Bantul Regency poses a potential threat to local food security. Consumptive behavior influenced by digital culture and weak self-control has emerged as a major factor contributing to food waste. This study aims to: (1) identify rice-based food consumption behavior among Generation Z in Bantul Regency, (2) analyze the impact of Generation Z's rice-based food waste behavior on food security, and (3) formulate strategies to reduce food waste and enhance food security based on Generation Z's consumption behavior.

This research employed a mixed-methods approach using an explanatory sequential design. The quantitative phase involved a survey of 150 Generation Z respondents selected through stratified random sampling across three regional zones (lowland, hilly, and coastal). The qualitative phase consisted of in-depth interviews with youth, culinary business actors, community leaders, and government officials. Data were analyzed using linear regression (SPSS) and NVivo 12 Plus through thematic and word frequency analysis. The analysis integrated the Theory of Planned Behavior (TPB) and the concept of food security within the Logical Framework Analysis (LFA), supported by mitigation and navigation strategies in public policy.

The findings reveal a behavioral shift among Generation Z toward moderate diversification of rice-based consumption, marked by the inclusion of alternative carbohydrate sources based on lifestyle and activity. This flexible pattern reflects modern adaptation but also increases food waste through impulsive purchases, oversized portions, and irregular eating habits. Such behavior impacts the three pillars of food security: availability, access, and utilization by reducing actual food stocks, weakening economic access, and lowering nutritional use. Statistically, consumption behavior encompassing attitudes, subjective norms, and perceived behavioral control explains 26% of the variation in food security, with behavioral control as the dominant factor. The resulting economic losses, organic waste, and erosion of frugal values demonstrate how rice-based food waste weakens local food security. To address this, two strategies are proposed: short-term mitigation, focusing on portion education, food literacy, and digital campaigns; and long-term navigation, emphasizing curriculum integration, regional planning, and evidence-based policy evaluation. Together, these approaches promote sustainable consumption and reinforce local food resilience.

Keywords: behavioral control, food security, food waste, generation z, theory of planned behavior