



;

PERAN PENDIDIKAN EKONOMI DALAM MENDORONG KEPUTUSAN KONSUMSI BERORIENTASI KESEHATAN

Elpisah¹, Suarlin²

^{1,2}Universitas Negeri Makassar

Correspondence Author: elpisah@unm.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji peran strategis pendidikan ekonomi dalam meningkatkan literasi kesehatan dan kualitas pengambilan keputusan konsumsi masyarakat. Kajian ini menggunakan pendekatan tinjauan literatur untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan ekonomi, literasi kesehatan, kemampuan mengelola anggaran, dan perilaku konsumsi pangan. Hasil sintesis menunjukkan bahwa pendidikan ekonomi tidak hanya membekali individu dengan kemampuan menghitung harga, membandingkan manfaat dan biaya, serta menyusun prioritas pengeluaran, tetapi juga membantu memahami konsekuensi kesehatan dari pilihan konsumsi dalam jangka panjang. Pengetahuan tersebut dapat memperkuat kemampuan membaca label, mengevaluasi iklan, memilih pangan bergizi, menyusun menu sesuai anggaran, dan mengendalikan konsumsi impulsif. Namun, penerapan pengetahuan ekonomi dalam perilaku sehat dipengaruhi oleh pendapatan, akses terhadap pangan bergizi, preferensi waktu, budaya, lingkungan sosial, serta ketersediaan informasi yang transparan. Oleh karena itu, pendidikan ekonomi perlu diintegrasikan dengan literasi gizi, kesehatan, media, dan digital melalui pembelajaran berbasis masalah, simulasi anggaran pangan, analisis label, serta praktik perencanaan menu. Kajian ini merekomendasikan penguatan pendidikan lintas bidang dan dukungan kebijakan berupa perbaikan lingkungan pangan, insentif harga, serta peningkatan akses terhadap makanan sehat. Penelitian selanjutnya perlu menggunakan desain longitudinal dan eksperimen untuk menguji dampak kausal pendidikan ekonomi terhadap perubahan perilaku konsumsi dan status Kesehatan.

Kata Kunci: Pendidikan Ekonomi, Keputusan Konsumsi, Kesehatan

PENDAHULUAN

Keputusan konsumsi yang berorientasi kesehatan kini menjadi krusial di tengah kompleksitas pilihan pangan yang menuntut penalaran aktif dan pertimbangan kesejahteraan jangka panjang. Konsumsi tidak lagi sekadar dipahami sebagai aktivitas pemenuhan kebutuhan biologis, melainkan sebagai proses pengambilan keputusan yang melibatkan pertimbangan harga, pendapatan, kandungan gizi, keamanan pangan, kemudahan akses, preferensi pribadi, pengaruh sosial, serta konsekuensi kesehatan. Perubahan sistem pangan, ekspansi industri makanan olahan, perkembangan layanan pesan-antar, dan intensifikasi pemasaran digital telah memperluas pilihan konsumen, tetapi sekaligus meningkatkan kesulitan dalam membedakan produk yang benar-benar mendukung kesehatan dari produk yang hanya menggunakan citra sehat sebagai strategi komersial. Kajian mengenai literasi pangan menunjukkan bahwa konsumen memerlukan kombinasi pengetahuan, keterampilan, dan sikap untuk memahami informasi pangan, mengevaluasi dampaknya terhadap kesehatan, serta menerapkannya dalam keputusan sehari-hari (Silva et al., 2023).

Keputusan konsumsi sehat mencakup kemampuan memilih makanan bergizi, mengendalikan kuantitas dan frekuensi konsumsi, membaca label, membandingkan harga dan manfaat, serta

menyesuaikan pilihan pangan dengan kebutuhan kesehatan dan kemampuan ekonomi rumah tangga. Urgensi persoalan ini semakin kuat karena kualitas diet berhubungan dengan risiko penyakit tidak menular, status gizi, produktivitas, dan beban pembiayaan kesehatan, sementara akses terhadap makanan sehat tidak tersebar secara merata di seluruh kelompok sosial. Penelitian menunjukkan bahwa kelompok dengan kondisi sosial ekonomi lebih rendah cenderung menghadapi hambatan dalam memenuhi pedoman diet, sehingga intervensi literasi pangan perlu dipadukan dengan perhatian terhadap determinan sosial dan lingkungan konsumsi (Manna et al., 2024). Dengan demikian, perilaku konsumsi sehat tidak dapat dijelaskan hanya melalui preferensi individual atau pengetahuan gizi, sebab harga, ketersediaan, waktu, budaya, serta daya beli turut menentukan kemungkinan seseorang menerapkan pengetahuan tersebut. Hubungan antara pendidikan dan perilaku konsumsi menjadi penting karena pendidikan dapat membentuk kemampuan memahami informasi, menilai risiko, merencanakan pengeluaran, dan mempertimbangkan konsekuensi pilihan secara intertemporal.

Bukti empiris memperlihatkan bahwa wilayah dengan tingkat pendidikan lebih rendah menunjukkan frekuensi perilaku makan tidak sehat yang lebih tinggi, sedangkan tingkat pendidikan berkaitan dengan perbedaan pilihan tempat dan jenis konsumsi makanan (Banerjee & Zhao, 2022). Meskipun demikian, pendidikan umum tidak secara otomatis menghasilkan perilaku sehat apabila tidak disertai keterampilan praktis dalam mengelola anggaran, menafsirkan informasi kesehatan, dan menghadapi strategi pemasaran pangan. Di sinilah pendidikan ekonomi memperoleh relevansi strategis. Pendidikan ekonomi tidak hanya mengajarkan konsep pendapatan, kebutuhan, kelangkaan, biaya peluang, skala prioritas, dan pengambilan keputusan, tetapi juga dapat mengembangkan kemampuan konsumen untuk menghitung biaya konsumsi, membandingkan manfaat relatif, mengantisipasi risiko kesehatan, serta memilih alternatif yang efisien dan berkelanjutan. Literasi keuangan, sebagai salah satu hasil pendidikan ekonomi, terbukti berkaitan dengan peningkatan investasi rumah tangga pada kesehatan melalui perluasan sumber informasi, penguatan pengetahuan kesehatan, dan pengurangan kendala pendapatan (Ling et al., 2023).

Temuan lain menunjukkan adanya hubungan positif antara literasi keuangan dan konsumsi rumah tangga, termasuk konsumsi pangan, meskipun hubungan tersebut tidak selalu berarti bahwa pengeluaran yang lebih besar otomatis menghasilkan pilihan yang lebih sehat (Dinkova et al., 2021). Oleh karena itu, pendidikan ekonomi perlu diintegrasikan dengan literasi kesehatan dan literasi gizi agar konsumen mampu menghubungkan keputusan finansial dengan dampak kesehatan secara konkret. Literasi kesehatan memungkinkan individu memperoleh, memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan, sedangkan literasi gizi dan literasi pangan memperluas kemampuan tersebut ke dalam praktik pemilihan, pengolahan, dan konsumsi makanan. Ketiganya memiliki titik temu pada kemampuan memperoleh informasi, menganalisis kredibilitasnya, dan menerapkannya dalam perilaku, tetapi tetap memiliki cakupan pengetahuan dan tujuan yang berbeda (Truman et al., 2019).

Perbedaan ini penting karena seseorang dapat memahami harga dan menyusun anggaran, tetapi belum tentu mampu menilai kandungan gula, natrium, lemak, ukuran porsi, atau validitas klaim kesehatan pada kemasan. Sebaliknya, seseorang yang memiliki pengetahuan gizi mungkin mengetahui makanan yang lebih sehat, tetapi belum tentu mampu memilihnya secara konsisten ketika harga, waktu, dan keterbatasan pendapatan menjadi pertimbangan utama. Penelitian mengenai literasi pangan dan kesiapan membayar menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, kemampuan ekonomi, serta keamanan pangan rumah tangga saling berhubungan dalam membentuk pilihan terhadap makanan yang lebih sehat (Nam & Suk, 2024). Hal ini menegaskan bahwa pendidikan ekonomi berpotensi berfungsi sebagai mekanisme pemberdayaan konsumen, bukan sekadar sarana meningkatkan kemampuan mengelola uang. Melalui pembelajaran berbasis kasus, simulasi anggaran, analisis label, perbandingan harga satuan, dan evaluasi iklan pangan, peserta didik dapat dilatih untuk mengubah pengetahuan abstrak menjadi keputusan konsumsi yang rasional dan reflektif. Namun, literatur yang tersedia masih menunjukkan beberapa kesenjangan.

Kajian tentang pendidikan ekonomi umumnya lebih banyak menyoroti tabungan, investasi, utang, dan pengelolaan keuangan, sedangkan implikasinya terhadap konsumsi pangan dan kesehatan belum banyak dianalisis secara terpadu. Sebaliknya, penelitian literasi gizi sering menitikberatkan pada pengetahuan dan sikap tanpa menguji bagaimana kendala anggaran, struktur harga, atau kemampuan merencanakan pengeluaran memengaruhi penerapan pengetahuan tersebut. Perkembangan riset pemberdayaan konsumen memang telah mempertemukan tema pendidikan keuangan, kompetensi informasi, perilaku diet, dan literasi gizi, tetapi pendidikan sekolah masih belum menjadi fokus utama dalam agenda penelitian tersebut (Suk et al., 2023).

Selain itu, sebagian penelitian menggunakan desain potong lintang sehingga hubungan antara pendidikan, literasi, dan perilaku konsumsi belum dapat sepenuhnya ditafsirkan sebagai hubungan sebab-akibat. Kajian terbaru juga menunjukkan bahwa persepsi konsumen terhadap makanan sehat dipengaruhi oleh beragam isyarat informasi dan belum selalu memiliki definisi yang konsisten, sehingga diperlukan segmentasi konsumen dan pendekatan pendidikan yang lebih kontekstual (Shah et al., 2025). Dalam ruang digital, tantangan tersebut semakin kompleks karena informasi kesehatan, promosi produk, pengalaman pribadi, dan klaim tanpa dasar ilmiah dapat muncul secara bersamaan; karenanya, literasi digital perlu dipadukan dengan literasi kesehatan agar masyarakat mampu menyaring informasi sebelum menerapkannya (Saidah, 2026).

Berdasarkan persoalan tersebut, kajian ini berfokus pada hubungan antara pengetahuan ekonomi, literasi kesehatan, dan perilaku konsumsi masyarakat, khususnya pada mekanisme pendidikan ekonomi dalam membentuk kemampuan menilai manfaat, biaya, risiko, dan konsekuensi jangka panjang dari pilihan pangan. Kajian ini juga menelaah faktor individual dan struktural yang memperkuat atau membatasi pengaruh pendidikan, serta mengidentifikasi implikasi pedagogis dan kebijakan untuk mendorong konsumsi yang lebih sehat, rasional, inklusif, dan berkelanjutan. Dengan mengevaluasi kualitas pengambilan keputusan melalui lensa kesejahteraan, kajian ini bertujuan untuk melampaui perubahan perilaku yang bersifat superfisial menuju pemahaman mendalam tentang efektivitas intervensi pendidikan.

METODE PENELITIAN

Kajian ini mengadopsi metodologi sistematis yang mengadaptasi pendekatan tiga tahap untuk memastikan ketajaman analisis literatur terkait pendidikan ekonomi dan perilaku konsumsi kesehatan. Tahap pertama adalah identifikasi, yaitu merumuskan pertanyaan kajian, menetapkan ruang lingkup konseptual, serta menentukan kata kunci yang merepresentasikan variabel utama, seperti pendidikan ekonomi, literasi keuangan, literasi kesehatan, literasi gizi, perilaku konsumsi, pilihan pangan sehat, dan pengambilan keputusan konsumen. Perumusan ruang lingkup dilakukan dengan memandang pendidikan ekonomi bukan hanya sebagai pembelajaran mengenai pengelolaan uang, melainkan sebagai proses pembentukan kapasitas individu dalam menilai manfaat, biaya, risiko, dan konsekuensi jangka panjang dari keputusan konsumsi. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip tinjauan sistematis yang menuntut adanya pertanyaan yang jelas, strategi pencarian eksplisit, kriteria seleksi yang telah ditentukan, serta metode sintesis yang dapat dipertanggungjawabkan (Cecchini et al., 2018); Stanley et al., 2022). Tahap kedua adalah penyaringan dan penilaian kelayakan sumber. Seluruh hasil penelusuran dihimpun, kemudian diperiksa untuk menghapus artikel duplikat dan menilai kesesuaian judul, abstrak, serta isi dengan fokus kajian. Kriteria inklusi mencakup artikel penelitian atau tinjauan ilmiah yang telah melalui penelaahan sejawat, membahas pendidikan ekonomi, literasi finansial, literasi kesehatan, literasi pangan atau gizi, dan mengaitkannya dengan keputusan konsumsi, pilihan pangan, investasi kesehatan, atau perilaku kesejahteraan rumah tangga. Artikel yang hanya membahas pengelolaan keuangan tanpa dimensi kesehatan, literatur nonakademik, artikel dengan informasi metodologis yang tidak memadai, serta publikasi yang tidak relevan dengan konteks konsumsi dikeluarkan dari analisis. Proses seleksi dilakukan secara bertahap melalui identifikasi, penyaringan, pemeriksaan kelayakan, dan penetapan

artikel yang akhirnya dimasukkan, suatu alur yang lazim digunakan untuk mendokumentasikan transparansi tinjauan literatur (Affandi et al., 2024).

Kualitas sumber dinilai berdasarkan kejelasan tujuan, ketepatan desain penelitian, karakteristik sampel, validitas instrumen, transparansi analisis, dan konsistensi antara data serta kesimpulan. Tahap ketiga adalah ekstraksi dan sintesis temuan. Informasi dari setiap artikel dicatat dalam matriks yang memuat identitas publikasi, tahun terbit, lokasi penelitian, karakteristik responden, konsep atau variabel yang digunakan, metode penelitian, temuan utama, keterbatasan, dan relevansinya terhadap pertanyaan kajian. Sintesis dilakukan secara tematik, bukan melalui penggabungan statistik, karena penelitian yang ditelaah diperkirakan memiliki desain, populasi, indikator literasi, serta ukuran perilaku konsumsi yang beragam. Temuan kemudian dikelompokkan ke dalam tema hubungan pendidikan ekonomi dengan literasi kesehatan, mekanisme pembentukan keputusan konsumsi, pengaruh faktor individual dan struktural, serta kesenjangan penelitian. Kerangka antecedents–decisions–outcomes digunakan secara adaptif untuk menelusuri faktor pendahulu, proses pengambilan keputusan, dan konsekuensi konsumsi yang dilaporkan dalam literatur (Shah et al., 2025).

Selanjutnya, hasil-hasil yang sejalan dibandingkan untuk menemukan pola umum, sedangkan temuan yang berbeda dianalisis berdasarkan perbedaan konteks sosial-ekonomi, tingkat pendidikan, akses pangan, harga, budaya, dan sumber informasi. Prosedur ini memungkinkan kajian tidak hanya merangkum hasil penelitian, tetapi juga mengevaluasi kekuatan bukti, mengidentifikasi keterbatasan metodologis, dan merumuskan implikasi bagi pendidikan serta kebijakan. Sebagai pengendalian bias, proses pencarian, seleksi, dan interpretasi dilakukan dengan mencatat alasan inklusi atau eksklusi setiap sumber, membedakan temuan empiris dari argumentasi konseptual, dan menghindari generalisasi yang tidak didukung oleh desain penelitian. Dengan demikian, metodologi ini menghasilkan sintesis yang transparan dan kritis mengenai cara pendidikan ekonomi berinteraksi dengan literasi kesehatan dalam membentuk keputusan konsumsi yang lebih rasional, sehat, inklusif, dan berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan ekonomi berperan krusial dalam mentransformasi literasi kesehatan menjadi perilaku konsumsi yang preventif dengan membekali individu kapasitas kognitif untuk mengevaluasi *trade-off* antara harga pangan dan nilai nutrisi jangka panjang. Dalam konteks ini, pendidikan ekonomi tidak berhenti pada kemampuan menghitung pendapatan, pengeluaran, atau tabungan, tetapi mencakup pemahaman mengenai kelangkaan, pilihan, biaya peluang, manfaat marjinal, risiko, preferensi, serta konsekuensi keputusan konsumsi terhadap kesehatan dan kesejahteraan rumah tangga. Individu yang memahami prinsip biaya peluang, misalnya, dapat menyadari bahwa penghematan melalui pembelian makanan murah dengan kandungan gula, garam, atau lemak yang tinggi dapat menimbulkan biaya kesehatan yang lebih besar pada masa mendatang. Sebaliknya, pengeluaran yang sedikit lebih tinggi untuk pangan bergizi dapat dipahami sebagai investasi kesehatan karena berpotensi mendukung kebugaran, produktivitas, kualitas hidup, dan pencegahan penyakit.

Hubungan tersebut menunjukkan bahwa keputusan konsumsi sehat pada dasarnya merupakan keputusan ekonomi sekaligus keputusan kesehatan, sebab konsumen harus mengalokasikan sumber daya yang terbatas untuk memperoleh manfaat fisik dan sosial yang optimal. Pendidikan ekonomi juga membantu individu membedakan antara kebutuhan dan keinginan, menetapkan prioritas konsumsi, menyusun anggaran pangan, membandingkan harga berdasarkan ukuran dan kualitas, serta menghindari pembelian impulsif yang didorong oleh promosi, kemasan, atau tren. Penelitian mengenai edukasi ekonomi dan literasi finansial menunjukkan bahwa pemahaman tentang kelangkaan, pilihan, biaya peluang, dan penyusunan anggaran dapat meningkatkan kemampuan peserta dalam mengenali pemborosan serta memprioritaskan kebutuhan utama

Pembelajaran ekonomi dapat diarahkan untuk menghubungkan konsep abstrak dengan persoalan sehari-hari, seperti memilih antara minuman berpemanis dan air putih, makanan cepat saji dan pangan lokal, atau produk yang murah dalam jangka pendek dan produk yang lebih sehat dalam perspektif jangka panjang. Peran pendidikan ekonomi menjadi semakin penting karena pengetahuan kesehatan saja belum tentu menghasilkan perubahan perilaku. Seseorang dapat mengetahui manfaat sayur, buah, protein, dan pola makan seimbang, tetapi tetap memilih pangan kurang sehat apabila harga, waktu, selera, lingkungan sosial, atau akses terhadap makanan bergizi menjadi kendala. Temuan dalam literatur menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap memang berkaitan dengan perilaku diet serta kesediaan membayar lebih untuk pangan sehat, tetapi hubungan tersebut juga dipengaruhi oleh kondisi keamanan pangan dan kemampuan ekonomi rumah tangga (Nam & Suk, 2024). Artinya, pendidikan ekonomi berfungsi sebagai mekanisme penghubung antara “mengetahui apa yang sehat” dan “mampu memilih serta membeli makanan yang sehat”. Melalui literasi ekonomi, individu belajar menilai keterjangkauan pangan secara lebih komprehensif, bukan sekadar melihat harga nominal, melainkan mempertimbangkan ukuran porsi, kepadatan zat gizi, daya simpan, biaya pengolahan, dan manfaat kesehatan.

Pendekatan ini memungkinkan konsumen memahami bahwa makanan sehat tidak selalu identik dengan produk mahal atau berlabel premium. Pangan lokal, musiman, dan minim pengolahan dapat menjadi pilihan ekonomis apabila konsumen memiliki keterampilan merencanakan menu, membuat daftar belanja, membandingkan harga, memanfaatkan bahan secara efisien, dan mengurangi pemborosan makanan. Pada tingkat rumah tangga, pendidikan ekonomi dapat memperkuat kemampuan pengambilan keputusan melalui perencanaan anggaran pangan mingguan, pengalokasian dana untuk bahan pokok bergizi, serta evaluasi rutin terhadap pola pengeluaran. Keputusan tersebut perlu disertai literasi kesehatan dan literasi gizi agar konsumen dapat membaca label, memahami ukuran saji, membandingkan kandungan energi dan zat gizi, serta menilai klaim kesehatan yang digunakan dalam pemasaran.

Studi mengenai label informasi pangan menunjukkan bahwa harga dan karakteristik makanan sehat memengaruhi perhatian konsumen terhadap label, sementara informasi pada label turut memediasi keputusan pembelian (Junaidi & Dahlan, 2024). Oleh karena itu, pendidikan ekonomi dan literasi kesehatan sebaiknya diajarkan secara terpadu, bukan sebagai kompetensi yang terpisah. Pendidikan ekonomi memberikan kerangka untuk menilai manfaat dan biaya, sedangkan literasi kesehatan menyediakan dasar untuk memahami kualitas serta risiko produk yang dipilih. Integrasi keduanya dapat membentuk konsumen yang tidak hanya rasional secara finansial, tetapi juga kritis terhadap informasi kesehatan yang bias, berlebihan, atau bersifat komersial.

Ekosistem digital, kemampuan tersebut semakin diperlukan karena konsumen menerima informasi pangan melalui iklan, media sosial, ulasan pengguna, *influencer*, dan algoritma platform. Paparan informasi yang tinggi tidak selalu menghasilkan keputusan yang lebih baik; konsumen perlu mampu memeriksa sumber, membedakan bukti ilmiah dari promosi, serta mengenali strategi persuasi yang mengeksploitasi kecemasan terhadap berat badan atau penampilan. Kajian tentang literasi digital, pangan, kesehatan, gizi, media, dan finansial menunjukkan bahwa berbagai bentuk literasi tersebut saling berhubungan dalam membentuk kemampuan memilih makanan sehat, terutama dalam lingkungan ritel pangan daring (Stanley et al., 2022). Dengan demikian, pendidikan ekonomi kontemporer perlu memasukkan kompetensi evaluasi informasi digital, pemahaman perilaku konsumen, perlindungan konsumen, dan kesadaran terhadap praktik pemasaran. Secara perilaku, pendidikan ekonomi dapat memengaruhi konsumsi sehat melalui beberapa mekanisme. Pertama, pendidikan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan numerik sehingga konsumen dapat membandingkan harga, ukuran, kandungan gizi, dan manfaat produk secara lebih akurat.

Kedua, pendidikan membentuk sikap jangka panjang dengan memperkenalkan gagasan bahwa kesehatan merupakan modal manusia yang memengaruhi kemampuan belajar, bekerja, dan memperoleh pendapatan. Ketiga, pendidikan memperkuat kendali diri melalui kebiasaan membuat rencana belanja dan menetapkan batas pengeluaran. Keempat, pendidikan mendorong refleksi

terhadap konsekuensi eksternal konsumsi, termasuk dampak terhadap keluarga, sistem kesehatan, lingkungan, dan keberlanjutan pangan. Bukti terbaru menunjukkan adanya hubungan negatif antara literasi finansial dan indeks massa tubuh, tetapi penelitian tersebut juga menegaskan bahwa hubungan itu bersifat korelasional dan belum membuktikan kausalitas karena kemungkinan adanya masalah endogenitas serta desain potong lintang (Ogura et al., 2025).

Temuan ini penting karena memperlihatkan potensi literasi finansial sebagai salah satu faktor yang berkaitan dengan perilaku kesehatan, sekaligus mengingatkan bahwa pendidikan tidak boleh dipandang sebagai satu-satunya penentu. Pendapatan, harga pangan, akses geografis, budaya makan, waktu memasak, fasilitas penyimpanan, pengaruh keluarga, teman sebaya, dan lingkungan ritel dapat memperkuat atau melemahkan pengaruh pendidikan. Oleh sebab itu, pendekatan yang menyalahkan individu ketika gagal menerapkan konsumsi sehat perlu dihindari. Konsumen mungkin memiliki pengetahuan dan motivasi yang baik, tetapi menghadapi keterbatasan anggaran, ketersediaan pangan sehat yang rendah, atau harga pangan bergizi yang tidak terjangkau. Implikasi bagi pendidikan adalah perlunya model pembelajaran kontekstual, praktis, dan berbasis pengalaman. Di sekolah, materi ekonomi dapat menggunakan studi kasus belanja pangan keluarga, simulasi penyusunan menu dengan anggaran terbatas, latihan membaca label, analisis iklan makanan, serta proyek kewirausahaan yang mengembangkan produk pangan sehat.

Di perguruan tinggi, mahasiswa dapat dilatih menganalisis perilaku konsumen, ketimpangan akses pangan, kebijakan harga, dan hubungan antara keputusan rumah tangga dengan beban penyakit. Pada pendidikan masyarakat, pelatihan dapat diarahkan kepada orang tua, pengelola kantin, pelaku usaha kecil, dan komunitas agar pengetahuan ekonomi serta gizi diterapkan dalam pengadaan, pengolahan, penetapan harga, dan penyajian pangan. Program literasi gizi berbasis pendekatan ekonomi menunjukkan bahwa penguatan pemahaman mengenai hubungan pola makan sehat dan pengelolaan keuangan dapat diikuti oleh perubahan konsumsi yang lebih selektif serta peningkatan inovasi produk pangan sehat pada tingkat lokal (Fauzi et al., 2025).

Implikasi kebijakan publiknya adalah bahwa promosi konsumsi sehat harus menggabungkan intervensi pendidikan dengan perbaikan lingkungan pilihan. Pemerintah perlu memperkuat pendidikan ekonomi-kesehatan dalam kurikulum, menyediakan informasi label yang sederhana dan terstandar, mengatur klaim kesehatan, meningkatkan akses terhadap pangan bergizi, serta memberikan insentif bagi produsen dan pedagang yang menyediakan pilihan sehat dengan harga terjangkau. Kebijakan subsidi, bantuan pangan, pengadaan makanan sekolah, pajak atas produk dengan kandungan gula atau garam tinggi, dan kampanye publik perlu dirancang berdasarkan prinsip keadilan agar tidak membebani kelompok berpendapatan rendah. Selain itu, evaluasi kebijakan harus mengukur bukan hanya peningkatan pengetahuan, tetapi juga perubahan kemampuan menganggarkan, kualitas pilihan pangan, keterjangkauan, dan keberlanjutan perilaku. Pada akhirnya, pendidikan ekonomi dapat menjadi instrumen penting untuk membentuk konsumen yang mampu menghubungkan keputusan finansial sehari-hari dengan kesehatan jangka panjang. Namun, efektivitasnya akan lebih besar apabila didukung oleh literasi kesehatan, akses pangan yang setara, informasi yang transparan, dan lingkungan kebijakan yang memungkinkan pilihan sehat menjadi pilihan yang realistis, terjangkau, dan mudah dilakukan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Sintesis literatur menunjukkan bahwa pendidikan ekonomi berperan krusial dalam membangun model mental yang lebih rasional, yang memungkinkan individu mengoptimalkan pengambilan keputusan lintas waktu terkait kesehatan dan kesejahteraan finansial. Peran tersebut tidak hanya terbatas pada kemampuan menghitung harga dan mengelola anggaran, tetapi juga mencakup kapasitas menilai trade-off antara biaya, manfaat kesehatan, risiko konsumsi, serta konsekuensi jangka panjang dari pilihan pangan. Namun, hubungan antara literasi finansial dan perilaku kesehatan perlu ditafsirkan secara hati-hati karena bukti yang tersedia masih menunjukkan

asosiasi, bukan hubungan kausal yang pasti, dan dipengaruhi oleh faktor pendidikan, pendapatan, preferensi waktu, serta karakteristik sosial-demografis lainnya.

Rekomendasi bagi praktik pendidikan adalah memasukkan pembelajaran berbasis masalah melalui simulasi anggaran pangan, perbandingan harga dan kandungan gizi, analisis label serta iklan, dan perencanaan menu sesuai kondisi ekonomi rumah tangga. Pembelajaran juga perlu disesuaikan dengan konteks kelompok sasaran, menggunakan bahasa yang mudah dipahami, serta mempertimbangkan keterbatasan akses pangan, waktu, fasilitas, dan pendapatan agar tidak berubah menjadi pendekatan yang menyalahkan individu. Bagi penelitian selanjutnya, diperlukan studi longitudinal, eksperimen pendidikan, dan evaluasi program dengan kelompok pembandingan untuk menguji apakah peningkatan literasi ekonomi benar-benar menghasilkan perubahan perilaku konsumsi dan status kesehatan. Penelitian juga perlu mengembangkan instrumen pengukuran yang mencakup kemampuan numerik, literasi gizi, evaluasi informasi digital, pengendalian diri, dan praktik penganggaran, serta menganalisis perbedaan dampak berdasarkan usia, gender, pendapatan, wilayah, dan tingkat pendidikan. Pada tingkat kebijakan, intervensi pendidikan perlu dipadukan dengan subsidi atau insentif harga karena penurunan harga pangan sehat terbukti dapat meningkatkan pembelian buah dan sayuran, terutama apabila dilakukan secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, A., Purwaningsih, Y., Hakim, L., & Mulyaningsih, T. (2024). Interplay between poverty, poverty eradication and sustainable development: A semi-systematic literature review. *Global Transitions*, 7, 1–20. <https://doi.org/10.1016/j.glt.2024.11.001>
- Banerjee, T., & Zhao, H. (2022). Eating out and eating right: Understanding the relationship between food consumption decision and education using comprehensive consumer level data. *Applied Economics*, 55(31), 3609–3622. <https://doi.org/10.1080/00036846.2022.2117272>
- Cecchini, L., Torquati, B., & Chiorri, M. (2018). Sustainable agri-food products: A review of consumer preference studies through experimental economics. *Agricultural Economics (Zemědělská ekonomika)*, 64(12), 554–565. <https://doi.org/10.17221/272/2017-agricecon>
- Dinkova, M., Kalwij, A., & Alessie, R. (2021). Know More, Spend More? The Impact of Financial Literacy on Household Consumption. *De Economist*, 169(4), 469–498. <https://doi.org/10.1007/s10645-021-09391-4>
- Fauzi, F., Surya, A. P., Juniarti, S., & Bahanan, I. M. (2025). Pengembangan Literasi Gizi Berbasis Pengabdian Masyarakat sebagai Fondasi Pembangunan Berkelanjutan. *Joong-Ki Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 197–206. <https://doi.org/10.56799/joongki.v5i1.11937>
- Huangfu, P., Pearson, F., Abu-Hijleh, F. M., Wahlich, C., Willis, K., Awad, S. F., Abu-Raddad, L. J., & Critchley, J. (2024). Impact of price reductions, subsidies, or financial incentives on healthy food purchases and consumption: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet Planetary Health*, 8(3). [https://doi.org/10.1016/s2542-5196\(24\)00004-4](https://doi.org/10.1016/s2542-5196(24)00004-4)
- Junaidi, D., & Dahlan, K. S. S. (2024). Labelisasi gizi pada kemasan makanan siap saji terhadap keputusan pembelian. *Entrepreneurship Bisnis Manajemen Akuntansi (E-BISMA)*, 292–306. <https://doi.org/10.37631/ebisma.v5i2.1141>
- Ling, X., Wang, L., Pan, Y., & Feng, Y. (2023). The Impact of Financial Literacy on Household Health Investment: Empirical Evidence from China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2229. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032229>
- Manna, A., Vidgen, H. A., & Gallegos, D. (2024). Examining the effectiveness of food literacy interventions in improving food literacy behavior and healthy eating among adults belonging

- to different socioeconomic groups- a systematic scoping review. *Systematic Reviews*, 13(1), 221. <https://doi.org/10.1186/s13643-024-02632-y>
- Nam, S., & Suk, J. (2024). Influence of health food literacy on willingness to pay for healthier foods: focus on food insecurity. *International Journal for Equity in Health*, 23(1), 80. <https://doi.org/10.1186/s12939-024-02135-1>
- Ogura, K., Nabeshima, H., Kiba, T., Aizawa, S., Nagahama, H., Izumi, H., Khan, M. S. R., & Kadoya, Y. (2025). Economic Rationality and Health Behavior: Investigating the Link Between Financial Literacy and the BMI. *Behavioral Sciences*, 15(5), 632. <https://doi.org/10.3390/bs15050632>
- Ramazalena, R., Jannah, M., Kardiati, D., & Muslem. (2025). Edukasi Ekonomi Cerdas: Membekali Mahasiswa Baru dengan Pemahaman Dasar Ilmu Ekonomi dan Literasi Finansial. *Jurnal Pengabdian Ekonomi Dan Sosial (JPES)*, 4(2), 16–23. <https://doi.org/10.29103/jpes.v4i2.25804>
- Saidah, N. (2026). Hubungan Paparan Konten Diet Sehat Dan Diet Restriktif Di Media Sosial Serta Body Dissatisfaction Dengan Perilaku Diet Pada Siswi Kelas Xi Sma Assaadah Bungah.
- Shah, P., Mahajan, H., Sompura, N. H., Sunil, A., & Naldurgakar, R. (2025). Consumer Decision-Making Processes Regarding Healthy Food Choices: A Systematic Literature Review and Future Research Agenda. *International Journal of Consumer Studies*, 49(1). <https://doi.org/10.1111/ijcs.70021>
- Silva, P., Araújo, R., Lopes, F., & Ray, S. (2023). Nutrition and Food Literacy: Framing the Challenges to Health Communication. *Nutrients*, 15(22), 4708. <https://doi.org/10.3390/nu15224708>
- Stanley, K. C., Harrigan, P., Serrano, E., & Kraak, V. I. (2022). A systematic scoping review of the literacy literature to develop a digital food and nutrition literacy model for low-income adults to make healthy choices in the online food retail ecosystem to reduce obesity risk. *Obesity Reviews*, 23(4). <https://doi.org/10.1111/obr.13414>
- Suk, J., Li, X., & Hwang, H. (2023). A systematic review of consumer empowerment research trends: Evidence from esteemed consumer studies journals. *Journal of Consumer Affairs*, 57(3), 1423–1452. <https://doi.org/10.1111/joca.12552>
- Truman, E., Bischoff, M., & Elliott, C. (2019). Which literacy for health promotion: health, food, nutrition or media? *Health Promotion International*, 35(2), 432–444. <https://doi.org/10.1093/heapro/daz007>