

인도네시아인의 식생활 양상 및 선호음식 분석

박찬윤 · 한성림[†]

서울대학교 생활과학대학 식품영양학과

Diet- Related Behaviors and Food Preference of Indonesian

Chan Yoon Park, Sung Nim Han[†]

Department of Food and Nutrition, College of Human Ecology, Seoul National University, Seoul, Korea
Multicultural Human Ecology Center, Research Institute of Human Ecology, College of Human Ecology,
Seoul National University, Seoul, Korea

Abstract

As Korea is moving toward multicultural society, the number of Muslim, whose religion has a great influence on diet-related behaviors, is increasing in Korea. Since the number of immigrants from Indonesia ranks within top ten in Korea and Indonesia is one of the most representative Islamic countries in Asia, understanding the diet-related behaviors and food preferences of Indonesians is needed. This study was conducted to investigate diet-related behaviors, factors affecting the diet-related perceptions, and food preferences of the Indonesians. The subjects included 500 Indonesians dwelling in Jakarta, Indonesia. About ninety % of the subjects in this study were Muslims. They did not eat pork and dog meat for religious reason and they practiced fasting during Ramadan period. Indonesians avoided pineapple, durian, and hot foods during pregnancy and usually ate vegetables and fruits after birth, which seemed to be due to sociocultural influence. Among the subjects, 21.5% were obese and major health problems reported were hypertension and hyperlipidemia. Their preference for fried food items might have contributed to health problems. Subjects had meals mostly at home (2.3 times/day) and dined out occasionally (1.2 times/ week) at Indonesian restaurants (56.6%) or family restaurants (21.0%). In conclusion, Indonesians had home-based and native food-oriented dietary life with strong religious and sociocultural influence on food choices. Further research on specific nutrient intake analysis is needed to better understand and to improve dietary life of Indonesians in Korea. (*Korean J Community Nutr* 19(1) : 41~50, 2014)

KEY WORDS : Indonesian Muslim · diet-related behavior · food preference · dietary life

서론

지난 10년간 국내에 체류하는 외국인의 수는 매년 증가하여, 현재는 주민등록인구의 2.8%에 해당하는 1,409,577명(2012년 기준)의 외국인이 체류중인 것으로 집계되었다(Ministry of security and public administration 2012). 이들의 국적은 중국(48.6%), 미국(9.5%), 그리고 베트남(8.35%) 등이며, 국내로 이주한 이유는 유학, 취업, 결혼 등이다. 직장과 학교 그리고 가정으로의 외국인 이민자들의 유입은 한국사회가 다양한 영역에서 다문화 사회로 진입하고 있음을 보여준다. 이러한 변화는 사회적인 갈등을 동반하므로, 한국사회는 과거의 단일 민족과 단일 문화라는 패러다임을 벗어나, 문화 다양성을 인정하고 생활양식의 차이를 이해하여 다문화사회로 진입하려는 노력이 필요하다(Kang

접수일: 2014년 1월 3일 접수

수정일: 2014년 2월 19일 수정

채택일: 2014년 2월 25일 채택

*This work was supported by the Multicultural Human Ecology Center at the Research Institute of Human Ecology, Seoul National University.

[†]Corresponding author: Sung Nim Han, Department of Food and Nutrition, College of Human Ecology, Seoul National University, Seoul 151-742, Korea

Tel: (02) 880-6836, Fax: (02) 884-0305

E-mail: snhan@snu.ac.kr

This is an Open-Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

2006; Kim 2006; Jang 2007). 현재 인도네시아에서는 36,971명이 국내로 이주하였으며(Korea immigration service 2011), 이슬람 문화권의 국가로서는 인도네시아가 유일하게 상위 10위권의 이민자 출신국가(인구 수 기준)에 속한다(Son 등 2012).

인도네시아는 이슬람교가 국교로 정해진 것은 아니지만, 무슬림의 비율이 전체인구 중 87%로서 세계에서 매우 높은 편이다. 기독교, 불교와 함께 3대 종교 중 하나로 꼽히는 이슬람교는 식생활을 비롯한 일상생활에서 행동의 규제를 요구하며 대부분의 무슬림은 이를 이행한다. 특히 이슬람교에서는 종교서인 ‘쿠란’에 기초하여 인간에게 허용된 음식과 금지된 음식을 엄격하게 구분한다(Um 2011). 뿐만 아니라 허용된 식품이라도 적절한 재료 손질 및 조리법을 거쳐야만 무슬림들이 먹을 수 있는 ‘할랄’이 된다. 이러한 까다로운 제약 때문에, 국내에 거주하는 인도네시아인들이 겪는 문제 중 대표적인 것은 식생활이라고 한다(Kim 2008; Song 2011; Ham 1995). 인도네시아는 고온 다습한 열대성 기후에 속해 있어 일찍이 농경문화가 발달하였고, 벼를 많이 재배하고 쌀을 주식으로 한다는 점 그리고 주식과 부식의 구별이 뚜렷하다는 점이 한국과 비슷하다(Kim 1992). 그러나 쌀을 제외하면, 한국인들이 섭취하는 음식들 중 다수가 무슬림의 금기음식에 속하기 때문에, 국내에 거주하는 인도네시아인들은 식생활의 측면에서 문화적 충돌과 내면적 갈등을 겪고 있으며, 식생활에 대한 불편함은 한국에서의 삶의 질을 저하시킬 수 있다(Lee 등 2001; Song 2011).

말레이시아 등의 이슬람권 국가 들 뿐 아니라 미국, 유럽 등 비이슬람권 국가에도 할랄 인증제가 도입되어 시행되고 있다(Oh 2012). 하지만 한국사회에서 이슬람 문화는 아직 생소하여, 할랄 식품이나 인도네시아인들의 식생활에 대한 일반인들의 관심과 지식도 부족하고, 이에 관한 전문자료나 연구는 더욱 미흡한 실정이다. 이미 다문화 사회의 초입에 들어선 한국사회에서, 이슬람 문화를 이해하기 위한 식생활 연구가 필요하다고 여겨진다. 한편, 전세계 무슬림 인구는 16억 명(세계 인구의 25%)으로 그들을 위한 식품 시장규모는 2010년 기준 약 6,500억 달러(세계 식품 시장의 13%)로 파악되고 있으며 그 중 아시아의 할랄 식품 시장이 가장 규모가 크다(Um 2011). 따라서 무슬림의 비율이 높은 인도네시아인의 식생활에 대한 연구는 국내에 거주하는 인도네시아인들의 식문화와 그 종교적, 문화적 배경을 이해하는데 도움을 줄 수 있으며, 아시아 할랄 식품시장으로의 진출을 위한 준비차원에서 그 의의를 갖는다. 이에 본 연구에서는 인도네시아에 거주하는 사람들의 음식 선호도와 식습관 및 생활양상 등을 조사하여 그들의 식생활의 특징과

선호하는 음식 그리고 그에 영향을 미치는 요인들에 대해 살펴 보았다.

연구 대상 및 방법

1. 연구 대상 및 기간

본 연구는 인도네시아 자바섬의 자카르타에 거주하는 인도네시아인 500명을 대상으로 2011년 10월 1일부터 10월 30일 까지 설문조사를 시행하였다. 연령 분포는 10대에서부터 60대까지이며, 남성과 여성 모두가 설문에 참여하였다. 총 500장의 설문지를 배포하였으며 481장이 회수되어 96.2%의 회수율을 보였다. 주관식 문항의 경우 회수된 모든 설문지를, 객관식 문항의 경우는 설문에 불충분하게 응답한 사람을 제외한 409명의 설문지를 분석하였다.

2. 연구 내용 및 방법

설문지는 인도네시아어로 작성되었으며 대상자들의 일반적인 특성, 건강행태, 종교적 행위 이행빈도, 식생활관련 행태 및 인식, 식품 섭취빈도, 선호식품 등으로 구성되었다. 일반적인 개인의 인적 정보를 묻는 문항은 5지선다형으로, 이슬람교의 인식에 대한 행동을 알아보기 위한 문항들은 5점 척도로(항상 한다/자주한다/가끔 한다/거의 하지 않는다/전혀 하지 않는다)로 구성하였다. 건강행태와 식생활에 관련된 문항들은 ‘예/아니오’로 답하게 하거나, 5지선다형 문항을 이용하였다. 이용하는 음식점이나 식재료 구입처를 묻는 질문 등에서는 1순위, 2순위 등으로 중복 응답하도록 하였다. 선호음식에 관련된 문항들은 주관식으로 응답하게 하였으며 각 문항당 최대 3개까지 중복 응답하도록 하였다. 분석한 409명의 설문지의 항목무응답(일부 문항 값 결측) 중 무응답률이 낮은 문항의 경우는 ‘no answer’ 처리하고, 높은 문항의 경우엔 문항에 응답한 사람수를 기준으로 통계처리 하였다. 주관식 문항의 경우엔 문항별로 응답/무응답의 편차가 커서 문항별로 응답한 사람 수만큼 통계처리 하였다.

3. 통계 분석

본 연구의 모든 자료는 SPSS program(version 19.0; SPSS Inc., Chicago, IL)을 사용하여 분석하였다. 조사항목별로 평균 \pm 표준편차 또는 % (number)로 표시하였다. 종속변수가 연속변수인 경우 그룹에 따른 비교는 정규성의 확인 후 독립표본 T검정을, 이산변수인 경우는 교차분석(Chi-square test)로 유의성을 검증하였다. 그 외 요인간의 상호관계와 그룹별 요인의 수를 구하기 위해 상관분석과 빈도분석을 이용하였다. 주관식문항의 경우 숫자로 코딩하

여 빈도분석 하였다. $p < 0.05$ 를 통계적으로 유의한 결과로 해석하였다.

결 과

1. 일반적인 특성

연구대상자의 일반적인 특성은 Table 1에 제시되어 있다. 성별분포는 남성 63.3%와 여성 36.7%로 남성의 비율이 높았으며, 연령분포는 30대가 33.5%로 가장 많았다. 인도네시아는 국가 특성상 의무적으로 종교를 가지도록 되어 있어, 종교생활을 하지 않더라도 명목상의 종교를 누구나 가지고 있기 때문에 무교의 비율이 낮다(Driane & Hall 1991). 연구대상자 중 90.5%가 본인이 이슬람교 신자라고 응답하였는데, 이는 그 다음으로 높은 비율의 종교인 기독교 2.9%에 비해 30배 이상의 높은 수치이다. 인도네시아의 1인당 국민소득이 \$ 3,797.00이고(Ministry of foreign

Table 1. The general characteristics of the subjects

Variables		N	%
Gender	Male	259	63.3
	Female	150	36.7
Age	≤ 19	34	8.8
	20 – 29	97	22.0
	30 – 39	132	33.5
	40 – 49	112	26.7
	50 – 59	29	7.1
	≥ 60	5	1.5
Religion	Muslim	370	90.5
	Christianity	12	2.9
	Buddhism	2	0.5
	Etc.	6	1.4
	No answer	19	4.6
Education	≤ Elementary	29	7.1
	Middle	75	18.3
	High	183	44.7
	College	116	28.4
	No answer	6	1.5
Income (100,000Rp/month)	< 10	20	5.0
	10 ≤ Income < 30	106	26.1
	30 ≤ Income < 50	75	18.5
	50 ≤ Income < 70	34	8.2
	70 ≤ Income < 90	20	5.0
	90 ≤ Income < 110	18	4.3
	110 ≤	52	12.9
	No answer	84	20.5
	Occupation	Yes	339
No		65	15.9
No answer		5	2.2
Total		409	100.0

affairs Republic of Korea 2013), 인도네시아의 화폐단위인 루피아가 10,000 Rp = \$1.00 정도임을 감안하면, 인도네시아인의 한달 기준 평균 수입은 3,164,000 Rp 정도이다. 본 연구의 대상자들은 월 평균 수입이 1,000,000~3,000,000 Rp에 해당하는 사람들이 26.1%로 가장 많았고, 1인당 국민 소득이 속한 범위인 3,000,000 Rp에서 5,000,000 Rp 사이가 18.5%, 11,000,000 Rp 이상인 사람이 12.9%, 5,000,000~7,000,000 Rp가 8.2%를 차지하여 다양한 소득분포를 보였다. 수입이 있는 직업을 가진 사람의 비율은 82.9% 였다.

연구대상자들의 기본적인 신체적 특성은 Table 2와 같다. 평균 신장과 체중은 남성이 168.0 cm 와 64.4 kg, 여성이 161.1 cm와 54.5 kg이었다. BMI는 남성이 여성보다 높았고, BMI가 25 이상인 사람의 비율도 남성이 24.4%로 여성의 16.7%보다 높았다. 규칙적인 운동의 여부는 남녀간에 유의적인 차이가 있었으며 ($p = 0.015$), 남성의 경우 50.2%가 규칙적으로 운동한다고 답하여 여성 (38.7%) 보다 높은 비율을 보였다. 건강 보조 식품을 섭취하는 사람의 비율은 남녀간에 차이가 없었으며 전체의 56.7%가 섭취한다고 응답하였다. 흡연의 여부는 남녀간에 매우 유의적인 차이가 있었으며 ($p < 0.001$) 남성의 흡연율이 50.2%로 여성의 흡연율인 9.3% 보다 매우 높았다.

연구대상자들이 자가 응답한 본인의 질병력은 Table 3에 제시되었다. 해당질환이 있다고 답한 비율이 10%가 넘는 질병들을 살펴보면, 고혈압(12.2%), 고지혈증(10.5%), 위장관 질병(10.8%)이 있었다. 그 외에는 소화관 질환, 당뇨 순으로 높은 비율을 보였다.

2. 종교적 특성

연구대상자 중 370명(90.5%)이 본인의 종교가 이슬람교라고 답하였는데 이슬람교 신자들은 식품의 선택과 식생활에 있어 종교의 직접적인 영향을 받는다. 이슬람교에서 요구하는 공통의 생활방식을 인도네시아인들이 얼마나 따르고 있는지 알아보기 위하여, 대표적인 종교 행위들(‘하루에 기도 5번하기’, ‘쿠란을 읽기’, ‘라마단 기간에 금식’)을 조사하였으며 그 결과는 Table 4와 같다. ‘항상’ 그리고 ‘자주’ 5번씩 기도를 한다고 응답한 사람의 비율은 79.4%, ‘항상’ 그리고 ‘자주’ 쿠란을 읽는다고 답한 비율은 40.4%였다. 또한 ‘항상’ 그리고 ‘자주’ 라마단 금식에 참여한다고 응답한 비율은 무려 93.2%에 달하였다. 이에 근거하였을 때 인도네시아인의 종교적 신념은 삶의 행동으로 반영되는 정도가 높으며, 그 중에서도 9월 한달 간 해가 뜰 때부터 질 때까지 금식하는 행위인 라마단 금식에 대한 참여 정도가 매우 높은 것

Table 2. Anthropometric characteristics and health-related behavior of the subjects

		Male (N = 259)	Female (N = 150)	Total (N = 409)	t-value	χ ² -value
Height (cm)		168.0 ± 6.8 ¹⁾	161.1 ± 8.8	165.5 ± 8.3		
Weight (kg)		64.4 ± 11.9	54.5 ± 10.0	60.8 ± 12.2		
BMI (kg/m ²)		22.8 ± 4.0	21.1 ± 4.2		4.083**	
	< 18.5	19 (7.3) ²⁾	42 (28.0)			
	18.5 – 22.9	125 (48.3)	66 (44.0)			
	23 – 24.9	52 (20.1)	17 (11.3)			
	25 – 29.9	60 (23.2)	22 (14.7)			
	≥ 30	3 (1.2)	3 (2.0)			
Regular exercise						5.936*
	Yes	130 (50.2)	58 (38.7)	188 (43.5)		
	No	124 (47.9)	92 (61.3)	216 (52.8)		
	No answer	5 (1.9)	0 (0.0)	5 (1.2)		
Dietary supplement consumption						0.394
	Yes	148 (50.2)	84 (56.0)	232 (56.7)		
	No	102 (39.4)	66 (44.0)	168 (41.1)		
	No answer	9 (3.5)	0 (0.0)	9 (2.2)		
Smoking						80.020**
	Yes	135 (50.2)	14 (9.3)	149 (36.4)		
	No	115 (44.4)	136 (90.7)	251 (61.4)		
	No answer	9 (3.5)	0 (0.0)	9 (2.2)		

1) Mean ± SD
 2) N (%)
 *: p < 0.05, **: p < 0.01

Table 3. Self-reported health problems of the subjects

Health problems	Male (N = 230)	Female (N = 132)	Total (N = 362)
Hypertension	33 (14.3) ¹⁾	11 (8.3)	44 (12.2)
Diabetes	7 (3.0)	2 (1.5)	9 (2.5)
Heart diseases	6 (2.6)	2 (1.5)	8 (2.2)
Kidney diseases	3 (1.3)	0 (0.0)	3 (0.8)
Hyperlipidemia	25 (10.9)	13 (9.8)	38 (10.5)
GI tract diseases	23 (10.0)	17 (12.9)	39 (10.8)
Liver diseases	4 (1.7)	0 (0.0)	4 (1.1)
Osteoporosis	5 (2.2)	5 (3.8)	10 (2.7)

1) N (%)

으로 나타났다. 종교가 그들의 삶에 얼마나 중요한지를 묻는 질문에는 연구대상자의 79.5%가 ‘매우 중요하다’고 응답하였다.

3. 선호 음식 및 다빈도 식품 섭취빈도

연구대상자들이 먹지 않는 음식은 Table 5에 제시되어 있으며, 먼저 ‘종교적인 이유로 먹지 않는 음식’에 92.4%가 돼지고기를 먹지 않는다고 응답하였다. 그 뒤를 이어서는 71.9%의 사람들이 개고기를 먹지 않는다고 응답하였다. 그 외에도 뱀, 개구리와 같은 파충류와 이미 죽어있는 동물 그리고 피를 먹지 않는다고 답하였다. 종교적인 이유가 아니라 기호에 따라 먹지 않는다고 답한 음식들에는 jengkol, pete와 같은 인도네시아에서 재배되는 콩 종류들이 있었으며 (Han 2012), 이 외에도 염소고기, 조개류, 소고기 등이 있었다. 한편 연구

Table 4. Practices related to Muslim rituals of the subjects

	Response	Frequency	
		N	%
Do you pray 5 times per day?	Always	261	63.8
	Often	64	15.6
	Occasionally	64	15.6
	Seldom	2	0.5
	Never	3	0.7
	No answer	15	3.7
How often do you read Koran?	Always	59	14.4
	Often	106	25.9
	Occasionally	200	48.9
	Seldom	19	4.6
	Never	7	1.7
	No answer	18	4.4
Do you practice fasting during Ramadan period?	Always	357	87.3
	Often	24	5.9
	Occasionally	8	2.0
	Seldom	1	0.2
	Never	2	0.5
	No answer	17	4.2
How religious are you? (Is religion important to you?)	Very important	325	79.5
	Less important	43	10.5
	Not important	6	1.4
	No answer	35	8.6
Total		409	100.0

대상자들은 임신 중에 파인애플, 두리안, 그리고 매운 음식 등을 먹지 않는다고 하였다. 파인애플은 53.6%가, 두리안은

31.8%가 먹지 않는다고 응답하였다.

인도네시아인들이 특정시기에 먹는 식품들에 대한 응답은 Table 5에 함께 제시하였다. 출산 후에 먹는 음식으로는 54.0%가 야채류, 그 다음으로는 32.4%가 과일이라 응답하였다. 생일에 먹는 음식으로는 응답자 중 57.7%가 케이크를 꼽았다. 그 외에도 생일에 먹는 음식 중 높은 비율을 보인 것들은 ayam(닭고기, 14.7%), ayam goreng(닭튀김, 5.7%), nasi kuning(노란 밥, 35.6%), nasi uduk(코코넛 유로 지은 밥과 채소와 콩을 곁들인 음식, 5.7%)과 nasi tumpeng(밥과 반찬)이며, 이로 미루어보아 닭고기와 밥으로 만든 요리를 특별한 날에 먹는 것으로 인지하고 있음을 볼 수 있었다(Kim 1992).

연구대상자들이 좋아하는 음식은 Table 6에 제시되었으며, 이는 음식의 명칭 이외에도 요리 방법의 측면에서 살펴 볼 수 있었다. 먼저 음식명으로 보면, sate가 15.8%로 가장 높았고 이를 이어서는 tempe(15.5%), bakso(14.1%), ayam goreng(13.5%) 등이 뒤를 이었다. Sate란 인도네시아의 대중적인 꼬치 요리로(Kim 2010), 닭고기, 소고기, 염소고기 등을 대나무 꼬챙이에 끼워 숯불에 구워서 먹는 요

리이다. Tempe란 발효시킨 콩으로 만든 전통적인 발효 요리로써 이를 건조한 후 삶거나 튀겨서 주로 먹는다(Han 2012). Bakso는 길가 포장마차와 같은 곳에서 쉽게 접할 수 있으며, 미트볼과 국수를 국물과 함께 먹는 음식이다(Driane & Hall 1991). Ayam goreng은 소금을 넣고 튀겨낸 닭을 의미하며 주로 날개부분이나 다리부분을 많이 튀겨 먹는다. 좋아하는 음식으로 파스타 2.3%(8명), 피자 1.5%(5명)와 같이 서양에서 온 음식으로 응답한 사람들도 있었으나, 대부분이 인도네시아의 요리임을 알 수 있었다. 다음으로 연구대상자들이 좋아하는 음식을 요리 방법에 따라 보면, 32.1%가 끓이거나 삶아서 국물과 함께 먹는 요리법을 사용한 음식을 가장 좋아하였고(bakso, sayur asem 등), 그 다음은 튀긴 음식(24.3%), (ayam goreng, tempe goreng 등)이었다. 18.1%는 braising, 즉 삶거나 끓이지만 국물을 거의 없애고 조려내는 요리법을 선호하였고, 15.5%는 기름에 볶은 요리법을, 13.6%는 기름에 부치거나 구워내는 요리법을 선호하였다.

구체적으로 좋아하는 생선과 과일 그리고 채소를 조사하여 Table 6에 명시하였다. 가장 좋아하는 생선이 무엇인지 묻는 질문에는 49.5%가 메기(lele)와 금붕어(ikan mas)라고 답하였다. 그 뒤를 이어 잉어(gurami), 참치(tongkol), 병어(bawal), 고등어(kembung)를 좋아한다고 하였다. 응답자 중 77.2%가 가장 좋아하는 과일 중 하나로 한국의 귤과 비슷한 mandarin을 선택하였으며, 사과(55.7%), 망고

Table 5. Foods avoided or eaten for specific reasons or occasions by the subjects

	Food	N (%)
Foods avoided for religious reasons	Pork	420 (92.3)
	Dog	327 (71.9)
	Snake	73 (16.0)
	Frog	64 (14.1)
	Dead animal	40 (8.8)
Foods avoided but not for religious reasons	Jengkol	87 (22.8)
	Pete	75 (19.7)
	Goat	38 (10.0)
	Pare	32 (8.4)
	Shell	26 (6.8)
Foods avoided during pregnancy	Pineapple	150 (53.6)
	Durian	89 (31.8)
	Tape	53 (18.9)
	Hot food	37 (13.2)
	Goat	22 (7.9)
Foods eaten after child birth	Vegetables	190 (54.0)
	Fruits	114 (32.4)
	Milk	87 (24.7)
	Rice	50 (14.2)
	Daun katuk (Sweet leaf)	50 (14.2)
Foods eaten on birthday	Kue (Cake)	224 (57.7)
	Nasi kuning (Yellow rice)	138 (35.6)
	Ayam (Chicken)	57 (14.7)
	Sate (Skewered food)	23 (6.0)
	Ayam goreng (Fried chicken)	22 (5.7)

Table 6. Foods preferences of the subjects

	Food	N (%)
Favorite dishes	Sate	54 (15.8)
	Tempe	53 (15.5)
	Bakso	48 (14.1)
	Ayam goreng	46 (13.5)
	Rendang	44 (12.9)
Favorite fishes	Lele (Cattfish)	204 (49.5)
	Ikan mas (Crucian carp)	204 (49.5)
	Gurami (Carp)	158 (38.4)
	Tongkol (Tuna)	149 (36.2)
	Bawal (Pomfret)	137 (33.3)
Favorite fruits	Mandarin	320 (72.2)
	Apple	245 (55.7)
	Mango	222 (50.5)
	Banana	192 (43.6)
	Papaya	187 (42.5)
Favorite vegetables	Bayam (Spinach)	344 (77.3)
	Sawi (Cabbage)	136 (30.6)
	Carrot	112 (25.2)
	Buncis (Peas)	93 (20.9)
	Asem (Tamarind)	91 (20.5)

(50.5%), 바나나(43.6%), 파파야(42.5%) 그리고 수박(38.4%), 멜론(35.0%) 등이 뒤를 이었다. 좋아하는 과일 의 경우 그 종류가 다양하지 않고 일부 과일에 치중되어 있었다. 야채류 중에서는 시금치의 일종인 bayam을 연구대상자의 77.3%가 가장 좋아하는 채소로 응답하였고, 다음으로 는 배추(sawi, 30.6%), 당근(25.2%), 콩(buncis, 20.9%) 등이 있었다.

이외에도 연구대상자가 섭취하는 ‘다빈도 식품의 섭취빈도’는 Table 7에 제시 되어 있다. 곡류 중 쌀은 ‘하루에 한 번 이상’ 섭취하는 비율이 99.0% 이었고, 빵의 경우엔 ‘하루에 한번 이상’ 섭취하는 비율이 40.6%였다. 육류는 돼지고기 섭취를 대신하여 닭고기와 쇠고기의 섭취비율이 높았는데, 연구대상자 의 28.5%가 닭고기를, 13.9%가 쇠고기를 ‘하루에 한번 이상’ 섭취한다고 응답하였다. 뿐 만 아니라 계란은 37.5%, 두부는 64.4%가 ‘하루에 한번 이상’ 섭취한다고 응답함으로써 두부와 계란이 인도네시아인들의 단백질 급원임을 확인할 수 있었다. 또한 연구대상자 중 ‘하루에 한 번 이상’ 커피나 차를 먹는다고 응답한 사람의 비율이 66.2% 이었다.

4. 연구대상자의 식생활 관련 행태 및 인식

인도네시아 사람들의 식생활 관련 행태와 그들의 인식을 조사하기 위해 집에서 밥을 먹는 빈도, 외식 빈도, 외식 시 방문하는 레스토랑, 음식을 살 때 영향을 주는 것들에 대해 조사하였다. 인도네시아 사람들의 식생활 관련 행태는 Table 8와 같다. 집에서 3끼를 다 먹는다고 답한 사람이 응답자의 46.9%였고, 두 끼를 먹는다고 응답한 사람이 38.6%였다. 2끼 이상을 집에서 먹는 사람이 85.5%인 것이다. 가족과 함께하는 외식 빈도수를 살펴보면, 전혀 먹지 않는다고 응답한 사람이 25.9%, 한 달에 1~3회 정도로 응답한 사람이 39.6%였다. 평균적으로 일주일에 한번도 외식을 하지 않는 사람의 비율이 65.5%인 셈이다. 유급직업과 외식의 상관관계를 분석해 본 결과 외식을 하는 것과 직업이 있는 것 사이에 큰 연관성은 없는 것으로 나타났다. 집에서 식사를 준비하는 사람은 여성(부인)인 경우가 62.8%로 가장 높았고, 남성(남편)이 11.7%, 아내의 부모가 8.6%, 남편의 부모가 1.2%를 차지하였다. 가족과 함께 외식을 할 때 방문하는 레스토랑으로는 남녀 모두 인도네시아 음식점을 가장 많이 답하였고, 그 다음은 패밀리 레스토랑이었다. 패스트푸드, 일본

Table 7. Intake frequency of frequently consumed foods by the subjects

Variables		More than 2 times / day	1 time / day	4~6 times / week	1~3 times / week	None
Cereals	Rice	366	33	1	3	0
	Bread	28	134	75	142	20
	Noodle	20	58	78	218	25
Meat	Beef	18	37	76	211	55
	Mutton	5	13	31	95	236
	Chevon	12	13	48	147	157
	Chicken	41	72	95	168	21
	Egg	57	91	106	124	17
	Sausage/Ham	12	42	68	114	142
Fish		35	60	74	145	63
Vegetable		53	32	20	12	4
Mushroom		13	15	28	61	67
Seaweed		5	5	27	34	104
Fruit		45	46	22	16	4
Milk & Milk processed food	Milk	89	92	37	69	35
	Yogurt	35	25	31	78	142
	Ice cream	57	30	36	139	61
	Cheese	31	23	32	106	123
Bean & Bean processed food	Tofu	141	63	41	62	10
	Soybean drink	56	49	52	125	50
Snack		80	56	52	77	71
Fruit juice		59	63	56	126	26
Soda		27	26	31	105	131
Coffee & Tea		147	74	29	56	28

식 레스토랑, 중국식 레스토랑은 남성에게 비해 여성이 선호하는 비율이 높았다($p = 0.046$). 식품을 살 때 방문하는 곳으로는 남성의 경우 재래시장(70.2%), 가까운 가게(16.5%),

대형마트(12%), 여성의 경우는 재래시장(59.9%), 대형마트(26.1%), 가까운 가게(11.3%)의 순이었다. 남성의 경우 여성에 비해 재래시장과 가까운 가게의 이용빈도가 높고 여

Table 8. Diet-related behaviors of the subjects

		N (%)		
Meals eaten at home (/day)	None	5 (1.2)		
	Once	48 (11.7)		
	Twice	158 (38.6)		
	Three times	192 (46.9)		
	No answer	6 (1.5)		
Person preparing meals at home	Male (husband)	48 (11.7)		
	Female (wife)	257 (62.8)		
	House keeper	42 (10.3)		
	Parents of husband	5 (1.2)		
	Parents of wife	35 (8.6)		
Frequency of dining out with the family	None	106 (25.9)		
	1~3/month	162 (39.6)		
	1~3/week	84 (20.5)		
	4~5/week	21 (5.1)		
	6~7/week	24 (5.9)		
	No answer	12 (2.9)		
		Male (N = 211)	Female (N = 132)	χ^2 -value
Type of restaurants visited when dining out with the family	Indonesian	122 (57.8)	72 (54.5)	11.302*
	Family restaurant	45 (21.3)	27 (20.5)	
	Fast food	5 (2.4)	8 (6.1)	
	Japanese	4 (1.9)	9 (6.8)	
	Chinese	2 (0.9)	3 (2.3)	
	Etc.	33 (15.6)	13 (9.8)	
		(N = 242)	(N = 140)	
Places where food is purchased	Bazar	170 (70.2)	85 (59.9)	13.417**
	Hyper mart	29 (12.0)	37 (26.1)	
	Nearest food store	40 (16.5)	16 (11.3)	
	Etc.	3 (1.2)	2 (1.4)	

*: $p < 0.05$, **: $p < 0.01$

Table 9. Diet-related perceptions of the subjects

		Male (N = 231)	Female (N = 130)	χ^2 -value
Factors considered when buying foods	Healthiness	175 (75.8)	83 (63.8)	7.444
	Taste	36 (15.6)	29 (22.3)	
	Price	5 (2.2)	8 (6.2)	
	Convenience	10 (4.4)	6 (4.6)	
		(N = 239)	(N = 142)	
Sources of diet-related information	Book/TV/Newspaper	83 (34.7)	44 (31.0)	5.793
	Doctor	54 (22.6)	24 (16.9)	
	Family	31 (13.0)	28 (19.7)	
	Nutritionist	24 (10.0)	13 (9.2)	
	Friends	20 (8.4)	16 (11.3)	

성의 경우 대형마트를 이용하는 빈도가 높았다($p = 0.004$).

연구대상자의 식생활 관련 인식은 Table 9에 제시하였다. 음식 선택 시 최우선으로 하는 요인은 남성과 여성 모두 ‘건강에 좋은 것’을 가장 많이 꼽았고, 그 다음으로는 ‘맛이 좋은 것’이었다. 유의적이지는 않지만 남성의 경우 여성에 비해 맛 보다는 건강을 우선으로 생각하는 경향을 보였다($p = 0.059$). 식생활과 관련된 정보의 출처는 남성은 ‘책, TV, 신문’(34.7%), 의사(22.6%), 가족(10%) 그리고 영양사(10%), 여성의 경우 ‘책, TV, 신문’(31%), 가족(19.7%), 의사(16.9) 그리고 영양사(9.2%) 순으로 정보를 얻고 있었다.

고 찰

본 연구에서는 인도네시아인의 식생활을 이해하기 위하여 자카르타에 거주하는 인도네시아인 500명을 대상으로 그들의 식생활과 선호음식 그리고 영향을 미칠 수 있는 배경 요인을 살펴보았다. 인도네시아 사람들은 이슬람교 신자가 많아 식품 선택에 종교적 제약이 있었으며, 열대성 기후로 인해 기름에 튀긴 음식을 많이 먹는 편이었다. 뿐만 아니라 쌀이나 닭고기에 대한 선호가 높았다.

한 국가의 식생활은 자연적, 사회적, 문화적 요인들에 조절되고 발전되어 식문화를 이룬다(Lee 2011). 인도네시아의 식문화는 열대성기후의 자연환경에 순응하는 식생활 토대 위에 이슬람교적 관습이 유입되어 형성되었다(Kim 1992). 인도네시아인의 식생활에 대한 이슬람교의 영향은 할랄과 라마단 금식을 통해 나타나고 있다. ‘종교적인 이유로 먹지 않는 음식’과 ‘기후에 따라 먹지 않는 음식’이 확연하게 구분되는 양상을 띠었으며, 연구대상자 중 92.3%가 돼지고기를, 71.9%는 개고기를 종교적인 이유로 먹지 않는다고 답했다. 돼지고기를 먹지 않는다고 응답한 사람(420명)은 자신의 종교가 이슬람교라고 말한 사람(391명, 총 설문지 기준)보다 많았다. 이는 도시에서 돼지고기 구매의 접근성이 떨어질 뿐만 아니라(Driane & Hall 1991), 돼지고기가 사회적으로 터부시 되기 때문에(Choi 2009), 이슬람교 신자가 아님에도 돼지고기를 거부하는 것으로 보인다. Song(2011)이나 Kim(2006)은 무슬림 이주자들이 한국에서 식생활을 영위함에 있어 가장 큰 어려움은 ‘돼지고기 또 그와 관련된 음식’이 많은 것이라고 하였다. 종교적 행위인 ‘라마단 금식’은 매년 9월 한달 간 수행하며 해 뜨는 시간부터 해지는 시각까지 금식하다가 일몰 직후부터 일출 전까지는 2번 식사하는 것을 원칙으로 하는데, 연구대상자의 93.2%가 자주 혹은 항상 라마단을 지킨다고 하였다. 유의적이지는

않지만 라마단 금식을 열심히 수행하는 사람일수록 BMI의 평균값이 높은 경향이 있었다($p = 0.062$). Trepanowski 등(2010)와 El Ati 등(1995)은 라마단 금식기간 중 식사 섭취빈도는 감소하나, 평소보다 지방 섭취 비율이 높아지기 때문에 총 섭취 에너지량은 유지되며, 금식 전후의 체중 변화는 없다고 하였다. El Ati 등(1995) 과 Kassab 등(2004)은 라마단 기간 동안 체내의 탄수화물 산화는 감소하고 지방 산화는 증가하며, 지방세포에서 분비되는 호르몬인 렙틴의 분비가 라마단 기간 및 그 이후에 증가한다고 보고하였다

연구대상자들이 좋아하는 음식들 대부분이 인도네시아 자국의 요리(sate, tempe, bakso 등)였고, 외식 시 방문하는 레스토랑은 인도네시아 자국의 음식점(56.6%)이었다. 집에서 음식을 직접 조리하여 먹는 비율이 높았고(2.3회/일) 1주일에 6~7회 외식한다고 답한 사람이 5.9%로 이는 한국인이 ‘하루에 1회 이상 외식하는 비율’, 27.1%(Ministry of health and welfare 2011)와 비교하여 낮은 수준이었다. 다빈도 식품 섭취 빈도조사에서 ‘하루에 2회 이상 밥을 먹는 다’라고 응답한 사람이 90.8%에 달한다는 점은 밥을 주식으로 하는 한국과의 공통점으로 볼 수 있다. 실제로 국내에 거주하는 무슬림들은 비빔밥과 된장국을 즐겨먹는다고 하였다(Lee 2006). 또한 연구대상자들은 ‘생일에 먹는 음식’으로 nasi kuning(35.6%), nasi uduk(5.7%), nasi tumpeng(5.2%)과 같은 쌀로 만든 음식을 꼽았다. 이는 과거 경제위기 동안 식품조달이 급격히 감소하여 영양부족이 야기되었고, 이를 통해 쌀을 매우 귀하게 여기는 그들의 인식(Hartini 등 2005; Soekirman 2001)이 반영된 것으로 사료된다.

본 연구에 참여한 인도네시아인들은 ‘임신 중에 먹지 않는 음식’으로 파인애플(53.7%), 두리안(31.8%), tape(18.9%), 매운 음식(13.2%), 그리고 jackfruit(7.5%) 등을 꼽았다. 이는 임신과 관련된 질환이 있는 경우를 제외하고는 임신 중에 일반적으로 제한하는 음식이 없는 우리나라와는 대조적이다(Lee 1970; Ji 등 2008). Setyowati(2010)와 Hartini 등(2005)에 의하면 인도네시아에는 종교적 요인이 아닌 문화적 요인으로 인한 음식에 대한 터부도 존재한다. 음식을 ‘hot food’와 ‘cool food’로 구분하며, hot food에 속한 것은 임산부에게 해롭다고 여겨 잘 먹지 않는데 파인애플, 두리안, 매운 음식은 ‘hot food’로 분류된다.

인도네시아는 아직 영양부족이 국가적으로 해결해야 할 숙제임에도 불구하고, 비만과 관련된 문제들도 동시에 대두되고 있다. 본 연구에서도 이 같은 양상이 나타났는데 먼저 연구대상자들이 좋아하는 음식을 조리법으로 분류해 보면 ayam goreng, tempe goreng 등 기름으로 음식을 튀기는 방법이

높은 비율(24.3%)을 차지함을 볼 수 있었다. 또한 연구대상자들 중 21.5%가 비만(BMI 25 이상)이었고 12%가 고혈압, 10.3%가 고지혈증이 있다고 응답했다. Sartika의 연구(2011)에 의하면 인도네시아인의 지방 섭취 급원은 대부분(80~90%)이 튀긴 음식이며, 그들이 식품을 튀길 때 사용하는 팜유는 포화지방산의 함유가 높고, 고온에서 변성되어 트랜스 지방산을 형성하므로 이는 고지혈증을 유발한다고 하였다. 따라서 튀긴 음식을 통한 지질 섭취가 인도네시아인들의 비만, 고지혈증, 고혈압에 영향을 미치고 있다고 생각된다. 한편 연구대상자들의 BMI는 연령대 별로 유의적인 차이가 있었다($p = 0.007$). 총 연구대상자들 중 8.8%가 저체중(BMI < 18.5)이었는데, 40대 6.4%, 30대 11.7%, 20대 24.4%, 그리고 10대 30.6%로서 연령이 낮을수록 저체중의 비율이 높아졌다. 이는 Atmarita(2005)의 선행연구와도 비슷한 결과이며, Atmarita는 산모의 영양부족이 아이의 저체중을 유발하며 그 결과 낮은 연령대에 저체중 비율이 높다고 보고하였다. 연구대상자들은 ‘출산 후에 먹는 음식’으로 채소류 54%, 과일류 32.4%를 꼽았으나, 육류의 비율은 6.8%에 불과하였다. Wulandari 등(2011)의 연구에 의하면, 임신중의 여성들은 육류보다 채소류가 더 몸에 영양적으로 이롭다고 믿으며, 이는 철 부족으로 인한 빈혈을 야기한다고 하였다. 인도네시아인들이 음식을 선택할 때 가장 고려하는 요인이 ‘건강에 좋은 것’(71.5%)이었음에도 불구하고 이러한 잘못된 영양지식으로 인해 미량 영양소의 섭취 부족이 야기된다고 생각된다.

본 연구는 인도네시아에 현재 거주하는 인도네시아인들을 대상으로 하였기에, 이번 연구의 결과는 한국에 거주하는 인도네시아인들의 식생활이나 선호음식과는 차이가 있을 수 있다. 또한 한국에 거주하는 인도네시아인들의 연령, 직업군, 살았던 지역 등을 고려하여 현지에 거주하는 인도네시아인들을 표본으로 한 것이 아니기에 이들에 대한 연구 결과를 한국에 거주하는 인도네시아인들에게 적용하기에는 한계가 있다. 그러나 인도네시아가 지역에 따른 문화차이가 큰 것을 감안하여 연구대상자들의 거주 지역을 수도권 자카르타로 한정하였다는 점과, 그들이 현지인이라는 점은 인도네시아 본래의 식생활 양상을 이해하려는 목적에 부합한다고 사료된다. 국내에서는 처음으로 현지에 거주하는 인도네시아인 500명을 대상으로 식행동 양상과 이에 영향을 주는 요인들을 살펴보고, 선호음식들을 주관식문항을 통해 구체적으로 조사하였다는 점에서 본 연구의 의의가 있다고 할 수 있겠다. 국내에 거주하는 인도네시아인이 마주하는 가장 큰 문제는 식생활이라고 한다(Song 2011; Kim 2008). 본 연구를 통하여 알아본 전반적인 인도네시아인의 식생활을 기초로 하

여, 추후 국내에 거주하는 그들의 실제 식품 섭취량을 조사하고 영양소 별로 분석하는 연구가 이루어진다면, 그들의 구체적인 영양상태를 파악하여 영양상태 개선에 도움을 주고 국내에서의 식생활에서의 어려움 해결에 기여할 수 있을 것이다.

요약 및 결론

본 연구는 인도네시아 자카르타에 거주하는 현지인 500명을 대상으로 그들의 식행동 양상 및 인식 그리고 선호음식들을 알아보았으며, 그 결과는 다음과 같다.

1. 본 연구에 참여한 인도네시아인의 90.5%는 이슬람교 신자였으며, 종교적 이유로 인해 92.3%가 돼지고기를, 71.9%가 개고기 등을 먹지 않는다고 응답하였다. 이슬람교의 종교적 행위인 라마단 금식에는 93.2%가 ‘항상 혹은 자주’ 참여한다고 하였다.

2. 식품에 대한 고정관념이 있어, 임신 기간 동안 먹지 않는 음식과 출산 후에 먹는 음식이 뚜렷하게 존재하였다. 임신 중에 먹지 않는 음식으로는 과일에플(53.6%), 두리안(31.8%), tape(18.9%), 매운 음식(18.9%) 등이 있었고, 출산 후 먹는 음식으로는 채소류(54.0%), 과일류(32.4%), 우유(24.7%), 밥(14.2%) 등이 있었다.

3. 쌀을 주식으로 하며, 생일에 쌀로 만들어진 요리를 먹는 비율이 높았다. 다빈도 식품 섭취 빈도 조사 결과, 하루에 2회 이상 쌀을 먹는 사람은 90.8%였다. 또한 생일에 먹는 음식으로 응답한 상위 5개 음식 중에도 쌀로 만든 음식인 nasi kuning(35.6%), nasi uduk(5.7%)가 포함되어 있었다.

4. 집에서 식사하는 횟수가 하루 평균 2.3회로 높은 빈도를 보였고 주로 여성이(62.8%) 집에서 음식을 준비하였다. 반면 가족단위의 외식 빈도는 주당 1.2회로 낮은 편이었고 주로 인도네시아 음식점에서 외식하였다. 식품선택 시엔 남녀 모두 ‘건강에 좋은지’를 가장 먼저 고려하였고, 식품을 구매할 때 남성의 경우 재래시장(70.2%)과 가까운 시장(16.5%)을, 여성의 경우 재래시장(59.9%)과 대형마트(26.1%)를 방문한다고 응답하여 남녀간에 차이를 보였다.

5. 저체중(BMI < 18.5)의 연령대별 비율은 40대 6.4%, 30대 11.7%, 20대 24.4%, 그리고 10대 30.6%로서 연령이 낮을수록 높은 저체중 비율을 보였다. 연구대상자의 21.5%가 비만(BMI > 25)이었고, 여성보다 남성의 비만율이 높았다. 연구대상자의 12%가 고혈압, 10.3%가 고지혈증이 있다고 응답했다

본 연구의 결과 인도네시아인은 이슬람교의 교리를 엄격히 지키는 가운데, 사회문화적 인식이 개입된 식생활을 영위

하고 있었다. 가정 중심, 자국 식품 위주의 식생활을 하고 있으며 식품 선택에 있어 ‘건강에 유익한지’에 대한 관심이 많으나, 튀긴 음식에 대한 선호가 높고 특정 식품에 대한 고정 관념이 있어 이로 인한 영양문제들이 존재하는 것으로 보인다.

국내에 이주한 인도네시아인의 식생활을 좀 더 구체적으로 이해하고 그들의 영양상태를 개선하기 위하여는 향후 일정 기간 동안의 식품섭취량을 조사하여 이를 영양소 별로 분석하는 연구가 필요할 것으로 사료된다.

References

- Atmarita (2005): Nutrition problems in Indonesia. Proceedings of 2005 Integrated International Seminar and Workshop on Lifestyle-related Diseases at Gadjah Mada University, Indonesia, pp. 1-14
- Driane C, Hall B (1991): Culture shock: Indonesia, Graphic Arts Center Publishing Company, U.S., pp. 64-117
- Choi JO (2009): A critical studies for interpretations on food taboo. *J Hist Cult* 34: 419-454
- El Ati J, Beji C, Danguir J (1995): Increased fat oxidation during Ramadan fasting in healthy women: an adaptative mechanism for body-weight maintenance. *Am J Clin Nutr* 63(2): 302-307
- Ham HH (1995): Migrant workers in Korea in terms of race and class. *Korean Cultural Anthropology* 28(0): 199-221
- Han WY (2012): Soybeans of the Indonesia. *Korea Soybean Society news* 302: 1-2
- Hartini TN, Padmawati RS, Lindholm L, Surjono A, Winkvist A (2005): The importance of eating rice: changing food habits among pregnant Indonesian women during the economic crisis. *Soc Sci Med* 61(1): 199-210
- Jang SY (2007): Perspectives of multiculturalisms: Its meaning and practice in Korean society. *J Humanities* 53: 307-348
- Ji SK, Jang HC, Choi HM (2008): A case-control study of food habits and diet intakes of women with gestational diabetes mellitus. *Korean J Nutr* 41(1): 41-53
- Kang HH (2006): Integration of Korean multicultural society: Factors and policy directions. *Chung-Ang Public Administration Review* 20(2): 5-34
- Kassab S, Abdul-Ghaffar T, Nagalla Das S, Sachdeva U, Nayar U (2004): Interactions between leptin, neuropeptide-Y and insulin with chronic diurnal fasting during Ramadan. *Ann Saudi Med* 24: 345-349
- Kim SH (2006): Cultural policy of the multicultural society. Proceeding of 2006 summer season announcement of the Korean Association Public Administration, pp. 1-10
- Kim SJ (2008): Cultural conflicts and responses of migrant workers - With the case of Indonesian workers. *J Korean Cultral Studies* 38: 153-184
- Kim SS (2010): Apa kabar Indonesia, Greenuri, Seoul, pp. 129-131
- Kim HY (1992): A study of food culture in South-Eastern asia - about dietetic culture in Indonesia, *Korean J Dietary Culture* 7(1): 9-17
- Korea Immigration Service (2012): Korea Immigration Service statistics 2012, Korea Immigration Service, pp. 14-34
- Lee JM, Jang NS, Cho WK (2001): A study on nutrient intake of college student in Seoul and Yanbian. *Korean J Dietary Culture*, 16(5): 492-503
- Lee SI (1970): Healthful living during the pregnancy. *Health Education* (4): 74-81
- Lee SY (2006): The survey of the state of eating habits of Muslims residing domestically. Dissertation, Graduate school of Traditional culture and arts, Sookmyung women's university
- Lee YH (2011): Vietnamese food culture and vietnamese food in Korea. *Southeast Asian Rev* 21(1): 49-91
- Ministry of Foreign Affairs Republic of Korea (2013): Overview of the Indonesia. Ministry of Foreign Affairs South Asian and Pacific Affairs Bureau Southeast Asia Division, pp. 4-5
- Ministry of Health and Welfare (2011): Korea Health Statistics 2011: Korea National Health And Nutrition Examination Survey. Ministry of Health and Welfare Office for Healthcare Policy, pp. 38-48
- Ministry of Security and Public Administration (2012): The statistics of foreign residents' present condition by the regional government 2012. Available from <http://www.mospa.go.kr> [cited 2013 November 15]
- Oh MS (2012): Contemporary transformation of islamic consumption and the malaysian halal certificate system. *Korean Cultural Anthropology* 45(3): 3-62
- Sartika RA (2011): Effect of trans fatty acids intake on blood lipid profile of workers in East Kalimantan, Indonesia. *Mal J Nutr* 17(1): 119-127
- Setyowati (2010): An ethnography study of nutritional conditions of pregnant women in Banten Indonesia. *Makara Kesehatan* 14(1): 5-10
- Soekirman (2001): Food and nutrition security and the economic crisis in Indonesia. *Asia Pac J Clin Nutr* 10: 57-61
- Son JA, Kim SY, Choo HJ, Nam YJ (2012): Public awareness and donning practices of traditional dresses and muslim dresses among Indonesian Muslim. *J Korean Soc Costume* 62(7): 117-132
- Song DY (2011): Cultural interpretation on the patterns of consumption and supply systems of Islamic (halal) food in Korea. *Korean J Middle East Studies* 32(1): 217-249
- Trepanowski JF, Bloomer RJ (2010): The impact of religious fasting on human health. *Nutr J* 9: 57
- Um IR (2011): Halal, foods allowed by god. Hanul, Gyeonggido Paju, pp. 5-68
- Wulandari LP, Klinken Whelan A (2011): Beliefs, attitudes and behaviours of pregnant women in Bali. *Midwifery* 27(6): 867-871