



Analisis Pengaruh Sikap Terhadap Kesehatan Dan Label Kepada Kepatuhan Membaca Label Produk Pangan Pada Mahasiswa Gizi Provinsi Kepulauan Riau

Herviana Herviana¹; Haqqelni Nur Rosyidah²; Amalina Rizma³;
Siska Pratiwi⁴; Citra Dewi Anggraini⁵; Made Tantra Wirakesuma⁶
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Address: Jalan Seraya No. , Kp. Seraya, Kec. Batu Ampar, Kota Batam, Kepulauan Riau 29454

Corresponding author: haqqelnin@gmail.com

Abstract. Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) reported that 20.62% of identified food product labels did not meet the provisions. This results in low compliance with reading information labels and nutritional composition among the public. Low compliance with reading information and nutritional labels can occur due to disinterest in information resulting in poor understanding of food product labels. This study aims to analyze the relationship between attitudes towards health and food product labels with compliance with reading food product labels. This research involved 47 students of the undergraduate nutrition study program. Data on attitudes towards health and nutritional labels were obtained using a respondent agreement level form. Data on label reading compliance was obtained from questionnaire. The chi square test is used to analyze the relationship between variables. The research results showed that the majority of respondents (63.8%) had a positive attitude regarding the level of approval of health and food product labels. There is no significant relationship between attitudes towards health and food product labels and compliance with reading nutritional value information labels ($p=0.330$). Nutrition students are expected to increase their positive attitude towards reading nutritional value information labels through education or practice reading food labels.

Keywords: Attitude, Compliance, Food Labeling, Nutritional Value.

Abstrak. Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) melaporkan bahwa sebanyak 20,62% label produk pangan yang diidentifikasi tidak memenuhi ketentuan. Hal ini mengakibatkan kepatuhan membaca label informasi dan komposisi zat gizi pada masyarakat masih rendah. Kepatuhan membaca label informasi dan zat gizi yang rendah dapat terjadi karena ketidaktertarikan terhadap informasi sehingga pemahaman tentang label produk pangan menjadi kurang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan sikap terhadap kesehatan dan label produk pangan dengan kepatuhan membaca label produk pangan. Penelitian ini melibatkan sebanyak 47 mahasiswa aktif program studi sarjana gizi. Data sikap terhadap kesehatan dan label gizi diperoleh menggunakan formulir tingkat persetujuan responden yang berisi 10 pernyataan. Data kepatuhan membaca label diperoleh dari pertanyaan kuesioner mengenai seberapa sering responden membaca label informasi nilai gizi. Uji *chi square* digunakan untuk menganalisis hubungan antar variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden (63,8%) memiliki sikap positif mengenai tingkat persetujuan terhadap kesehatan dan label produk pangan. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara sikap terhadap kesehatan dan label produk pangan dengan kepatuhan membaca label informasi nilai gizi ($p=0,330$). Mahasiswa gizi diharapkan dapat meningkatkan sikap positif membaca label informasi nilai gizi melalui edukasi atau praktik membaca label pangan.

Kata kunci: Kepatuhan, Label Pangan, Nilai Gizi, Sikap

LATAR BELAKANG

Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) mendefinisikan informasi nilai gizi (Nutrition Fact) merupakan contoh informasi yang wajib dicantumkan pada kemasan makanan. Label informasi nilai gizi adalah label yang berisi pernyataan atau deskripsi kuantitatif yang sudah terstandarisasi pada suatu kemasan makanan, selain memberikan

informasi mengenai nutrisi yang terdapat di dalam makanan, label ini dapat membantu konsumen untuk mengetahui jumlah kalori yang akan dikonsumsi (Sulaeman, 2009). Menurut UU No. 18 tahun 2014, label informasi nilai gizi pada kemasan pangan adalah informasi yang dapat dimanfaatkan konsumen untuk memilih pangan sesuai dengan kebutuhan dan mempunyai manfaat untuk kesehatannya.

Badan Perlindungan Konsumen maupun tokoh masyarakat (Notoatmodjo) menyatakan bahwa kesadaran masyarakat untuk memperhatikan komposisi dan label informasi nilai gizi pada pangan masih sangat rendah yaitu hanya 6,7% ditahun 2007 dan meningkat menjadi 7,9% (BPKN Depdag RI, 2013). Padahal Membiasakan membaca label informasi gizi termasuk kedalam salah satu dari 13 pesan umum gizi seimbang yang harusnya dilakukan konsumen, dimana hal ini nantinya akan berdampak pada status gizi nya (Nurhasanah, 2013).

Peraturan tentang pencantuman label informasi nilai gizi bagi produk kemasan pangan telah diatur dalam UU No.18 Tahun 2012 Tentang Pangan pada pasal 97 pasal 1. Dalam Peraturan Pemerintah Nomor 69 tahun 1999 tentang Label dan Iklan Pangan ditentukan bahwa beberapa data dasar yang harus dicantumkan pada setiap makanan, misalnya nama barang, berat bersih, nama dan alamat perusahaan dan lain-lain. Untuk makanan tertentu, informasi tambahan mengenai nilai gizi makanan tersebut dapat dimasukkan sebagai tambahan atau diwajibkan.

Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seseorang dalam kesadaran membaca label pangan diantaranya faktor predisposisi yaitu jenis kelamin, harga, rasa, zat gizi, pengetahuan tentang gizi dan label pangan, faktor pemungkin yaitu pendapatan dan faktor penguat yaitu waktu berbelanja dan keterpaparan informasi tentang label pangan.

Kepatuhan membaca label informasi dan komposisi zat gizi yang rendah terjadi karena Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) melaporkan bahwa pada tahun 2015 pada triwulan IV sebanyak 742 (20.62%) label pangan dari 3.598 label produk pangan yang diidentifikasi tidak memenuhi ketentuan (TMK). Selain itu, sebanyak 1.130 (40.56%) dari 2.786 iklan pangan juga tidak memenuhi ketentuan. Kondisi ini mencerminkan bahwa banyak produsen yang masih tidak sadar akan pentingnya memenuhi peraturan yang telah ditetapkan. Makanan TMK dapat berdampak pada jaminan keamanan pangan konsumen.

Tingkat pengetahuan cara membaca label informasi gizi yang lebih baik berhubungan dengan perilaku pemilihan makanan kemasan yang baik pula pada mahasiswa normal. Faktor keterpaparan dan kejelasan konten informasi nilai gizi yang didapatkan mempengaruhi Tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang. Perilaku membaca label dapat digunakan

sebagai salah satu tindakan preventif dan promotif upaya memelihara kesehatan gizi. Kepatuhan membaca label informasi dan zat gizi yang rendah terjadi karena hambatan usaha pencarian informasi. Salah satu penghambat adalah ketidaktertarikan terhadap informasi yang dapat disebabkan oleh pemahaman tentang label yang kurang.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan sikap terhadap kesehatan dan label produk pangan dengan kepatuhan membaca label produk pangan pada mahasiswa gizi di Kepulauan Riau.

KAJIAN TEORITIS

Label pangan menjadi salah satu media informasi yang memuat keterangan mengenai pangan yang bersangkutan dan memberikan informasi yang benar dan jelas kepada masyarakat. Informasi tersebut terkait diantaranya yaitu asal, keamanan, mutu, kandungan gizi dan keterangan lain yang diperlukan. Membaca label pangan olahan akan mempengaruhi keputusan masyarakat sebelum membeli dan/atau mengonsumsi pangan olahan. Pelaksanaan pengaturan label pangan olahan lebih lanjut diatur dalam Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 31 Tahun 2018 tentang Label Pangan Olahan (BPOM RI, 2020).

Label pangan sangat penting untuk membantu dalam pemilihan makanan yang lebih sehat. Label pangan meliputi segala bentuk tulisan, cetakan, atau gambar yang terdapat pada label, menyertai pangan, atau dipajang di dekat pangan, termasuk untuk tujuan mempromosikan penjualannya. Pentingnya membaca label pangan berhubungan dengan jumlah asupan zat gizi dan non gizi serta keamanan dalam mengonsumsi suatu produk makanan. Makanan kemasan cenderung mengandung gula, garam, dan lemak yang tinggi, sehingga bila tidak memperhatikan informasi yang terdapat dalam label pangan berisiko menyebabkan penyakit tidak menular seperti obesitas, diabetes melitus, dan hipertensi (Ambak et al., 2018).

Sikap dan perilaku yang kurang dalam membaca label informasi nilai gizi dipengaruhi oleh tingkat pemahaman dalam memahami istilah dalam label informasi nilai gizi juga masih kurang. Hal tersebut menyebabkan kebanyakan responden memilih makanan bukan karena memperhatikan masalah kesehatan tertentu atau kandungan gizi yang terkandung dalam makanan (Huda & Andrias, 2016). Kemampuan membaca label pangan terutama mengenai informasi nilai gizi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan. Hanya sekitar 7,9% masyarakat Indonesia yang memperhatikan informasi nilai gizi. Rendahnya perhatian terhadap label informasi nilai gizi ketika membeli makanan instan dan *snack* dapat mempengaruhi ketidakseimbangan asupan zat gizi (Sari et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Layli tahun 2019 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sikap membaca label informasi nilai gizi dengan perilaku pemilihan pangan kemasan ($p < 0,05$), sikap pengunjung dalam membaca label informasi nilai gizi sangat baik sehingga mempengaruhi perilaku sering dalam pemilihan pangan kemasan (Layli, 2019).

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian *cross sectional* dengan populasi mahasiswa program studi sarjana Gizi di Provinsi Kepulauan Riau. Besar sampel penelitian ini berdasarkan rumus *total sampling* didapatkan jumlah sampel 47 responden. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yang memiliki kriteria mahasiswa aktif program studi sarjana gizi pada tahun 2023. Data primer didapatkan dari pengisian instrument kuesioner oleh responden. Data sikap terhadap kesehatan dan label gizi diperoleh dari tingkat persetujuan responden terhadap 10 pernyataan dengan 5 pilihan skala dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Pernyataan terdiri dari 4 pernyataan bernilai negatif dan 6 pernyataan bernilai positif. Kemudian tingkat persetujuan dikategorikan menjadi sikap positif jika \geq median dan sikap negative jika $<$ median. Data kepatuhan membaca label diperoleh dari pertanyaan kuesioner mengenai seberapa sering responden membaca label informasi nilai gizi dengan jawaban selalu, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah. Berdasarkan pilihan jawaban tersebut dikategorikan menjadi patuh jika jawaban selalu/sering membaca label informasi nilai gizi dan tidak patuh jika menjawab kadang-kadang/jarang/tidak pernah membaca label informasi nilai gizi. Analisis data yang digunakan meliputi analisis univariat untuk mendapatkan gambaran setiap variabel dan analisis bivariat untuk mengidentifikasi variabel yang diduga berhubungan dengan variable dependen kepatuhan membaca label dan komposisi zat gizi. Analisis bivariat dilakukan dengan metode uji *chi square* dengan nilai $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan Sikap terhadap Kesehatan dan Label Produk Pangan pada Mahasiswa Gizi Provinsi Kepulauan Riau Batam tahun 2023

Sikap terhadap Kesehatan dan Label Produk Pangan	n	%
Sikap negatif	17	36,2
Sikap positif	30	63,8
Total	47	100%

Hasil distribusi sikap terhadap kesehatan dan label produk pangan pada tabel 1 menggambarkan bahwa mayoritas responden memiliki sikap positif (63,8%) mengenai tingkat persetujuan terhadap kesehatan dan label produk pangan.

Tabel 2. Distribusi Responden berdasarkan Kepatuhan Membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Mahasiswa Gizi Provinsi Kepulauan Riau Batam tahun 2023

Tingkat Kepatuhan	n	%
Tidak Patuh	26	55,3
Patuh	21	44,7
Total	47	100%

Pada penelitian ini didapatkan hasil pada tabel 2 yang menggambarkan kepatuhan responden dalam membaca label informasi nilai gizi. Responden yang tidak patuh (55,3%) memiliki distribusi lebih banyak dibandingkan dengan responden yang patuh (44,7%) dalam membaca label informasi nilai gizi.

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat Pengaruh Sikap terhadap Kesehatan dan Label Produk Pangan terhadap Kepatuhan Membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Mahasiswa Gizi Provinsi Kepulauan Riau Batam tahun 2023

Sikap terhadap Kesehatan dan Label Produk Pangan	Kepatuhan Membaca Label Informasi Nilai Gizi				Total	OR	p-value
	Tidak Patuh		Patuh				
	n	%	n	%	n	%	
Negatif	11	64,7	6	35,3	17	100	
Positif	15	50	15	50	30	100	1,833
Jumlah	26	55,3	21	44,7	47	100	0,330

Berdasarkan hasil analisis antara sikap dan kepatuhan membaca label informasi nilai gizi diperoleh bahwa 30 responden yang memiliki sikap positif dan terdapat 50% (15 responden) tidak patuh dalam membaca label informasi nilai gizi. Kemudian hasil uji statistik diperoleh 0,330 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara sikap terhadap kesehatan dan label produk pangan dengan kepatuhan membaca label informasi nilai gizi.

Dalam penelitian ini sebagian besar responden telah memiliki sikap positif terhadap kesehatan dan label produk pangan, namun tidak patuh dalam membaca label informasi nilai gizi. Kepatuhan membaca label informasi dan komposisi zat gizi yang rendah dapat disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya yaitu ketidaktertarikan terhadap informasi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zahara dan Triyanti (2009), hal yang membuat responden tidak patuh dalam membaca label pangan yaitu banyak konsumen yang tidak yakin dengan informasi zat gizi yang penting. Beberapa responden merasa kurang yakin terkait jumlah zat gizi seperti gula, garam, dan lemak akan berdampak pada Kesehatan tubuh. Hal

lain yang turut mempengaruhi ketidakpatuhan membaca label pangan yaitu tidak terbiasa dengan istilah yang terdapat pada label produk pangan seperti sodium, sukrosa, dan lain – lain (Melinda dan Farida, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mediani (2014) yang menunjukkan bahwa pengetahuan responden tidak berhubungan nyata terhadap perilaku seseorang dalam membaca label informasi gizi, meskipun responden mengetahui tentang label informasi gizi namun mereka tidak membaca label informasi gizi. Menurut Nayga (1999) dalam ilmu teori perilaku, konsumen akan dimotivasi untuk lebih mencari suatu informasi bila konsumen memiliki keterlibatan yang tinggi dengan sumber informasi tersebut. Sehingga apabila seorang konsumen patuh dalam membaca label informasi gizi pada suatu produk maka menunjukkan keterlibatan akan informasi tersebut sangat tinggi terhadap kesehatan tubuh konsumen (Huda dan Andrias, 2016). Penelitian lain yang dilakukan oleh Sinaga (2019) juga mengungkapkan bahwa pengetahuan label informasi gizi tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan perilaku membaca label informasi gizi.

Hasil analisis multivariat yang dilakukan oleh Nisa *et al* (2024) diketahui bahwa kepatuhan membaca label pangan dipengaruhi oleh sikap terhadap label pangan dan faktor personal yaitu usia dan jenis kelamin. Usia dewasa awal merupakan periode saat seseorang mencapai puncak Kesehatan. Usia juga berkaitan dengan kematangan fisik dan kognitif sehingga akan berpengaruh dengan peningkatan sikap dan kepatuhan membaca label produk pangan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan yaitu seluruh responden pada penelitian ini adalah mahasiswa yang termasuk dalam kategori dewasa awal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data bahwa sebagian responden memiliki sikap positif terhadap kesehatan dan label produk pangan namun tidak patuh dalam membaca label informasi gizi. Hasil analisis statistic disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara sikap kesehatan dan label produk pangan terhadap kemampuan membaca label informasi nilai gizi. Penelitian ini disarankan agar mahasiswa dapat meningkatkan sikap positif kemampuan membaca label informasi nilai gizi dengan cara pemaparan edukasi atau praktik membaca label pangan dan efeknya terhadap kesehatan.

DAFTAR REFERENSI

- Ambak, R., Tupang, L., Hasim, M. H., Salleh, N. C., Zulkafly, N., Salleh, R., Ahmad, M. H., & Naidu, B. M. (2018). Who Do Not Read and Understand Food Label in Malaysia? Findings from a Population Study. *Health Science Journal*, 12(1). <https://doi.org/10.21767/1791-809X.1000548>
- BPOM RI. (2020). *Pedoman Label Pangan Olahan 2020 : Badan Pengawas Obat dan Makanan RI*. BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN RI.
- Huda, Q. A. Y., & Andrias, D. R. (2016). Sikap dan Perilaku Membaca Informasi Gizi pada Label Pangan Serta Pemilihan Pangan Kemasan. *Media Gizi Indonesia*, 11(2), 175-181.
- Layli, A. N. (2019). SIKAP MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI DENGAN PERILAKU PEMILIHAN PANGAN KEMASAN DI KALANGAN GENERASI MILENIAL. *Jurnal Info Kesehatan*, 9(1), 156–162.
- Melinda, A., & Farida, E. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku mahasiswa fik unnes dalam membaca label informasi nilai gizi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 491-498.
- Nayga Jr, R. M. (1999). Toward an understanding of consumers' perceptions of food labels. *The International Food and Agribusiness Management Review*, 2(1), 29-45.
- Nisa, L., Nuryanto, N., Purwanti, R., & Dieny, F. F. (2024). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terkait Label Pangan Dengan Kepatuhan Membaca Label Pangan Pada Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 13(1), 81-88.
- Sari, R. M., Warajati Kisnawaty, S., Nurokhmah, S., Kurnia, P., Mustikaningrum, F., Studi Ilmu Gizi, P., Ilmu Kesehatan, F., Muhammadiyah Surakarta Jl Yani, U. A., & Tengah Korespondensi, J. (2023). Hubungan Antara Pengetahuan Mengenai Label Informasi Nilai Gizi dengan Pembelian Makanan Instan dan Snack Tinggi Kalori pada Mahasiswa Program Studi Teknik Kimia Universitas Muhammadiyah Surakarta. *NUTRIRE DIAITA*, 15(02), 46–53. <https://doi.org/10.47007/NUT.V15I02.6409>
- Sinaga, C., & Simanungkalit, S. F. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku membaca label informasi gizi. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(1), 192-198.
- Zahara, S., & Triyanti, T. (2009). Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi di Kalangan Mahasiswa. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 4(2), 78-83.