

## Hubungan Pengetahuan terkait Label Gizi dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi pada Siswa SMA Al-Islam Krian

### *The Relationship between Nutrition Facts Knowledge and Nutrition Facts Reading Habit among Al-Islam High School Krian Students*

Lutfia Puspaningtyas Islamiati<sup>1\*</sup>, Sri Sumarmi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, 60115, Indonesia

#### Article Info

##### \*Correspondence:

Lutfia Puspaningtyas  
Islamiati  
[lutfiapuspa30@gmail.com](mailto:lutfiapuspa30@gmail.com)

Submitted: 17-03-2023

Accepted: 24-06-2023

Published: 30-11-2023

##### Citation:

Islamiati, L. P., & Sumarmi, S. (2023). The Relationship between Nutrition Facts Knowledge and Nutrition Facts Reading Habit among Al-Islam High School Krian Students. *Media Gizi Kesmas*, 12(2), 833–839. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i2.2023.833-839>

##### Copyright:

©2023 Islamiati and Sumarmi, published by Universitas Airlangga. This is an open-access article under CC-BY-SA license.



#### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Masih sedikit konsumen yang dapat memahami dan menggunakan label gizi sesuai dengan fungsinya. Hal ini dikarenakan masih rendahnya kesadaran masyarakat terkait pentingnya kegiatan membaca label gizi pada pangan kemasan akibat kurangnya keterpaparan dan pengetahuan konsumen terkait label gizi.

**Tujuan:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan siswa terkait dengan label gizi dengan kebiasaan membaca label gizi yang dilakukan oleh siswa SMA Al-Islam Krian.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan desain *cross sectional*. Pengumpulan data melalui wawancara menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *Kolmogorov smirnov* dan uji *spearman*. Responden penelitian merupakan 250 siswa yang dipilih dengan teknik *Proportional Random Sampling* dari daftar siswa yang ada.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan 54,8% siswa terpapar informasi terkait label gizi dengan baik, 66% siswa berpengetahuan label gizi cukup baik, dan 68,8% siswa memiliki kebiasaan membaca label gizi cukup baik. Dari uji yang telah dilakukan, tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan terkait label gizi dan kebiasaan membaca label gizi dengan *p-value* sebesar 0,124.

**Kesimpulan:** Dari penelitian ini disimpulkan bahwa mayoritas siswa telah terpapar informasi terkait label gizi, memiliki pengetahuan cukup baik terkait label gizi, dan memiliki kebiasaan membaca label gizi cukup baik, namun tidak terdapat hubungan signifikan antara variabel pada hubungan antara variabel pengetahuan terkait label gizi dengan kebiasaan membaca label gizi.

**Kata kunci:** Kebiasaan Membaca Label Gizi, Keterpaparan Informasi, Pengetahuan Label Gizi

#### ABSTRACT

**Background:** Just a few consumers who understand and use nutrition facts according to their function. This is due to lack of exposure and knowledge on consumer which is cause low level of awereness to read nutrition facts.

**Objectives:** This study was to analyze the relationship between students' knowledge related to nutrition facts and reading nutrition facts habit carried out by students of SMA Al-Islam Krian. This study was an observational method using cross sectional design.

**Methods:** Data collected through interviews using a questionnaire and analyzed using *Kolmogorov Smirnov test* and *Spearman test*. The sample was 250 students who were selected using a *proportional random sampling* from the student list.

**Results:** The results showed that majority of students were sufficiently exposed to information related to nutrition facts (54.8%), sufficient nutrition facts knowledge (66%), and sufficient reading's nutrition facts habit (68.8%). There was no

*significant relationship between knowledge related to nutrition facts and reading nutrition facts habits with p-value 0.124.*

**Conclusions:** *It can be concluded that majority of students had been exposed to information related to nutrition facts, will had a good nutrition facts knowledge, and had a good reading nutrition facts habits, but there was no significant relationship between nutrition facts knowledge and reading nutrition facts habits.*

**Keywords:** *Information Exposure: Knowledge of Nutrition Facts; Reading Nutrition Facts Habit*

## PENDAHULUAN

Salah satu dari sepuluh pesan gizi seimbang yang diprakarsai oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia adalah anjuran untuk membiasakan membaca label yang terdapat pada kemasan pangan olahan. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 tahun 2014, label diartikan sebagai keterangan mengenai isi, jenis, komposisi zat gizi, tanggal kadaluarsa, dan keterangan penting lainnya yang dicantumkan pada kemasan pangan olahan. Sedangkan pada UU No. 18 tahun 2012 Pasal 96 ayat (1) dan (2) disebutkan bahwa tujuan dari pemberian label pangan dimaksudkan untuk memberikan informasi yang benar dan jelas kepada masyarakat tentang setiap produk pangan yang dikemas sebelum membeli dan/atau mengonsumsi pangan. Informasi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) tersebut terkait dengan asal, keamanan, mutu, kandungan gizi, dan keterangan lain yang diperlukan.

Label gizi atau yang lebih dikenal dengan informasi nilai gizi adalah suatu keterangan yang mengandung informasi mengenai zat gizi apa saja yang terdapat pada suatu produk pangan olahan, serta jumlah zat gizi tersebut dalam tiap sajian (Palupi et al., 2017). Sedangkan definisi informasi nilai gizi pada Peraturan BPOM RI No 31 tahun 2018 tentang label pangan olahan, informasi nilai gizi merupakan daftar zat gizi yang terkandung dalam label pangan sesuai dengan format atau ketentuan yang telah ditentukan. Tujuan dari dicantumkannya label gizi pada kemasan adalah untuk membantu konsumen menghindari asupan yang tidak sesuai terhadap suatu zat gizi yang dapat membahayakan kesehatan mereka. Penyertaan label gizi pada makanan dapat menjadi suatu metode yang praktis dan hemat biaya dalam rangka mengkomunikasikan informasi gizi kepada konsumen, karena label gizi muncul pada sebagian besar makanan dalam kemasan (Miller and Cassady, 2015). Selain memberikan keuntungan bagi konsumen, pemberian label pangan juga memberikan keuntungan bagi produsen, salah satunya adalah untuk membantu meningkatkan penjualan produk melalui klaim yang tercantum pada label pangan (Gezmen-Karadağ and Türközü, 2018).

Kebiasaan membaca dan memahami label pangan, terutama label gizi, yang tertera pada kemasan produk pangan olahan merupakan salah satu kebiasaan yang belum banyak diterapkan oleh masyarakat di Indonesia. Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Deshmukh and Goyal, 2017) konsumen yang memahami dan menggunakan label pangan dan label gizi sesuai fungsinya masih tergolong rendah. Hasil kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) tahun 2007 dalam (Sinaga and Simanungkalit, 2019) menjelaskan bahwa hanya 6,7% konsumen di Indonesia yang bersedia untuk memperhatikan label pangan kemasan terlebih dahulu sebelum memilih suatu produk pangan. Sedangkan penelitian yang dilakukan pada tahun yang berbeda menunjukkan bahwa 36,5% masyarakat Indonesia lebih tertarik untuk membaca dan memperhatikan label halal, dan terdapat sebesar 34,9% yang hanya lebih memperhatikan waktu kadaluarsa dari suatu produk pangan kemasan, kemudian sebesar 20,6% konsumen yang memperhatikan pencantuman nama pada produk, namun hanya terdapat 7,9% konsumen saja yang tertarik untuk memperhatikan masalah komposisi makanan dan informasi nilai gizi pada kemasan pangan olahan. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa kesadaran masyarakat Indonesia dalam hal memperhatikan komposisi gizi yang ada pada label pangan olahan masih tergolong rendah (Sinaga and Simanungkalit, 2019).

Masyarakat yang terbiasa untuk membaca dan menggunakan label gizi pada pangan kemasan, tentu saja hal tersebut akan memberikan dampak positif terhadap masyarakat yang menjadi konsumen dari produk tersebut. Beberapa dampak positif yang didapatkan konsumen antara lain seperti mengetahui jenis dan jumlah zat gizi yang akan didapatkan dari mengonsumsi pangan kemasan tersebut, mencegah konsumsi zat gizi tertentu secara berlebih, membantu mencegah terjadinya penyakit tidak menular yang disebabkan oleh konsumsi pangan seperti obesitas (Assifa, 2012; Deshmukh and Goyal, 2017; Wahab, 2018) dan membantu konsumen memutuskan produk pangan kemasan yang akan dipilih (Mauludyani et al., 2021).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi rendahnya kebiasaan masyarakat dalam membaca dan menggunakan label pangan dan label gizi. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah

karena kurangnya pendidikan dan pengetahuan mengenai label gizi serta kesalahan pemahaman mengenai informasi pada label gizi yang diterima oleh konsumen (Deshmukh and Goyal, 2017). Selain itu, faktor lain yang menyebabkan kurangnya kebiasaan konsumen dalam menggunakan dan membaca label gizi antara lain adalah usia (Ningtyas et al., 2018); jenis kelamin (Donga and Patel, 2018; Oktaviana, 2017); kurangnya keterpaparan informasi terhadap label gizi (Ningtyas et al., 2018); tingkat pengetahuan terkait gizi (Asgha, 2016; Oktaviana, 2017); dan kesadaran terhadap status kesehatan (Anastasiou et al., 2019; Cavaliere et al., 2017). Berdasarkan uraian yang telah disebutkan di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan siswa terkait dengan label gizi dengan kebiasaan membaca label gizi yang dilakukan oleh siswa SMA Al-Islam Krian, Sidoarjo.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini merupakan seluruh siswa SMA di Kecamatan Krian yang berjumlah 3252 siswa. Penelitian dilakukan di SMA Al-Islam Krian, Sidoarjo pada bulan Agustus 2022. Besar sample dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus *Isaac dan Michael* (Sugiyono, 2019) dan didapatkan besar sampel sebanyak 250 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Proportional Random Sampling*, yaitu dengan mengambil sampel dari suatu populasi secara acak yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota subjek yang ada di dalam masing-masing kelompok tersebut (Sugiyono, 2019). Siswa yang dijadikan sampel merupakan siswa yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu berusia 16 sampai 19 tahun, sedang menempuh pendidikan di SMA Al-Islam Krian, hadir saat hari pengambilan data, dan bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini. Sedangkan siswa yang sedang sakit maupun tidak hadir saat hari pengambilan data tidak diikuti sertakan sebagai sampel penelitian.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner penelitian yang terdiri dari kuesioner karakteristik responden, kuesioner keterpaparan informasi, kuesioner pengetahuan, dan kuesioner kebiasaan membaca label gizi. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara menggunakan kuesioner yang telah disediakan. Data yang digunakan merupakan data primer yang dikumpulkan oleh peneliti. Data primer meliputi data karakteristik responden, keterpaparan responden terhadap informasi dalam label gizi, pengetahuan terkait informasi label gizi, dan kebiasaan membaca label gizi. Pengolahan data menggunakan aplikasi *Microsoft Excel 2013* dan *IBM SPSS 20*. Analisis data menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* dan uji *Spearman*. Penelitian

ini telah lolos uji layak etik oleh Komite Etik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dengan No: 107/EA/KEPK/2022.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pada data yang telah dikumpulkan, diketahui distribusi karakteristik responden beserta variabel lain yang diteliti seperti yang disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 1.** Distribusi Karakteristik Responden dan Variabel yang terkait dengan Membaca Label Gizi pada Siswa SMA Al-Islam Krian, Sidoarjo (N=250)

Variabel	n	(%)
<b>Usia Responden</b>		
16 tahun	17	32,7
17 tahun	12	23,1
18 tahun	23	44,2
<b>Jenjang Kelas</b>		
Kelas X	72	28,8
Kelas XI	100	40
Kelas XII	78	31,2
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	88	35,2
Perempuan	162	64,8
<b>Keterpaparan Informasi Label Gizi</b>		
Kurang Terpapar	113	45,2
Terpapar dengan Baik	137	54,8
<b>Pengetahuan terkait Label Gizi</b>		
Kurang	51	20,4
Cukup	165	66
Baik	34	13,6
<b>Kebiasaan Membaca Label Gizi</b>		
Kurang	40	16
Cukup	172	68,8
Baik	38	15,2
<b>Frekuensi Membaca Label Gizi dalam</b>		
Tidak Pernah membaca	19	7,6
Jarang Membaca	88	35,2
Kadang Membaca	108	43,2
Sering Membaca	20	8
Selalu Membaca	15	6

Berdasarkan tabel 1 yang disajikan di atas, dapat dilihat bahwa responden yang mengikuti penelitian ini sebagian besar merupakan siswa kelas XI, berjenis kelamin perempuan, dan berusia 17 tahun. Pada status keterpaparan responden terhadap informasi terkait label gizi, mayoritas responden sudah pernah terpapar informasi dengan baik. Berdasarkan variabel pengetahuan terkait label gizi, mayoritas responden sudah memiliki pengetahuan yang cukup baik, namun hanya sedikit responden yang memiliki pengetahuan terkait label gizi yang baik. Hal ini juga terlihat pada variabel kebiasaan membaca label gizi, dimana mayoritas responden memiliki kebiasaan membaca label gizi yang cukup baik, dan hanya sedikit responden yang memiliki

kebiasaan membaca label gizi dalam kategori baik.

Dari data keterpaparan yang telah diperoleh, didapatkan bahwa mayoritas responden sudah terpapar informasi terkait nilai gizi dengan baik dari berbagai jenis media. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Assifa, 2012), bahwa sebanyak 76,1% siswa SMAN 68 Jakarta yang menjadi responden dalam penelitian tersebut sudah pernah terpapar dengan informasi terkait label pangan melalui beberapa media.

**Tabel 2.** Distribusi Jenis Media atau Sumber Informasi terkait Label Gizi pada Responden (N=250)

Jenis Media	n	(%)
Leaflet	203	81
Poster	157	62,8
Pamflet	81	32,4
Koran	78	31,2
Majalah	89	36
Televise	196	78,4
Instagram	182	72,8
Keluarga	153	61
Narasumber Seminar	73	29
Guru	168	67,2

Pada kuesioner keterpaparan terhadap informasi terkait label gizi ditanyakan beberapa media atau sumber informasi yang digunakan oleh responden dalam menerima atau memperoleh informasi terkait label gizi. Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa media *Leaflet* merupakan media yang paling banyak menjadi sumber informasi bagi responden dalam memperoleh informasi terkait label gizi, dan hanya sedikit responden yang menerima informasi terkait label gizi melalui media narasumber seminar. *Leaflet* merupakan media cetak yang digunakan sebagai alat bantu atau perantara dalam menyampaikan pesan

kesehatan yang berbentuk selebar kertas yang dilipat, biasanya terdiri dari tiga sampai dengan empat lipatan (Jatmika et al., 2019). Media *Leaflet* sering dipakai dalam promosi kesehatan karena tidak membutuhkan biaya produksi yang mahal, mudah dibawa serta dibaca kapanpun dan dimanapun (Ardyanto, 2018; Jatmika et al., 2019).

Tabel 3 yang disajikan di atas menunjukkan bahwa jenis zat gizi yang paling banyak tidak pernah dibaca oleh responden adalah zat gizi Natrium (Na). Pada frekuensi jarang, zat gizi yang paling banyak jarang dibaca adalah energi (40%). Sedangkan pada frekuensi “kadang”, zat gizi lemak menjadi zat gizi yang paling banyak dibaca (32,4%), Untuk frekuensi “sering”, zat gizi yang paling banyak dibaca adalah karbohidrat, dan untuk frekuensi “selalu”, tiga zat gizi paling menjadi zat gizi yang paling banyak dibaca oleh responden, yaitu energi, lemak, dan protein (4%), diikuti oleh karbohidrat 3,2% dan natrium 2%.

Dari 250 responden yang mengikuti penelitian, 43,2% responden kadang-kadang membaca label gizi, 35,2% responden jarang membaca label gizi, 8% responden sering membaca label gizi, 7,6% responden tidak pernah membaca label gizi, dan 6% responden selalu membaca label gizi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Liu et al., 2015). Dalam penelitian tersebut, (Liu et al., 2015) menyebutkan bahwa sebanyak 70% dari total responden yang mengikuti penelitiannya jarang atau tidak pernah memakai label gizi saat membeli makanan. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh (Ady, 2019) disebutkan bahwa sebagian besar responden yang mengikuti penelitiannya jarang membaca label gizi, yaitu terdapat sebanyak 61,4% responden. Sedangkan 28,6% dari total responden penelitiannya jarang membaca label gizi, dan 10% lainnya sering membaca label gizi.

**Tabel 3.** Distribusi Jenis Zat Gizi yang Paling Banyak Dibaca oleh Responden

Zat Gizi yang Dibaca	Frekuensi Membaca Zat Gizi				
	Tidak Pernah (%)	Jarang (%)	Kadang (%)	Sering (%)	Selalu (%)
Energi	19,6	40	28	8	4,4
Lemak	24,8	28,8	32,4	9,6	4,4
Protein	20,8	35,6	28	11,2	4,4
Karbohidrat	26,4	29,6	26,8	14	3,2
Natrium	38	37,2	17,2	5,6	2

**Tabel 4.** Hasil Uji Statistik Variabel yang terkait dengan Membaca Label Gizi pada Siswa SMA Al-Islam Krian, Sidoarjo

Variabel	Jenis Uji	P-Value	Kesimpulan
Keterpaparan Informasi Label Gizi	<i>Kolmogorov Smirnov</i>	0,000	Distribusi data tidak normal
Pengetahuan terkait Label Gizi	<i>Kolmogorov Smirnov</i>	0,000	Distribusi data tidak normal
Kebiasaan Membaca Label Gizi	<i>Kolmogorov Smirnov</i>	0,000	Distribusi data tidak normal
Hubungan Pengetahuan terkait Label Gizi dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi	<i>Spearman</i>	0,124	Tidak terdapat hubungan signifikan

Uji *Kolmogorov Smirnov* yang dilakukan pada data keterpaparan, pengetahuan, dan kebiasaan membaca label gizi digunakan untuk mengetahui apakah masing-masing data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Seperti yang disajikan pada Tabel 4 di atas, dapat diketahui bahwa ketiga data tersebut tidak berdistribusi normal karena *p-value* yang dihasilkan kurang dari 0,05. Sedangkan pada hasil pengujian hubungan antara variabel pengetahuan terkait label gizi dengan kebiasaan membaca label gizi diketahui bahwa *p-value* yang dihasilkan adalah sebesar 0,124 dan lebih besar daripada 0,05, dimana hal tersebut menandakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel tersebut.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan label gizi yang baik lebih banyak yang memiliki kebiasaan membaca label gizi yang baik (26,5%) pula dibandingkan dengan responden yang berpengetahuan kurang (11,8%) maupun responden dengan pengetahuan yang sedang (13,9%). Hasil ini serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Maemunah and Sjaaf, 2020) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara penggunaan label informasi nilai gizi dengan tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh responden.

Pengetahuan responden terkait dengan label gizi akan menjadikan responden memiliki pemahaman yang lebih baik dan dapat menggunakan informasi pada label gizi dibandingkan dengan responden yang kurang memiliki pengetahuan, sehingga responden dengan pengetahuan terkait label gizi yang lebih baik diharapkan dapat terhindar dari kejadian obesitas sentral. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anggraini et al., 2018) yang menyatakan bahwa responden yang memiliki status gizi normal memiliki pengetahuan mengenai cara membaca label gizi yang lebih baik dibandingkan dengan responden dengan status gizi obesitas.

Pada penelitian ini diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan terkait label gizi dengan kebiasaan membaca label gizi pada siswa SMAS Al-Islam Krian, Sidoarjo. Tidak adanya hubungan antara kedua variabel tersebut dikarenakan mayoritas responden sudah memiliki pengetahuan terkait label

gizi dan kebiasaan membaca label gizi yang sudah cukup baik.

Pada hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Al-Hafufi et al., 2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kesadaran responden terkait label gizi dan variabel kemampuan responden dalam membaca label gizi terhadap keputusan pembelian produk pangan yang dilakukan oleh responden. Dalam penelitian (Al-Hafufi et al., 2022) tersebut juga dijelaskan bahwa responden yang lebih memahami dan lebih sering membaca label gizi akan memiliki kebiasaan makan yang lebih baik, bahkan memiliki 8,3 kali kemungkinan yang lebih banyak untuk membaca label gizi sebelum responden tersebut membeli produk pangan kemasan dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki kesadaran untuk membaca label gizi.

Perubahan perilaku pada seseorang atau proses pengadopsian perilaku baru pada individu dapat terjadi setelah melewati beberapa tahap, yaitu perubahan positif terhadap pengetahuan, perubahan positif terhadap sikap, dan perubahan positif pada praktik atau tindakan. Namun, beberapa penelitian membuktikan bahwa tidak semua hal mengikuti proses tersebut, seringkali seorang individu sudah memiliki perilaku yang positif, meskipun pengetahuan dan sikapnya masih negatif (MRL et al., 2019). Dalam penelitian ini, yang dimaksud dengan domain *knowledge* atau pengetahuan adalah pengetahuan siswa SMA terkait informasi yang berhubungan dengan label gizi, dan domain *attitude* atau sikap merupakan sikap atau kebiasaan siswa SMA dalam membaca label gizi. Sedangkan yang dimaksud dengan domain *practice* atau tindakan adalah perilaku siswa SMA dalam menggunakan label gizi dalam memilih dan mengonsumsi pangan kemasan, serta pengadopsian perilaku baru yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penggunaan label gizi oleh siswa SMA sebelum memilih dan mengonsumsi pangan kemasan. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, siswa SMA yang menjadi responden dalam penelitian ini sudah memiliki pengetahuan dan kebiasaan membaca label gizi yang cukup baik, dengan kata lain bahwa domain pengetahuan dan domain sikap pada responden sudah dalam kategori positif. Namun untuk domain *practice* atau tindakan dari responden pada penelitian ini belum dapat diketahui, karena peneliti

**Tabel 5.** Hubungan antara Pengetahuan terkait Label Gizi dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi (N=250)

Pengetahuan terkait Label Gizi	Kebiasaan Membaca Label Gizi					
	Kurang		Cukup		Baik	
	n	%	n	%	n	%
Kurang	10	19,6	35	68,6	6	11,8
Cukup	27	16,4	115	69,7	23	13,9
Baik	3	8,8	22	64,7	9	26,5
Total	40	16	172	68,8	38	15,2

tidak meneliti variabel penggunaan label gizi oleh responden, oleh karena itu tidak dapat diketahui dengan pasti apakah domain tindakan pada siswa SMA ini sudah termasuk dalam kategori positif atau tidak.

Pada penelitian ini tidak ditanyakan mengenai informasi apa saja yang diterima responden melalui media yang dipakai serta bagaimana pemahaman responden terhadap informasi yang telah diterima tersebut. Selain itu, peneliti juga tidak melihat hubungan atau pengaruh dari pengetahuan dan kebiasaan membaca label gizi dengan pertimbangan responden dalam memilih produk pangan kemasan yang dibeli dan dikonsumsinya.

## KESIMPULAN

Mayoritas responden sudah terpapar informasi terkait label gizi dengan baik, dan media yang paling banyak digunakan oleh responden untuk mendapatkan informasi terkait label gizi adalah media *leaflet*. Pengetahuan terkait label gizi dan kebiasaan mayoritas responden dalam membaca label gizi terkategori cukup baik, namun tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel pengetahuan terkait label gizi dengan kebiasaan membaca label gizi pada responden. Untuk meningkatkan pengetahuan terkait label gizi dan kebiasaan membaca label gizi pada siswa, pemerintah diharapkan untuk berkoordinasi dengan pihak sekolah dalam meningkatkan kualitas dan standar pelayanan pendidikan dan kesehatan masyarakat melalui program pemberian fasilitas pendidikan gizi tentang label pangan dan label gizi untuk siswa minimal satu kali saat siswa berstatus menjadi siswa baru di sekolah tersebut melalui perantara pihak puskesmas atau dinas kesehatan terkait

## Acknowledgement

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak SMA Al-Islam Krian yang telah memberikan izin untuk dijadikan sebagai tempat berlangsungnya penelitian sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik. Selain itu, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh siswa yang bersedia menjadi responden penelitian ini.

## REFERENSI

Ady, D.D.W., 2019. Hubungan antara Kebiasaan Membaca Label Gizi dan Konsumsi Natrium dengan Hipertensi pada Wanita Usia  $\geq 40$  Tahun di Desa Modong, Kecamatan Tulangan. Universitas Airlangga, Surabaya.

Al-Hafufi, H.M., Alaban, A.G., Al-Hawas, A., Al-Haddad, M., Al-Kadem, M., 2022. Association between Nutrition Label

Awareness and the Decision to Purchase Food Products among College Students at King Faisal University. *ARC J. Nutr. Growth* 8, 1–8. <https://doi.org/10.20431/2455-2550.0801001>

- Anastasiou, K., Miller, M., Dickinson, K., 2019. The relationship between food label use and dietary intake in adults: A systematic review. *Appetite* 138, 280–291. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.03.025>
- Anggraini, S., Handayani, D., Kusumastuty, I., 2018. Tingkat Pengetahuan Cara Membaca Label Informasi Gizi Mahasiswa Status Gizi Normal Lebih Baik dibandingkan Mahasiswa Obesitas. *Indones. J. Hum. Nutr.* 5, 74–84. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.2>
- Ardyanto, D.H., 2018. Pengaruh Media Leaflet Makanan Sehat terhadap Pengetahuan Makanan Jajanan Siswa SD 6 Malangjiwan, Kecamatan Colomadu, Kabupaten Karanganyar. Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Asgha, B., 2016. Analisa Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi pada Produk Pangan oleh Konsumen di Kota Semarang. *NALISA PENGGUNAAN LABEL INFORMASI NILAI GIZI PADA PRODUK PANGAN OLEH KONSUMEN DI KOTA SEMARANG. J. Bul. Studi Ekon.* 21.
- Assifa, R.R., 2012. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Pangan pada Siswa SMA Negeri 68 Jakarta Tahun 2012.
- Cavaliere, A., De Marchi, E., Banterle, A., 2017. Investigation on the role of consumer health orientation in the use of food labels. *Public Health* 147, 119–127. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2017.02.011>
- Deshmukh, N., Goyal, R., 2017. Food Label Reading Knowledge and Understanding Among Consumers. *Int. J. Nutr. Pharmacol. Neurol. Dis.* 7, 71. [https://doi.org/10.4103/ijnpnd.ijnpnd\\_11\\_17](https://doi.org/10.4103/ijnpnd.ijnpnd_11_17)
- Donga, G., Patel, N., 2018. A Review of Research Studies on Factors Affecting Consumers' use of Nutritional Labels. *Nutr. Food Sci.* 7.
- Gezmen-Karadağ, M., Türközü, D., 2018. Consumers' Opinions and Use of Food Labels, Nutrition, and Health Claims: Results from Turkey. *J. Food Prod. Mark.* 24, 280–296. <https://doi.org/10.1080/10454446.2017.1266558>
- Jatmika, S.E.D., Maulana, M., Kuntoro, Martini, S., 2019. *PENGEMBANGAN MEDIA PROMOSI KESEHATAN*, First. ed. K-Media, Yogyakarta.
- Liu, R., Hoefkens, C., Verbeke, W., 2015. Chinese consumers' understanding and use of a food

- nutrition label and their determinants. *Food Qual. Prefer.* 41, 103–111. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2014.11.007>
- Maemunah, S., Sjaaf, A.C., 2020. Hubungan antara Pengetahuan Gizi, Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi, Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi dan Frekuensi Konsumsi Mi Instan pada Konsumen Jakarta dan Sekitarnya.
- Mauludyani, A.V.R., Nasution, Z., Aries, M., Rimbawan, R., Egayanti, Y., 2021. Knowledge on Nutrition Labels for Processed Food: Effect on Purchase Decision among Indonesian Consumers. *J. Gizi Dan Pangan* 16, 47–56. <https://doi.org/10.25182/jgp.2021.16.1.47-56>
- Miller, L.M.S., Cassady, D.L., 2015. The effects of nutrition knowledge on food label use. A review of the literature. *Appetite* 92, 207–216. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.05.029>
- MRL, A., Jaya, I., Mahendra, D., 2019. Buku Ajar Promosi Kesehatan. Universitas Kristen Indonesia.
- Ningtyas, I., Handayani, D., Kusumastuty, I., 2018. Pengetahuan Nutrition Facts dan Pemilihan Makanan Kemasan Mahasiswa Obesitas antara Metode Edukasi Personal dan Ceramah. *Amerta Nutr.* 2, 271. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i3.2018.271-282>
- Oktaviana, W., 2017. Hubungan antara Karakteristik Individu dan Pengetahuan Label Gizi dengan Membaca Label Gizi Produk Pangan Kemasan pada Konsumen di 9 Supermarket Wilayah Kota Tangerang Selatan Tahun 2016. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Palupi, I.R., Naomi, N.D., Susilo, J., 2017. Penggunaan Label Gizi dan Konsumsi Makanan Kemasan pada Anggota Persatuan Diabetisi Indonesia 11, 1–8.
- Permenkes RI No. 41 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. Dapat diakses di : <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/119080/permenkes-no-41-tahun-2014>
- Sinaga, C., Simanungkalit, S.F., 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi. *J. Endur.* 4, 192. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i1.3890>
- Sugiyono, 2019. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, 1st ed. Alfabeta, Bandung, Indonesia.
- UU No 18 tahun 2012 tentang Pangan. Dapat diakses di : <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/39100>
- Wahab, R.A., 2018. Food Label Use and Awareness of Nutritional Information Among Consumers in Bahrain: An Exploratory Study. *KnE Life Sci.* 4, 26. <https://doi.org/10.18502/cls.v4i6.3088>