

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN TINGKAT  
KEPATUHAN MEMBACA LABEL PANGAN MAKANAN  
KEMASAN PADA MAHASISWA PRODI GIZI UNIVERSITAS  
SULAWESI BARAT**



**UMI KALSUM YUSUF**

**B0420314**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT  
MAJENE  
OKTOBER 2024**

## ABSTRAK

Nama : Umi Kalsum Yusuf  
Program Studi : Gizi Fakultas Ilmu kesehatan  
Judul : **Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan Makanan Kemasan pada Mahasiswa Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat**

Tindakan membaca label pangan merupakan salah satu pilar Pesan Gizi Seimbang (PGS) yang dapat menunjang pola hidup sehat dengan membantu konsumen memilih bahan makanan yang dikonsumsinya sehingga aman bagi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan Makanan Kemasan pada Mahasiswa Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional dengan desain penelitian *cross sectional* dengan jumlah populasi 380 mahasiswa prodi gizi. Sampel yang digunakan berjumlah 87 mahasiswa prodi gizi yang diambil dengan menggunakan teknik *Probability Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner menggunakan media google form dan analisis data statistik menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan responden mengenai label pangan pada kategori baik sebanyak (4,6%), kategori cukup sebanyak (69,0%) dan kategori kurang sebanyak (26,4%). Sedangkan untuk tingkat kepatuhan, responden yang memiliki tingkat kepatuhan tertinggi berada pada kategori sedang yaitu sebanyak (85,1%), kategori tinggi sebanyak (11,5%), dan kategori rendah sebanyak (3,4%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa pengetahuan responden mengenai label pangan ada pada kategori cukup dan tingkat kepatuhan dalam membaca label pangan ada pada kategori sedang. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa  $p \text{ value} \leq \alpha (0,05)$ , yang artinya terdapat hubungan antara Pengetahuan dengan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan Makanan Kemasan pada Mahasiswa Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat. Mahasiswa gizi diharapkan dapat mengedukasi masyarakat akan pentingnya membaca label pangan pada makanan kemasan sebelum membeli produk tertentu, karena dapat menimbulkan dampak yang negatif.

Kata Kunci : *Kepatuhan, Label Pangan, Pengetahuan.*

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Salah satu faktor penting yang harus diperhatikan setiap orang untuk mencapai hidup sehat dan aman adalah keamanan pangan. Pangan yang sehat bebas dari kontaminasi fisik, kimia, dan mikrobiologi yang berbahaya bagi kesehatan. Produk yang terbuat dari bahan alami pada umumnya dibuat dengan mutu yang berkualitas tinggi dan dikemas sedemikian rupa agar terlihat menarik. Kemasan untuk pangan memiliki aturan tertentu, salah satunya yaitu mencantumkan label pangan (BPOM, 2011). Keamanan Pangan adalah kondisi dan upaya yang diperlukan untuk melindungi pangan dari kontaminasi biologis, kimia, dan kemungkinan kontaminasi lainnya yang dapat mengganggu, merugikan, atau mengancam kesehatan manusia, serta tidak bertentangan dengan agama, kepercayaan, dan budaya masyarakat sehingga aman untuk dikonsumsi (Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 86 Tahun 2019 Tentang Keamanan Pangan, 2019).

Kebiasaan tidak membaca label pangan justru berdampak buruk bagi konsumen. Hal ini bisa dimulai dari hal kecil seperti alergi. Tidak ada orang yang tidak memiliki alergi terhadap sesuatu atau bahkan jenis makanan tertentu. Orang yang menderita alergi laktosa atau *Lactose Intolerance*, dapat muncul ketika seseorang mengonsumsi makanan yang mengandung laktosa. Konsumen yang alergi terhadap *seafood* bisa saja mengalami kekambuhan alerginya ketika mengonsumsi makanan berbahan dasar makanan laut. Hal ini sudah tertera dan dijelaskan bahwa makanan tersebut mengandung laktosa ataupun *seafood* di label pangan (Assifa, 2012). Tindakan membaca label pangan yang merupakan salah satu pilar Pesan Gizi Seimbang (PGS) dapat menunjang pola hidup sehat dengan membantu konsumen memilih bahan makanan yang dikonsumsi sehingga aman bagi kesehatan. Konsumen akan lebih mudah memilih produk makanan jika label makanan kemasan berisi informasi yang jelas dan benar, yang juga dipengaruhi oleh pengetahuan konsumen tentang label makanan kemasan (Almatsier, 2011).

Memasukkan informasi nilai gizi dapat membantu konsumen memutuskan jenis dan jumlah zat gizi yang akan dikonsumsi. Selain itu, informasi nilai gizi dapat digunakan sebagai acuan untuk membandingkan produk yang berbeda, sehingga konsumen dapat memilih produk yang lebih baik dan sehat (Assifa, 2012). Tren global dalam membaca label pangan saat membeli pangan juga masih tergolong rendah. Hanya sekitar 9,3% konsumen yang mengklaim menggunakan pengetahuannya dalam membaca label pangan saat memilih produk makanan kemasan (Deshmukh, 2017 dalam (Nisa et al., 2024). Perilaku konsumen dalam membaca label pangan juga masih tergolong rendah di Indonesia. Sebuah penelitian terhadap mahasiswa di Surabaya juga menemukan bahwa mayoritas responden tidak memiliki kebiasaan membaca label informasi gizi sebelum membeli produk makanan kemasan (Oktarini et al., 2016). Sebuah penelitian pada mahasiswa jurusan Ilmu Gizi di Bogor pada tahun 2016 menemukan bahwa hanya 13,33% responden yang patuh membaca label makanan (Pane, 2016).

Penelitian yang dilakukan di Semarang pada tahun 2019 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa gizi UIN Walisongo Semarang memiliki pengetahuan tentang label pangan dengan kategori cukup (74,4%), kategori baik (12,8%) dan kategori kurang baik (12,8%). Mahasiswa gizi UIN Walisongo memiliki pengetahuan baik mengenai kadaluwarsa produk (95,3%), komposisi makanan (91,9%) dan informasi gizi (89,5%) (Maulida, 2019). Penelitian lain menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi kepatuhan saat membaca label makanan meliputi sikap terhadap label pangan dan faktor pribadi, seperti usia dan jenis kelamin. Masa dewasa awal merupakan masa dimana seseorang mencapai puncak kesehatannya. Usia juga dikaitkan dengan kematangan fisik dan kognitif, sehingga mempengaruhi sikap membaca label makanan dan meningkatkan kepatuhan (Nisa et al., 2024).

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 pangan yang rendah terjadi karena hambatan usaha pencarian informasi. Salah satu penghambat adalah ketidaktertarikan terhadap informasi yang dapat disebabkan oleh pemahaman tentang label yang kurang (Herviana et al., 2024).

Kebiasaan membaca label pangan pada mahasiswa masih tergolong rendah (Oktarini et al., 2016). Mahasiswa biasanya memiliki aktivitas yang padat dan aktif baik dalam kegiatan organisasi maupun akademik di kampus. Selain itu, karena mahasiswa biasanya tinggal jauh dari keluarga, tanggung jawab atas pilihan makanan ada di tangan mereka. Aktivitas yang intens dapat mempengaruhi pola makan sehingga meningkatkan frekuensi konsumsi makanan kemasan (Sudahono, Noti, 2014). Penelitian yang berkaitan dengan pengetahuan dengan tingkat kepatuhan mahasiswa membaca label pangan masih sangat jarang dilakukan, terutama di Sulawesi.

Perilaku membaca label pangan merupakan salah satu tindakan preventif dalam upaya menjaga kesehatan, namun ternyata penelitian yang mengkaji terkait hal ini belum banyak dilakukan, termasuk di Provinsi Sulawesi Barat Kabupaten Majene tepatnya di Universitas Sulawesi Barat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan Makanan Kemasan pada Mahasiswa Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada “hubungan pengetahuan dengan tingkat kepatuhan membaca label pangan makanan kemasan”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan Makanan Kemasan pada Mahasiswa Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui pengetahuan terkait label pangan makanan kemasan pada mahasiswa Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat.
2. Untuk mengetahui tingkat kepatuhan membaca label pangan makanan kemasan pada mahasiswa Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Manfaat penelitian ini bagi peneliti sendiri adalah mendapatkan pengalaman dan menambah pengetahuan. Penelitian ini di harapkan dapat menjadi acuan untuk menambah pengetahuan.

### **1.4.2 Bagi Masyarakat**

Dapat mengetahui betapa pentingnya membaca label pangan makanan kemasan sehingga dapat memperhatikan setiap makanan kemasan yang ingin dikonsumsi.

### **1.4.3 Bagi Instansi**

Sebagai bahan evaluasi dan masukan bagi pengembangan penulisan dan penelitian karya ilmiah, khususnya yang berkaitan dengan kepatuhan membaca label pangan makanan kemasan dan hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Pedomen Umum Gizi Seimbang**

Menurut (Aristina et al., 2021) isi Pedomen Umum Gizi Seimbang sebagai berikut:

1. Biasakan konsumsi beranekaragam makanan pokok.
2. Batasi konsumsi pangan manis, asin, dan berlemak.
  - a. Kementerian kesehatan membatasi konsumsi gula tidak lebih dari 3-5% kebutuhan energi atau 50 gram/hari yaitu setara dengan 5-9 sendok teh.
  - b. Konsumsi lemak yang harus dibatasi yaitu lemak yang berasal dari lemak jenuh karena dapat berisiko membahayakan kesehatan.
  - c. Konsumsi garam beryodium. Garam dibatasi hingga 2.400 mg atau sekitar 1 sendok teh/hari karena berisiko terhadap kenaikan tekanan darah.
3. Lakukan aktifitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan ideal.
  - a. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan seperti yoga, olahraga, mengepel, menyapu, membersihkan halaman, memasak dan lain-lain.
  - b. Konsumsi energi yang berlebih dapat mengakibatkan obesitas yang ditandai oleh kenaikan berat badan yang melebihi normal.
4. Biasakan konsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi.
5. Cuci tangan pakai sabun dengan air yang mengalir.
6. Biasakan sarapan pagi. Makan pagi dengan rutin merupakan pola konsumsi makanan yang sehat.
7. Biasakan konsumsi minum air putih yang cukup dan aman. Mengonsumsi air mineral yang aman dan cukup jumlahnya yaitu tidak kurang dari 8 gelas sehari/2 liter.
8. Banyak makan buah dan sayur.
9. Biasakan membaca label pada kemasan pangan (*food labelling*). Konsumsi makan yang aman bagi kesehatan dengan memperhatikan bahan, *nutrition fact* dan tanggal kadaluarsa pada kemasan.
10. Syukur dan nikmati aneka ragam makanan.

- a. Setiap jenis makanan memiliki kandungan zat gizi yang berbeda-beda. Satu sama lain saling melengkapi kebutuhan tubuh manusia.
- b. Dengan mengonsumsi beraneka ragam makanan akan dapat mencukupi kekurangan zat gizi dari satu jenis makanan. Hal ini karena satu sama lain dapat saling melengkapi kandungan zat gizi pada suatu makanan.

## **2.2 Label Pangan**

### **2.2.1 Pengertian Label Pangan**

Label pangan adalah setiap keterangan pangan dalam bentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lain yang ditempelkan pada kemasan pangan, dimasukkan atau disertakan dalam kemasan. Label setidaknya harus memuat nama produk, daftar bahan yang digunakan, berat bersih atau isi bersih, nama dan alamat produsen, tanggal kadaluwarsa, dan nomor pendaftaran, serta kandungan zat gizi. Label harus terletak pada tempat yang mudah dilihat dan tidak mudah luntur, serta tidak boleh lepas dari kemasannya (BPOM, 2018).

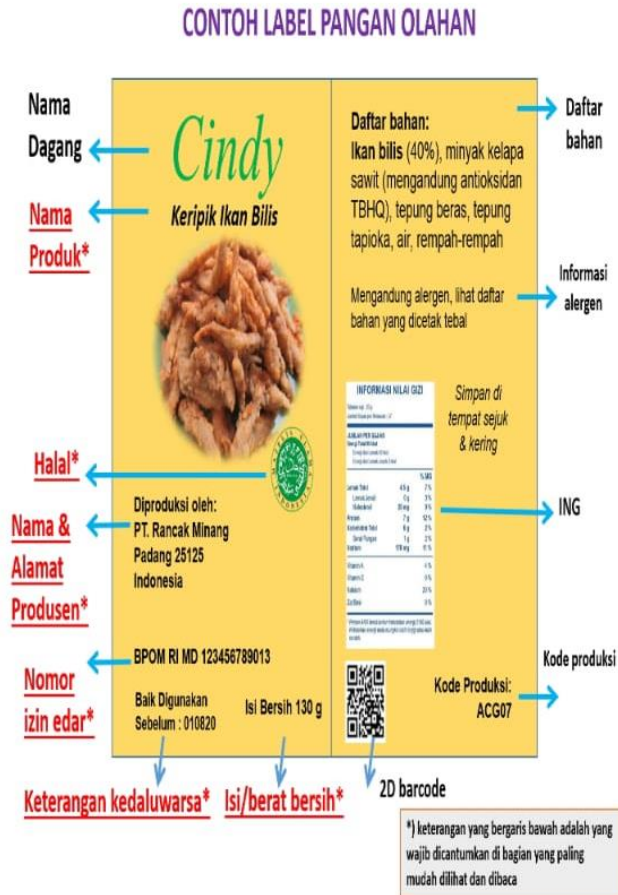
Label pangan ini digunakan untuk mencegah efek yang mungkin ditimbulkan pada produk pangan saat dikonsumsi oleh konsumen. Karena hal ini diatur dalam undang-undang Indonesia saat ini, maka perlu adanya jaminan perlindungan konsumen terhadap suatu produk pangan. Hal ini ditunjukkan dengan peraturan pemerintah tentang keamanan pangan, seperti peraturan pemerintah Nomor 28 tahun 2004 tentang Keamanan, Mutu dan Gizi Pangan, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 tahun 1999 tentang Perlindungan Konsumen. Pelabelan pangan dapat melindungi konsumen dari penjualan dan penggunaan pangan fungsional yang tidak memenuhi standar keamanan (BPOM RI, 2011).

### **2.2.2 Keterangan pada label pangan**

Menurut Peraturan BPOM Nomor 31 Tahun 2018 tentang Label Pangan Olahan, Peraturan BPOM Nomor 16 Tahun 2020 tentang Pencantuman Informasi Nilai Gizi pada label Pangan Olahan yang diproduksi oleh UMKM dan Peraturan BPOM No 22 Tahun 2019 tentang Informasi Nilai Gizi pada



Label Pangan Olahan. Label Pangan Olahan merupakan semua informasi tentang nilai gizi yang disertakan pada label pangan yang dimasukkan dalam bentuk apa pun (BPOM, 2018).



**Gambar 2.1 Contoh Label Pangan Olahan**

*Sumber (BPOM, 2018)*

### 1. Nama Produk Pangan

Nama produk terdiri atas nama jenis pangan olahan dan nama dagang. Menurut BPOM tahun 2018 nama dagang sebagaimana tidak dapat digunakan apabila nama dagang memuat unsur sebagai berikut:

- Bertentangan hukum, moralitas agama, budaya, kesusilaan, dan/atau kesepakatan umum;
- Tidak memiliki kekuatan diskriminasi;
- Telah menjadi milik umum;
- Menggunakan nama jenis atau nama umum/generik yang terkait pangan olahan yang bersangkutan;

- e. Menggunakan istilah “sifat” yang secara langsung atau tidak langsung dapat mempengaruhi penafsiran terhadap pangan olahan;
- f. Menggunakan istilah yang berkaitan dengan keamanan pangan, gizi, dan/atau kesehatan; dan/atau
- g. Menggunakan nama dagang yang mempunyai sertifikat merek atas nama orang perseorangan atau badan usaha lain.

## **2. Komposisi Pangan**

Peraturan Pemerintah Nomor 69 tahun 1999 tentang Label dan Iklan Pangan mengatur bahwa informasi tentang bahan yang digunakan dalam proses produksi dicantumkan secara berurutan sesuai bahan terbanyak (bahan utama), kecuali vitamin, mineral, dan zat gizi lainnya. Standar Nasional Indonesia (SNI) menyatakan bahwa nama yang dicantumkan pada label harus berasal dari nama yang lazim atau umum. Udara yang ditambahkan ke produk harus ditulis pada label, kecuali udara tersebut telah menguap seluruhnya selama proses pengolahan (BPOM RI, 2011).

Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 69 tahun 1999 tentang Label pangan dan Iklan Pangan, menyatakan bahwa pada label pangan yang mengandung bahan tambahan pangan (BTP) harus mencantumkan jenis golongannya yang tentunya sudah memiliki nama sendiri atau sudah ada kode internasionalnya. Untuk BTP yang mengandung pewarna, label harus wajib mencantumkan nama dan golongan BTP serta indeks pewarna yang relatif (BPOM RI, 2011). Komposisi pangan memberikan informasi mengenai jenis, jumlah, bumbu dan bahan kimia dalam produk pangan. Pencantuman komposisi pangan harus diawali dengan keterangan:

- a. Daftar bahan
- b. Bahan yang digunakan
- c. Bahan
- d. Komposisi

## **3. Berat Bersih**

Berat bersih merupakan informasi mengenai jumlah pangan olahan yang terkandung dalam wadah atau kemasan dalam satuan metrik. Penulis satuan berat bersih termasuk: padat (ditulis dalam miligram (mg), gram

(g), kilogram (kg), cair (ditulis dalam mililiter (ml atau mL), liter (l atau L); atau semi padat (ditulis dalam mililiter (ml atau mL), liter (l atau L) (BPOM, 2018).

#### **4. Alamat Produksi**

Produsen pangan, importir, pemberi kontak, penerima kontak, dan/atau pemberi lisensi pangan wajib mencantumkan nama dan alamatnya (BPOM, 2018). Nama dan alamat pihak yang memproduksi atau mengimpor harus dicantumkan di tempat yang mudah dilihat dan dibaca oleh konsumen (BPOM, 2018).

#### **5. Tanggal Kadaluwarsa**

Keterangan kadaluwarsa (BPOM, 2018) berarti bahwa kualitas makanan dapat dipertahankan selama penyimpanannya sesuai dengan proses produsen. Keterangan kadaluwarsa yang dicantumkan meliputi tanggal, bulan, dan tahun. Pangan Olahan memiliki umur simpan tiga bulan atau kurang. Keterangan kadaluwarsa diawali dengan tulisan “Baik digunakan sebelum”. Keterangan kadaluwarsa dapat dicantumkan terpisah dari tulisan “Baik digunakan sebelum”, dan disertai dengan petunjuk dimana mencantuman tanggal kadaluwarsa, yang dapat berupa:

- a. ”Baik digunakan sebelum, lihat di bawah kaleng”
- b. ”Baik digunakan sebelum, lihat di tutup botol”.

Pangan olahan yang tidak perlu mencantumkan keterangan tanggal kadaluwarsa (BPOM, 2018):

- a. Minuman yang mengandung alkohol paling sedikit 7% (tujuh persen), antara lain Anggur (Grape Wine), Still Grape Wine, Anggur Sparkling dan Semi Sparkling, Anggur Fortifikasi, Anggur Liqueur dan Anggur Manis, Anggur Buah, Anggur Beras, Anggur Beras Ketan, Anggur Brem Bali, Anggur Sayur (Vegetable Wine), Tuak, Anggur Tonikum Kinina, Sake, Mead, Anggur Madu, dan Minuman Spirit yang Mengandung lebih dari 15% Etanol (tergantung Kategori Pangan);
- b. Cuka;
- c. Roti dan kue kering yang mempunyai masa simpan kurang dari atau sama dengan 24 (dua puluh empat) jam.

## **6. Nomor Pendaftaran**

Nomor registrasi adalah nomor persetujuan keamanan, mutu, dan gizi pangan serta label pangan dalam rangka peredaran pangan yang diterbitkan oleh Badan POM RI/Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota. Ada dua jenis nomor registrasi (BPOM RI, 2011):

- a. MD dan SP/P-IRT untuk nomor registrasi nasional, setelah lolos evaluasi oleh pemerintah, produk dijamin aman. MD adalah Pangan Dalam Negeri yang dikeluarkan oleh BPOM RI. SP adalah Sertifikat Penyuluhan/P-IRT adalah Pangan Industri Rumah Tangga yang diterbitkan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota.
- b. ML untuk nomor registrasi produk impor, setelah lolos evaluasi pemerintah menjamin keamanan produk tersebut. ML itu merupakan Makanan Luar Negeri.

## **7. Kode Produksi Pangan**

Kode produksi pangan merupakan uraian tentang sejarah produksi pangan yang bersangkutan. Kode produksi pangan nasional harus diawali dengan “BPOM RI MD” diikuti dengan angka. Pencantuman kode produksi pangan impor harus diawali dengan tulisan “BPOM RI ML” diikuti dengan angka. Apabila pangan olahan tersebut merupakan pangan yang diolah oleh industri dalam negeri, maka pada labelnya harus dicantumkan tulisan “P-IRT” yang diikuti dengan nomor Sertifikat Produksi Pangan Industri Dalam Negeri (SPP-IDN) (BPOM, 2018).

## **8. Informasi Gizi**

Informasi nilai gizi merupakan daftar kandungan gizi pangan yang dilaporkan pada label pangan format yang standar. Pencantuman informasi tentang nilai gizi berbeda-beda di setiap negara; ada yang bersifat wajib, ada yang bersifat sukarela (BPOM RI, 2011).

- a. Pencantuman informasi nilai gizi di Indonesia dilaksanakan secara sukarela, namun wajib membuat label pangan yang memuat informasi tertentu seperti (BPOM RI, 2011):

- 1) Adanya pernyataan bahwa pangan tersebut mengandung vitamin, mineral, atau zat gizi lainnya, misalnya pangan yang mengandung pangan yang diklaim untuk diet khusus.
  - 2) Sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku di bidang mutu gizi pangan, perlu dilakukan penambahan vitamin, mineral, atau zat gizi lainnya (pangan harus difortifikasi).
- b. Menurut BPOM dalam Pedoman Pencantuman Informasi Nilai Gizi pada Label Pangan 2011, zat gizi yang dicantumkan dibagi menjadi:
- 1) Zat gizi yang harus disertakan adalah: energi total, lemak total, protein, karbohidrat total dan natrium.
  - 2) Zat gizi yang harus dimasukkan sesuai dengan kebutuhan tertentu: energi dari lemak, lemak jenuh, lemak trans, kolesterol, gula, vitamin A, vitamin C, kalsium, zat besi.
  - 3) Zat gizi lain yang harus ditambahkan atau diperkaya menurut ketentuan yang berlaku dan keterangan (klaim)nya tercantum pada label pangan. Zat gizi yang dicantumkan secara sukarela pada informasi nilai gizi telah sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Zat gizi tersebut antara lain energi dari lemak jenuh, MUFA, PUFA, kalium, serat pangan larut, serat pangan tidak larut, gula alkohol, karbohidrat lain, vitamin, mineral dan zat gizi lain.
- c. Informasi mengenai kandungan gizi harus dicantumkan dalam persentase Angka Kecukupan Gizi (AKG). AKG pada label informasi nilai gizi adalah rata-rata jumlah kecukupan suatu zat gizi yang dibutuhkan setiap hari oleh individu berdasarkan kelompok umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, aktivitas fisik dan kondisi fisiologi khusus untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal. AKG merupakan pelabelan sesuai kelompok umur menurut undang-undang nomor 14 Badan Pengawas Obat dan Makanan RI No. 9 Tahun 2016 tentang Acuan Label Gizi (BPOM, 2018).
- d. Acuan label gizi dalam produk tersebut dikategorikan ke dalam beberapa kelompok konsumen seperti berikut (BPOM, 2018).

- 1) Acuan Label Gizi untuk makanan yang dikonsumsi masyarakat umum
  - 2) Acuan Label Gizi untuk makanan bayi usia 0 sampai 6 bulan
  - 3) Acuan Label Gizi untuk makanan bayi usia 7 sampai 11 bulan
  - 4) Acuan Label Gizi untuk makanan anak usia 1 sampai 3 tahun
  - 5) Acuan Label Gizi untuk makanan ibu hamil
  - 6) Acuan Label Gizi untuk makanan ibu menyusui
- e. Informasi yang wajib dicantumkan pada bagian informasi nilai gizi adalah sebagai berikut (BPOM RI, 2011).

1) Takaran Saji

Informasi mengenai Takaran Saji adalah informasi pertama yang tercantum dalam format ING.

Pencantuman

Takaran Saji dicantumkan sebagai jumlah zat gizi dalam Satuan Metrik (termasuk mg, g, ml) dan dapat diikuti dengan satuan URT, seperti berikut :

"Takaran saji ... g (... sendok makan)" atau

"Takaran saji ... ml (... gelas)".

2) Jumlah Sajian Per Kemasan

Jumlah sajian per kemasan menunjukkan banyaknya Takaran Saji yang terkandung dalam satu kemasan Pangan.

Pencantuman

a) Jika kemasan pangan berisi lebih dari 1 (satu) Takaran Saji, maka jumlah sajian per kemasan ditunjukkan sebagai berikut: ".. sajian per kemasan" atau "Sajian per kemasan ..“

b) Jika kemasan pangan berisi sajian tunggal, pada pangan tersebut tidak wajib mencantumkan informasi mengenai jumlah sajian per kemasan.

3) Jumlah Per Sajian

Deskripsi zat gizi yang tertera pada ing merupakan kandungan masing-masing zat gizi per sajian. Oleh karena itu, sebelum uraian tentang zat gizi, tulisan berikut ini harus

dicantumkan dalam huruf besar (kapital) dan tebal (*bold*) :  
**“JUMLAH PER SAJIAN”**

4) Persentase Akg

Persentase AKG merupakan kontribusi zat gizi dalam satu sajian produk dibandingkan dengan jumlah zat gizi yang dibutuhkan per hari.

5) Catatan Kaki

Catatan kaki memberikan informasi yang menjelaskan bahwa persentase AKG yang ditunjukkan pada ING dihitung berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi ini bisa lebih tinggi atau lebih rendah, disesuaikan dengan kebutuhan.

Pencantuman

a) Contoh tulisan yang dapat mencakup sebagai berikut:

*\*Persen AKG didasarkan pada kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.*

b) Catatan kaki ditulis dengan huruf miring (*italic*) pada bagian bawah dan merupakan keterangan terakhir pada kotak ING.

c) Catatan kaki tidak perlu dicantumkan untuk Pangan yang ditujukan bagi bayi dan anak sampai usia 3 tahun, produk PKMK, pangan olahan yang memerlukan fortifikasi, dan pangan olahan wajib fortifikasi, dan pangan olahan antara.

d) Catatan kaki untuk pangan yang diperuntukkan bagi ibu hamil dan/atau ibu menyusui adalah 2510 kkal (ibu hamil) dan 2615 kkal (ibu menyusui).

6) Nilai Gizi

Informasi Nilai Gizi yang dihitung berdasarkan kebutuhan energi sebesar 2000 kkal, mencakup seluruh zat gizi yang terkandung dalam setiap sajian (BPOM RI, 2011).

a) Energi Total

Merupakan jumlah energi yang berasal dari lemak, protein dan karbohidrat. Energi total dicantumkan dalam satuan kkal per takaran saji.

b) Lemak Total

Menggambarkan kandungan semua asam lemak dalam pangan dan dinyatakan sebagai trigliserida. Kandungan lemak total dicantumkan dalam gram per porsi dan sebagai persentase AKG lemak, dengan tulisan tebal (bold).

c) Protein

Kandungan protein mengacu pada kandungan semua asam amino dalam suatu produk pangan. Kandungan protein tercantum dalam gram per porsi dan dalam persentase AKG, dengan tulisan tebal (bold).

d) Karbohidrat Total

Karbohidrat total meliputi gula, pati, serat pangan dan komponen karbohidrat lainnya. Kandungan karbohidrat total ditampilkan dalam gram per porsi dan dalam persentase AKG, dengan tulisan tebal (bold).

e) Natrium

Kandungan natrium dinyatakan dalam milligram per porsi dan dalam persentase AKG, dengan tulisan tebal (bold).

f) Format Informasi Nilai Gizi

Berdasarkan luas permukaan label pangan, format informasi nilai gizi sebagaimana dinyatakan oleh (BPOM RI, 2011), dikelompokkan atas:

1. Format variabel, untuk kemasan dengan luas permukaan label lebih dari 100 cm<sup>2</sup>. Format ini untuk menggambarkan penulisan label informasi nilai gizi yang umum digunakan di Indonesia, dan terdapat beberapa model masing-masing memiliki tujuan berbeda yaitu diantaranya:



- a. Umum
  - b. Pangan bagi bayi/anak umur 6-24 bulan
  - c. Pangan untuk anak usia 2-5 tahun
  - d. Pangan yang mengandung dua atau lebih pangan yang dikemas tersendiri untuk dikonsumsi secara terpisah
  - e. Pangan dengan rasa, aroma, dan warna yang berbeda.
2. Format horizontal, untuk kemasan dengan luas permukaan label  $100 \text{ cm}^2$  atau kurang. Ada dua format yang tersedia yaitu yang pertama adalah format linier dimana semua informasi dicantumkan dalam satu kolom, dan yang kedua adalah format tabular/horizontal dimana informasi ditampilkan dalam kolom atau baris.
  3. Format pada kemasan pangan dengan luas permukaan label  $30 \text{ cm}^2$  atau kurang. Format ini dicantumkan nomor telepon atau alamat lengkap sehingga konsumen dapat memperoleh informasi gizi. Ketentuan ini hanya diperbolehkan apabila label pangan tidak memuat fakta gizi, klaim fungsi gizi, klaim kesehatan atau informasi gizi lainnya pada label pangan.

Lebih lanjut BPOM 2011 menyebutkan bahwa pencantuman label informasi gizi pada kemasan tidak hanya menjadi kewajiban bagi produk pangan (misalnya produk yang mencantumkan klaim). Namun pemberian label dimaksudkan untuk membantu konsumen memahami kandungan gizi pada produk pangan tersebut. Label ini biasanya terletak di bagian belakang, samping, atau bawah kemasan (BPOM RI, 2011).

Contoh format penulisan label informasi nilai gizi disajikan pada gambar di bawah ini.

FORMAT UMUM :

INFORMASI NILAI GIZI		
Takaran saji ..... (URT) ..... (g/ml)		
Jumlah Sajian per Kemasan : .....		
JUMLAH PER SAJIAN		
Energi Total ... kkal	Energi dari Lemak ... kkal	
	Energi dari Lemak jenuh ... kkal	
		% AKG *
<b>Lemak Total</b>	.... g	..... %
<b>Lemak Jenuh</b>	.... g	..... %
Lemak tidak jenuh tunggal	.... g	
Lemak tidak jenuh ganda	.... g	
<b>Lemak trans</b>	.... g	
<b>Kolesterol</b>	.... mg	..... %
<b>Protein</b>	.... g	..... %
<b>Karbohidrat Total</b>	.... g	..... %
<b>Serat pangan</b>	.... g	..... %
Serat pangan larut	.... g	
Serat pangan tidak larut	.... g	
<b>Gula</b>	.... g	
Gula alkohol	.... g	
Karbohidrat lain	.... g	
<b>Natrium</b>	.... mg	..... %
<b>Kalium</b>	.... mg	..... %
<b>Vitamin A</b>		..... %
<b>Vitamin C</b>		..... %
Vitamin lain		..... %
<b>Kalsium</b>		..... %
<b>Zat Besi</b>		..... %
Mineral lain		..... %
* Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2000 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih		

Catatan : Tidak ditentukan adanya perbedaan warna untuk setiap informasi dalam Informasi Nilai Gizi. Perbedaan warna sebagaimana ditunjukkan dalam contoh semata-mata dimaksudkan untuk menggambarkan sifat masing-masing informasi.

Biru : wajib dicantumkan (mandatory)

Merah : wajib dicantumkan dengan persyaratan tertentu

Hijau : dapat dicantumkan secara sukarela (voluntary)

Gambar 2.2 Format Penulisan Label Informasi Nilai Gizi Menurut BPOM

Sumber (BPOM RI, 2011)

## **9. Petunjuk atau Cara Penyimpanan Dan Penggunaan**

Informasi mengenai cara penyimpanan harus dicantumkan pada label pangan olahan yang mempunyai tanggal kadaluwarsa yang dipengaruhi oleh kondisi penyimpanan dan harus disimpan dalam kondisi penyimpanan khusus. Cara penyimpanan ini harus dicantumkan di sebelah tanggal kadaluwarsa (BPOM, 2018).

## **10. Logo Halal**

Pelaku usaha yang memproduksi atau mengimpor pangan olahan kemasan eceran untuk tujuan perdagangan di wilayah Indonesia wajib mencantumkan informasi halal setelah memperoleh sertifikat halal. Informasi halal dicantumkan pada bagian yang paling terlihat dan mudah dibaca oleh konsumen. Ketentuan lebih lanjut mengenai pencantuman informasi halal akan dilaksanakan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan (BPOM, 2018).

## **2.3 Pengetahuan Label Pangan**

### **2.3.1 Pengertian Pengetahuan Label Pangan**

Pengalaman dan penelitian telah membuktikan bahwa tindakan yang dimungkinkan oleh pengetahuan bertahan lebih lama dibandingkan tindakan yang tidak didasarkan pada pengetahuan. Pengetahuan diperlukan untuk mendorong sikap dan tindakan, dan pengetahuan juga dapat dikatakan mendorong tindakan masyarakat (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan merupakan hasil persepsi individu terhadap sesuatu, misalnya penglihatan, pendengaran, penciuman, atau sentuhan. Pengetahuan merupakan hal yang penting dalam membentuk perilaku individu. Tindakan berbasis pengetahuan bersifat jangka panjang dan berkelanjutan.

Memahami label pangan merupakan pengetahuan penting dan esensial bagi konsumen. Pengetahuan konsumen mempengaruhi perilaku membaca label pangan pada makanan kemasan, karena perilaku tersebut menjadi upaya untuk berperilaku sehat (Oktaviani, 2017). Pengetahuan label pangan telah diatur oleh BPOM yang dimana bertujuan untuk memberikan informasi pada masyarakat agar dapat memilih pangan olahan sesuai dengan kebutuhan gizi masing-masing individu (BPOM, 2011).

### 2.3.2 Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo tahun 2010 pengetahuan tercakup dalam domain kognitif yang mempunyai 6 (enam) tingkatan:

1. Tahu (*Know*)

“Mengetahui” diartikan sebagai mengingat kembali ingatan akan pembelajaran sebelumnya. Tingkat ini melibatkan mengingat hal-hal spesifik dari seluruh benda yang dipelajari. “Tahu” adalah tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur apa yang diketahui orang tentang subjek penelitian meliputi sebab, penjelasan, dan lain-lain.

2. Memahami (*Comprehension*)

Pemahaman didefinisikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan dengan benar objek yang diketahui dan menafsirkan konten dengan benar. Seseorang yang telah memahami objek atau materi harus mampu menjelaskan, menyebutkan contoh, dan melestarikan objek yang diteliti.

3. Aplikasi (*Aplication*)

Keterampilan penerapan diterapkan sebagai kemampuan untuk menggunakan apa yang telah Anda pelajari dalam situasi kehidupan nyata. Penerapan di sini dapat diartikan sebagai penerapan atau pengetahuan dalam konteks dan situasi lain, seperti hukum, rumus, metode, prinsip, dan lain-lain.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk mendeskripsikan materi atau pokok bahasan ke dalam komponen-komponennya dan bagaimana keterkaitannya satu sama lain dalam suatu struktur organisasi. Kemampuan analitis ini terlihat pada penggunaan kata kerja seperti mendeskripsikan, membedakan, dan memisahkan.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Komposisi mengacu pada kemampuan menyusun atau menghubungkan bagian-bagian untuk menciptakan keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah kemampuan mengedit informasi baru dari formulasi yang sudah ada.

## 6. Penilaian (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan mengidentifikasi atau mengevaluasi bahan atau benda. Evaluasi ini dapat didasarkan pada kriteria yang ditentukan secara independen atau menggunakan kriteria yang ada.

### 2.4 Kepatuhan Membaca Label Pangan

#### 2.4.1 Pengertian Kepatuhan Label Pangan

Kepatuhan merupakan perubahan perilaku dari bertindak tidak sesuai peraturan menjadi bertindak sesuai peraturan. Kepatuhan merupakan perilaku yang sehat atau terbuka. Perilaku terbuka bersifat nyata dan mudah diamati secara langsung maupun tidak langsung. Dengan mengukur secara langsung perilaku terbuka yaitu dengan mengamati perilaku subjek penelitian dalam hal ini mahasiswa Program Penelitian Gizi Universitas Sulawesi Barat. Pengukuran kepatuhan dilakukan dengan mengamati langsung kepatuhan siswa dalam membaca label pangan kemasan (Notoatmodjo, 2014).

Setiap tindakan dan keinginan konsumen untuk membaca label pangan sesuai dengan peraturan dan anjuran yang berlaku sebelum mengonsumsi pangan berarti memahami kepatuhan konsumen. Membaca label pangan merupakan suatu tindakan yang harus dilakukan konsumen sebelum membeli dan mengonsumsi suatu produk, dan apabila suatu produk tidak sesuai dengan label yang tertera pada kemasannya maka konsumen dapat menuntut haknya untuk meminta ganti rugi (Asmaiyar (2004) dalam (Assifa, 2012a).

#### 2.4.2 Faktor yang mempengaruhi kepatuhan label pangan

##### 1. Jenis Kelamin

Gender merupakan salah satu faktor yang termasuk dalam demografi seseorang. Menurut Michell (1993), Muttoharoh (2013) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan terhadap suatu informasi, salah satunya adalah gender yang dapat mempengaruhi penggunaan label makanan. Penelitian yang dilakukan oleh (Oktarini et al., 2016) menyatakan bahwa responden perempuan memiliki kebiasaan membaca label pangan dibandingkan dengan laki-laki.

## 2. Usia

Usia merupakan salah satu karakteristik pribadi yang paling umum digunakan untuk mengukur sesuatu. Secara biologis, menurut Kementerian Kesehatan RI (2013), remaja/dewasa berusia 19 hingga 64 tahun dan lansia berusia 65 tahun ke atas lebih sensitif terhadap informasi yang mungkin mempengaruhi perilaku kesehatannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Devi et al., 2013) menyatakan bahwa variabel usia merupakan faktor risiko dengan nilai OR sebesar 0,804 dan terdapat hubungan positif antara usia dengan kebiasaan memilih makanan kemasan. Semakin tua usia responden maka semakin baik pula kebiasaannya dalam memilih makanan kemasan.

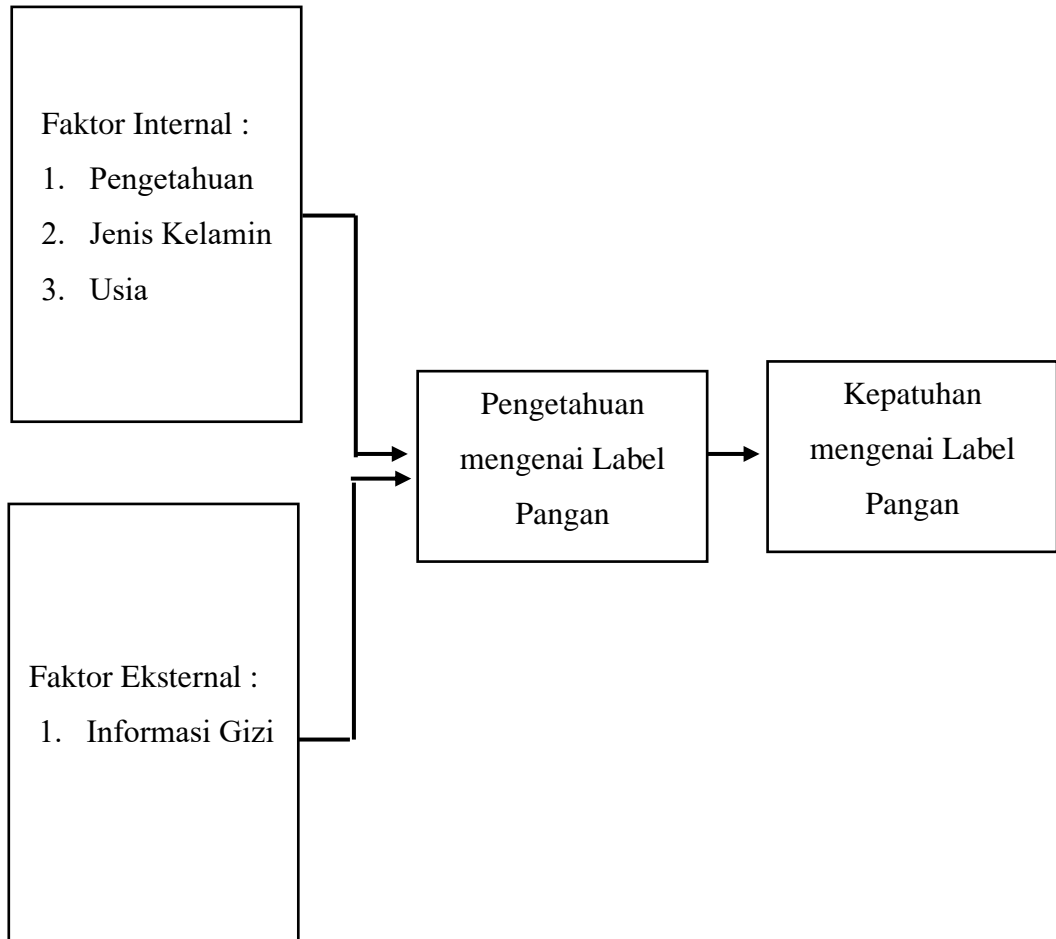
### **2.5 Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan**

Pengetahuan label pangan bisa mempengaruhi tingkat kepatuhan membaca label pangan. Seperti penelitian (Assifa, 2012a). Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan cukup cenderung lebih mengikuti pembacaan label pangan dibandingkan responden yang memiliki pengetahuan kurang mengenai gizi dan label pangan. Jumlah responden yang memiliki pengetahuan cukup tentang gizi dan label pangan serta bersedia membaca label pangan sebanyak 68 (57,6%); jumlah responden yang patuh terhadap display sebanyak 68 (57,6%). 29 responden (41,4%) membaca label makanan. Hasil analisis bivariat menunjukkan  $p < 0,05$ . Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan label pangan dengan tingkat kepatuhan membaca label pangan. Nilai OR sebesar 1,9 berarti responden yang mempunyai pengetahuan baik tentang gizi dan label pangan mempunyai kemungkinan 1,9 kali lebih besar untuk mengikuti pembacaan label pangan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nafisah et al., 2023) dengan analisis data menggunakan uji Mann-Whitney dan uji Chi-square menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan status gizi ( $p=0,114$ ), dan kesadaran akan status gizi ( $p=0,028$ ). Kepatuhan pembacaan label makanan mengenai gizi ( $p=0,599$ ), asupan makanan mengenai status gizi ( $p=0,721$ ). Dapat

disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan terhadap label gizi dengan pembacaan status gizi. Namun terdapat hubungan antara persepsi dengan status gizi. Berbeda pada penelitian (Pane, 2016), Hasil korelasi spearman menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan label pangan dengan tingkat kesadaran, sikap dan kepatuhan, dengan p-value > 0,05. Grunert (2010) menjelaskan, ada beberapa hambatan konsumen yang tidak memperhatikan label pangan. Salah satunya adalah kontak berupa pengetahuan tidak memberikan pengaruh yang jelas terhadap persepsi.

## KERANGKA TEORI



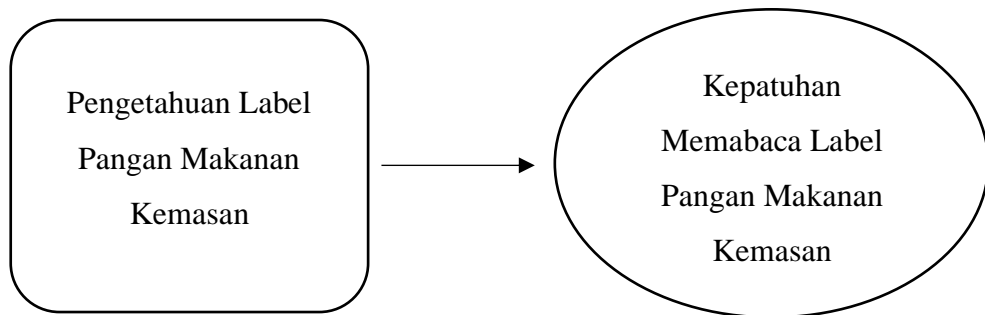
*Sumber : (Maulida, 2019)*

**Gambar 2.3 Kerangka Teori**



**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS**

**3.1 Kerangka Konsep**



**Gambar 3.1 Kerangka Konsep**

Keterangan :

▭ : Variabel Independen

→ : Hubungan

○ : Variabel Dependen

**3.2 Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan suatu kesimpulan sementara yang bersikap teoritis serta merupakan jawaban permasalahan dimana kesimpulan tersebut harus diuji kebenarannya berdasarkan data yang didapatkan melalui hasil penelitian.

Ho : Tidak adanya Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan Makanan Kemasan pada Mahasiswa Gizi Universitas Sulawesi Barat.

H1 : Terdapat Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan Makanan Kemasan pada Mahasiswa Gizi Universitas Sulawesi Barat.

## **BAB IV**

### **METODE PENELITIAN**

#### **4.1 Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian observasional analitik merupakan penelitian yang mengkaji hubungan antara dua variabel ataupun lebih dan peneliti cukup hanya mengamati tanpa melakukan intervensi pada subjek penelitian. Pendekatan *cross sectional* merupakan jenis penelitian yang hanya melakukan pengukuran data pengamatan subjek penelitian sebanyak satu kali pada satu saat. Satu saat yang dimaksudkan di sini bukanlah semua subjek penelitian diteliti secara bersamaan di saat yang sama, akan tetapi tiap subjek hanya diobservasi sebanyak satu kali dan pengukuran variabel subjek dilakukan pada saat tersebut (Harlan et al., 2018).

#### **4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini telah dilaksanakan di Prodi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat, Majene dan waktu penelitian dilakukan pada bulan Juli – September 2024.

#### **4.3 Populasi, Sampel, dan Penentuan Besar Sampel**

##### **4.3.1 Populasi**

Populasi merupakan keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang ingin diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat. Populasi terdiri dari semua angkatan mahasiswa gizi pada Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat. Dengan jumlah populasi sebanyak 380 mahasiswa.

##### **4.3.2 Sampel**

Sampel dari penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa Prodi Gizi Universitas Sulawesi Barat yang sesuai dengan kriteria inklusi sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik sampling dengan menggunakan teknik *Probability Sampling* dengan metode *Multistage Random Sampling* yaitu dimana pengambilan sampel yang

digunakan bila anggota populasinya tidak homogen dalam hal ini adalah heterogen yang memiliki strata atau lapisan yang homogen.

#### 4.3.3 Penentuan Besar Sampel

Populasi Mahasiswa Prodi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi barat diketahui berjumlah 380 mahasiswa, maka untuk menentukan sampel menggunakan rumus *Slovin*, yaitu:

$$n = \frac{N}{1+N.d^2}$$

Keterangan :

N : Populasi Mahasiswa Gizi Fikes Universitas Sulawesi Barat

n : Besar Sampel

d : Tingkat Kepercayaan (Ketepatan yang diinginkan) sebesar 90%

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1+N.d^2} \\ &= \frac{380}{1+380.(0,1)^2} \\ &= 79 + 10\% = 87 \text{ orang} \end{aligned}$$

Jumlah sampel keseluruhan penelitian dengan menggunakan rumus *Slovin* adalah sebesar 79. Jumlah yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian menjadi 87 orang untuk memperkecil terjadinya kesalahan dalam penarikan sampel. Untuk teknik penarikan sampel sebagai berikut ini:

$$n_{20} = \frac{N_{20}}{N} \times n$$

Keterangan :

$n_{20}$  : Sampel pada Angkatan 20

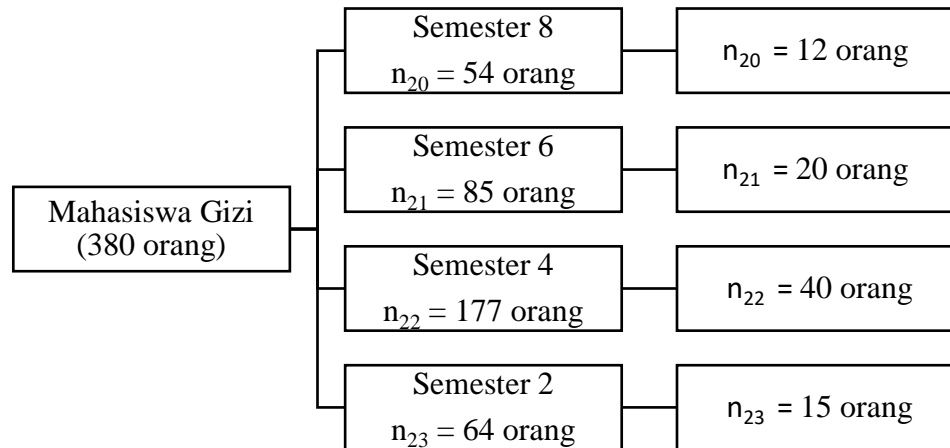
$N_{20}$  : Populasi pada Angkatan 20

N : Populasi Keseluruhan

n : Sampel Keseluruhan

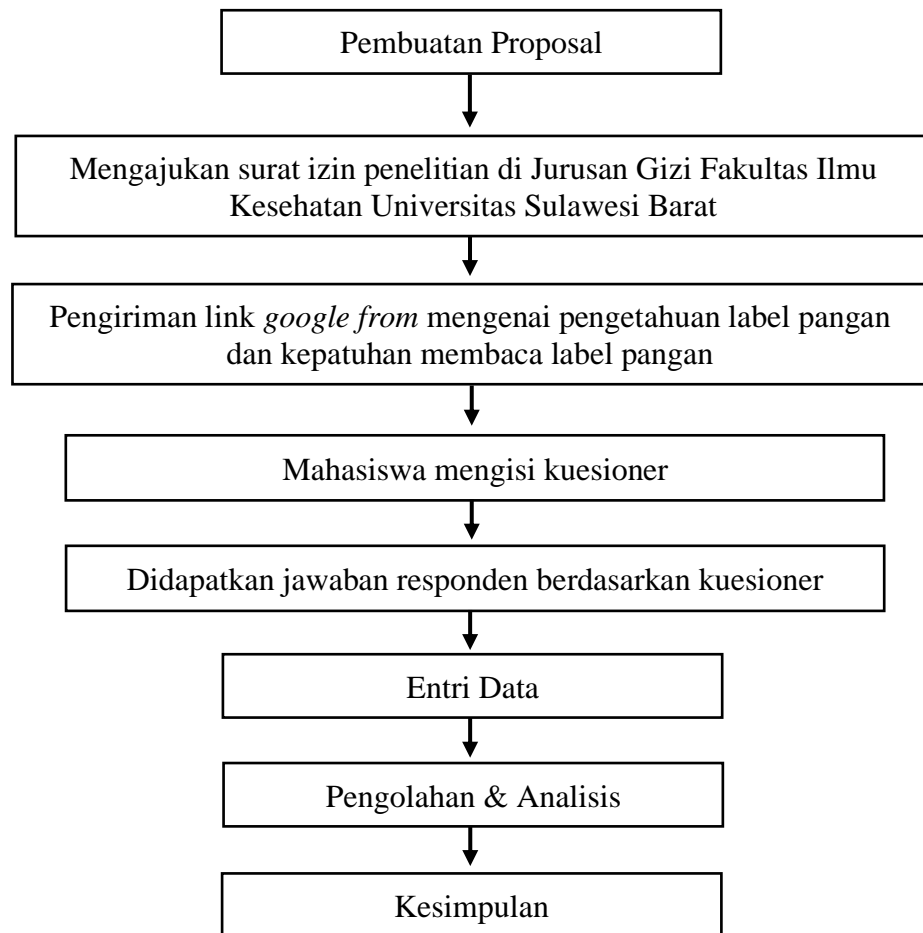
Penentuan jumlah sampel setiap angkatan dilakukan secara proporsional dengan cara acak dan ditentukan berdasarkan jumlah mahasiswa dari masing-masing angkatan.

Distribusi sampel dilakukan dengan menggunakan metode *Multistage Random Sampling*.



**Gambar 4.1 Penentuan Besar Sampel**

#### 4.4 Alur Penelitian



#### 4.5 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah fitur atau sifat nilai seseorang, objek, organisasi, atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan

1. Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

“Pengetahuan” adalah variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini. Variabel ini sering disebut sebagai variabel yang mempengaruhi atau yang menyebabkan munculnya variabel terikat.

2. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Dalam penelitian ini variabel terikat yang digunakan adalah “Kepatuhan Mahasiswa Dalam Membaca Label Pangan”, yang merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.

## 4.6 Jenis dan Cara Pengumpulan Data

### 4.6.1 Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data kuantitatif yang diperoleh melalui pengisian kuesioner pengetahuan dan kepatuhan membaca label pangan

### 4.6.2 Cara Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dilakukan dengan pembagian link kuesioner yang telah di buat di *google form* kepada responden secara *person to person*. Responden mengisi sendiri link kuesioner yang telah dibagikan melalu chat whatsapp setelah mendapat petunjuk cara mengisinya. Untuk mengurangi bias respons sampel, pengumpulan survei akan dilakukan pada hari yang sama dengan penyelesaian survei. Data utama yang dikumpulkan adalah karakteristik individu (usia dan jenis kelamin). Data penting lainnya yang dikumpulkan antara lain sumber informasi label pangan, tingkat mahasiswa gizi (semester), prioritas membaca informasi label pangan, pengetahuan tentang label pangan, dan tingkat kepatuhan membaca label pangan.

### 4.6.3 Analisis Data

#### 1. Analisis *Univariat*

Analisis digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau mengilustrasikan data yang dikumpulkan. Hasil univariat disajikan dalam bentuk tabel deskriptif. Variabel-variabel yang dilakukan dalam analisis univariat menentukan hubungan antara distribusi frekuensi masing-masing variabel. Analisis univariat digunakan mengetahui gambaran umum mengenai karakteristik responden, seperti jenis kelamin, usia, sumber informasi label pangan, pengetahuan tentang label pangan, tingkat kepatuhan membaca label pangan, dan prioritas membaca label makanan.

#### 2. Analisis *Bivariat*

Analisis bivariat merupakan analisis yang mencakup variabel independen dan variabel dependen. Data yang diperoleh dari kedua variabel merupakan data kategorikal. Oleh karena itu, uji chi-square digunakan untuk pengujian statistik. Pengujian ini bertujuan untuk

menguji hubungan pengetahuan dengan tingkat kepatuhan dalam membaca label pangan untuk pangan kemasan.

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel independen dan dependen maka nilai  $\rho$  dibandingkan dengan tingkat kesalahan yang digunakan yaitu  $\alpha$  (*alpha*) yaitu 5% atau 0,05. Apabila nilai  $\rho \leq \alpha$  (0,05)  $H_0$  ditolak (hipotesis penelitian) diterima, maka hipotesis terbukti terdapat hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kepatuhan mahasiswa membaca label pangan makanan kemasan. Jika nilai  $\rho \geq \alpha$  (0,05)  $H_0$  diterima (hipotesis penelitian) ditolak, maka tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kepatuhan mahasiswa dalam membaca label pangan pada makanan kemasan.

### 3. Definisi Operasional

**Tabel 4.1 Definisi Operasional**

Variabel	Definisi Operasional	Kriteria Pengukuran	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
<b>Pengetahuan mengenai label pangan</b>	Semua informasi yang dimiliki responden mengenai label makanan. Pertanyaannya antara lain pengertian label pangan, manfaat membaca label pangan, dan pemahaman setiap bagian label pangan seperti merek, berat bersih, komposisi, tanggal best before, alamat produksi, informasi gizi, dan logo halal.	Dinilai berdasarkan skala salah (0) dan benar (1) dan dikategorikan menjadi baik, cukup, kurang	Kuesioner	Skor total adalah 19. Kategori penilaian: Baik Jika skor $\geq 84,75$ , Cukup Jika skor $< 84,75$ , & Kurang Jika skor $< 56,5$  <i>Sumber : (Notoadmojo, 2007)</i>  $\frac{\text{Jumlah Benar}}{\text{Jumlah Pertanyaan}} \times 100\%$	<b>Ordinal</b>
<b>Kepatuhan membaca label pangan</b>	Seberapa sering responden membaca label makanan yang mencantumkan merek, berat bersih, komposisi, tanggal terbaik sebelum, alamat produksi, informasi nutrisi, dan logo halal	Kuesioner perilaku membaca label pangan terdiri dari empat pilihan jawaban  Pernyataan Positif (1=tidak pernah, 2=jarang, 3=sering, dan 4=selalu)  Pernyataan Negatif (1=selalu, 2=sering, 3=jarang, dan 4=tidak pernah)	Kuesioner	Skor total dari setiap variabel diindeks menjadi skala 1 sampai 4. Kategorian pembagian Tingkat kepatuhan : Tinggi Jika Skor $\geq 81$ , Sedang Jika Skor $< 81$ , & Rendah Jika Skor $< 51$  $\frac{\text{Jumlah Skor Jawaban}}{\text{Jumlah Skor Pertanyaan} \times 4} \times 100\%$	<b>Ordinal</b>



#### **4.7 Etika Penelitian**

Etika adalah ilmu yang mempelajari tentang apa yang baik dan buruk. Adapun etika dalam penelitian yang diterapkan selama proses penelitian berlangsung yaitu:

1. Mendapatkan Izin

Sebelum melakukan penelitian hal yang perlu dilakukan yaitu melakukan perizinan dari semua pihak yang terlibat dalam penelitian

2. Merahasiakan Data Responde

Peneliti bertanggung jawab penuh terhadap kerahasiaan data dari responden seperti biodata responden.

3. Hindari Menipulasi Data

Tidak di izinkan bagi peneliti untuk mengubah data untuk mendapatkan hasil yang diinginkan

4. Transparansi

Peneliti harus terbuka tentang metodologi penelitian, sumber data, dan metode yang digunakan agar orang lain dapat menverifikasi dan mengavaluasi hasil yang benar

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2011). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Alristina, AD, KM, S., Ethasari, RK, Gz, S., Gz, M., Laili, RD, ... & Gz, S. (2021). *Buku pembelajaran ilmu gizi dasar*. Penerbit CV. Sarnu Untung.
- Assifa. (2012). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Pangan pada Siswa SMA Negeri 68 Jakarta Tahun 2012*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- BPOM. (2011). *Peraturan Kepala BPOM RI No HK.03.1.23.11.11.09605 Tahun 2011*. Jakarta : BPOM RI
- BPOM. (2018). *Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan No. 31 tentang Label Pangan Olahan*. Jakarta : BPOM RI
- BPOM RI. (2011). *Pedoman Pencantuman Informasi Nilai Gizi pada Label Pangan*. Jakarta : BPOM RI
- Campos, S., Doxey, J., & Hammond, D. (2011). *Nutrition Labels on Pre-packaged Foods'a Systematic Review*. Public Health Nutrition, vol. 14, Iss. 8, pp 1496-1506.  
<https://doi.org/10.1017/S1368980010003290>
- Devi, V. C., Sartono, A., & Isworo, J. T. (2013). *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 2013*. Jurnal Gizi, 2(2), 1-12.
- Fatmaningtyas, H., & Andrias, D. R. (2016). *Hubungan pengetahuan dan keterampilan dengan kepatuhan membaca label gizi makanan kemasan pada ibu balita di Kecamatan Rungkut, Surabaya*. Jurnal Penelitian Kesehatan, 14(3), 20-29.
- Grujić, S., Grujić, R., Petrović, D., & Gajić, J. (2013). *The importance of consumers' knowledge about food quality, labeling and safety in food choice*. Journal of food research, 2(5), 57.  
<https://doi.org/10.5539/jfr.v5p57>

- Grunert, K. G., Fernández-Celemín, L., Wills, J. M., Bonsmann, S. S. G., & Nureeva, L. (2010). *Use and Understanding of Nutrition Information on Food Labels in Six European Countries*. *Journal of Public Health*, 18(3), 261-227. <https://doi.org/10.1007/s10389-009-0307-0>
- Grunert, Klaus., & Willss Jossephine. (2007). *A Riview of European research on consumer response to nutrition information on food labels*. *Journal of Public Health*, 15(5), 385-399. <https://doi.org/10.1007/s10389-007-0101-9>
- Harlan, Johan & Sutjiati, R. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Universitas Gunadarma.
- Herviana, H., Rosyidah, H. N., & Rizma, A. (2024). *Analisis Pengaruh Sikap terhadap Kesehatan dan Label Kepada Kepatuhan Membaca Label Produk Pangan pada Mahasiswa Gizi Provinsi Kepulauan Riau Institut Kesehatan Mitra Bunda telah Diatur dalam UU No. 18 Tahun 2012 tentang Pangan pada Pasal 97 Ayat 1*. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Umum*, 2(1), 137-143.
- Illavina, I., & Kusumaningati, W. (2022). Pengaruh edukasi pembacaan label informasi nilai gizi dengan media slide powerpoint terhadap pengetahuan siswa SMA Kota Depok. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(1), 27-35. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.27-35>
- Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar : Riskesdas*. Jakarta : Balitbang.
- Kim, S.Y., Nayga, R.M., Jr., dan Capps, O., Jr., 2001. *Food label use, self-selectivity, and diet quality*. *The Journal of Consumers Affairs*, 35(2).
- Maulida, A.Z. (2019). *Membaca Label Pangan pada Mahasiswa Gizi UIN Walisongo Semarang*.
- 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.
- Muttoharoh, (2013). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Membaca Label Informasi Nilai Gizi, Komposisi dan Kadaluarsa pada Ibu T yang memiliki Anak di TK Fatahillah Depok Tahun 2013*. Skripsi. Universitas Indonesia. Jakarta.

- Nafisah, Masrikhiyah, R., & Setyaningsih, S. (2023). *Hubunngan Tingkat Pengetahuan, Persepsi dan Kepatuhan Membaca Label Pangan Makanan Kemasan terhadap Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan*. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*, 5(01), 15-21.
- Nisa, L., Nuryanto, N., Purwanti, R., & Dieny, F. F. (2024). *Hubungan Pengetahuan dan Sikapterkait Label Pangan dengan Kepatuhan Membaca Label Pangan pada Mahasiswa Universitas Diponegoro*. *Journal of Nutrition College*, 13(1), 81-88.  
<https://doi.org/10.14710/jnc.v13i1.40154>.
- Nayga. (1996). *Determinants of Consumers's Use of Nutritional Information On Food Packages*. *Jurnal of Economics Association*, 28,2,303-302.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Prilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Oktarini, N. O, Nadhiroh, S. R., & Nindya, T. S. (2016). *Jenis Kelamin dan Pengetahuan dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi di Kalangan Mahasiswa*. *Adi Husada Nursing Journal*, 2(2), 49-52.
- Oktaviani, W. (2017). *Hubungan antara Karakteristik Individu dan Pengetahuan Label Gizi dengan Membaca Label Gizi Produk Pangan Kemasan paa Konsumen di 9 Supermarket Wilayah Kota Semarang*. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah : Jakarta. *Occupational Medicine*, 53(4), 130.
- Pane, P. S. (2016). *Analisis Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan pada Mahasiswa Gizi Institut Pertanian Bogor*. 2(2), 1-18.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 86 Tahun 2019 tentang Keamanan Pangan. (2019). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 86 Tahun 2019 tentang Keamanan Pangan*. *Peraturan Pemerintah Tentang Keamanan Pangan*, 2019(86), 1-102.
- Riyanti, A., Junita, D., & Rosalina, E. (2020). *Perbedaan Pengetahuan Dan Perilaku Membaca Label Pangan Antara Mahasiswa Prodi Gizi Dan Non Gizi Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi*. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 225-233.

<https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.221>

- Sudahono, Noti, and I. Y. (2014). *Gambaran Perilaku Membaca Label Pangan dan Pengetahuan Gizi pada Mahasiswa Jenjang Sarjana Reguler Fakultas Masyarakat Universitas Indonesia Angkatan 2013*. Skripsi.
- Widiawati, D., Giovani, S., Puteri, NE, & Shiba, H. (2022). *Tinjauan Pengetahuan dan Kepatuhan Sivitas Akademika Universitas Al-Azhar Indonesia dalam Membaca Label Pangan*. *Jurnal Sains dan Teknologi Al-Azhar Indonesia Seri*, 7 (1), 65-71.
- Yolanda, Y. (2023). *Hubungan Karakteristik Dan Pengetahuan Individu Dengan Kebiasaan Membaca Label Produk Makanan Kemasan Pada Konsumen Di Minimarket Kota Bengkulu*. Tesis PhD. Universitas Perintis Indonesia.