

## **Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi**

**Christoper Sinaga, Sintha Fransiske Simanungkalit\***

Fakultas Ilmu Kesehatan UPN "Veteran" Jakarta

\*Email Korespondensi : [sintha\\_fs@yahoo.com](mailto:sintha_fs@yahoo.com)

**Submitted :10-01-2019, Reviewed:30-01-2019, Accepted:12-02-2019**

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v4i1.3890>

### **ABSTRAK**

*Label informasi gizi memiliki peranan penting dalam pemilihan makanan yang sehat (Signal, 2007). BPKN (Badan Perlindungan Konsumen Nasional) tahun 2013 menyatakan perilaku membaca label informasi gizi di Indonesia hanya sebesar 7,9%. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku membaca label informasi gizi di Sekolah Menengah Kejuruan Farmasi Harapan Massa Depok tahun 2018. Penelitian ini merupakan penelitian deksriptif analitik. Sampel berjumlah 98 responden dengan penarikan sampel menggunakan metode stratified random sampling. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku membaca label informasi gizi dengan jenis kelamin ( $p$ -value: 0,019) dan sikap ( $p$ -value: 0,019). Sementara itu status pekerjaan ayah ( $p$ -value: 0,521) dan pengetahuan label informasi gizi ( $p$ -value: 0,172) tidak bermakna. Jenis kelamin dan sikap siswa/i berhubungan dengan perilaku membaca label informasi gizi. Kesimpulan peneliti sekolah perlu diberikan penyuluhan media cetak, ceramah, dan diskusi terkait manfaat dan pentingnya membaca label informasi gizi.*

**Kata kunci :** Label Informasi Gizi; Perilaku; Sikap

### **ABSTRACT**

*Nutritional information labels have an important role in the selection of healthy foods (Signal, 2007). BPKN of year 2013 states the behavior of reading nutrition information labels in indonesia only 7,9%. This study was conducted to determine the factors associated with reading nutritional information label behavior in Sekolah Menengah Kejuruan Farmasi Harapan Massa Depok of year 2018. This study used a cross sectional study design. Sample amounted to 98 respondents taken data with stratified random sampling methode. Bivariate results showed that there were a significant relationship between reading behavior of nutrition information label with gender ( $p$ -value: 0,019) and attitude ( $p$ -value: 0,019). While the employment status of father ( $p$ -value: 0,521) and knowledge of nutrition information label ( $p$ -value: 0,172) was not significant. Gender and student attitude related to nutritional information label reading behavior. The suggestion from this study was this school can be given counseling through printed media, lectures, and discussions related to the benefits of reading nutrition information labels.*

**Keywords:** Nutritional Information Label; Behavior; Attitude

## PENDAHULUAN

Label informasi gizi pada produk makanan kemasan merupakan salah satu informasi nilai gizi yang tertera pada kemasan bertujuan untuk memilih produk makanan kemasan yang sehat sesuai kebutuhan konsumen (BPOM, 2005). Pemberian label pangan bertujuan untuk memberikan informasi mengenai asal, keamanan, mutu, kandungan gizi, dan keterangan lain yang benar jelas kepada masyarakat mengenai setiap produk makanan yang dikemas (Kartika, 2015). Membaca label informasi nilai gizi pada produk makanan kemasan sangatlah penting karena memberi manfaat berupa informasi kandungan gizi yang tertera pada label makanan kemasan yang disertakan dengan benar serta mudah dipahami akan memberikan dampak positif konsumen untuk memilih produk tersebut (Khory dan Nurjanah, 2016).

Hasil kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN), pada tahun 2007 menjelaskan bahwa hanya 6,7% konsumen di Indonesia yang memperhatikan label pada produk pangan kemasan untuk memilih produk makanan tersebut. Penelitian yang sama juga namun di tahun yang berbeda menunjukkan bahwa 36,5% masyarakat Indonesia lebih tertarik membaca dan memperhatikan label halal, tidak sedikit jauh berbeda sebesar 34,9% lebih memperhatikan waktu kedaluwarsa, kemudian sebesar 20,6% memperhatikan pencantuman nama produk, namun untuk masalah komposisi makanan dan informasi nilai gizi hanya sebesar 7,9%. Dalam hal ini masyarakat Indonesia masih belum sadar untuk memperhatikan komposisi gizi yang tertera pada label makanan kemasan (BPKN, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Asmaiyar (2004) menyatakan bahwa sebesar 53,1% responden perempuan membaca label gizi pada kemasan makanan dibandingkan dengan responden laki-laki yang hanya sebesar 19,2%. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviana (2016) yang menjelaskan

bahwa para wanita lebih memperhatikan label gizi dibandingkan dengan para pria. Namun ternyata sebaliknya ditemukan juga penelitian yang menyatakan bahwa rata-rata perilaku membaca label informasi gizi ditemukan lebih tinggi pada laki-laki daripada perempuan (Mediani, 2014).

Zahara dan Triyanti (2009) memaparkan penelitian mereka bahwa variabel status pekerjaan ayah dan latar pendidikan ayah merupakan indikator bagi status ekonomi responden. Sehingga dalam hal ini dengan status pekerjaan ayah yang tetap dan pendidikan yang baik maka setiap kebutuhan dasar khususnya dalam membeli produk makanan dapat terjamin. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asgha (2016) bahwa mereka yang memiliki pendapatan yang tinggi karena status pekerjaan yang mapan/tetap akan lebih memperhatikan label informasi gizi untuk pemilihan produk makanan yang berkualitas.

Penelitian lain juga membuktikan bahwa mereka yang memahami pengetahuan gizi, akan lebih memperhatikan zat-zat gizi pada label makanan kemasan (Darajat dkk, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Miller dan Cassady (2015) menunjukkan bahwa konsumen yang sebelumnya memiliki pengetahuan yang baik lebih sering membaca label informasi gizi. menurut penelitian tersebut menjelaskan pengetahuan mendukung terciptanya perilaku membaca label informasi gizi.

Sikap dapat menjadi penentu bagi individu untuk menyatakan perilaku dalam suatu keadaan. Dalam hal ini khususnya menentukan pemilihan makanan seperti kandungan gizi yang terutama lalu diikuti oleh harga, rasa, dan kemudahannya (Huda dan Andrias, 2016). Perilaku membaca label informasi gizi ditemukan pada mereka yang memiliki sikap baik terhadap kesehatan dan label gizi tersebut (Zahara dan Triyanti, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Shofiyya (2017) dimana persentase yang tidak memahami isi dari label informasi gizi yang tertera pada

makanan kemasan cukup tinggi yaitu sebesar 61,9%. Hasil dari beberapa hasil penelitian Zahara dan Triyanti (2009), Kim dkk (2014), Mediani (2014), Ginting dkk (2015), dan Darajat dkk (2016) dalam perilaku membaca label informasi nilai gizi, penelitian ini bertujuan menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin, status pekerjaan ayah, pengetahuan, dan sikap pada perilaku membaca label informasi gizi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif ini berdesain *cross sectional*, dilakukan di Sekolah Menengah Kejuruan Farmasi Harapan Massa Kota Depok. Sampel penelitian ini adalah siswa/i kelas X (sepuluh) dan XI (sebelas) pada tahun ajaran 2017-2018. Kelas XII (Duabelas) tidak diikutsertakan karena sedang persiapan ujian kompetensi keahlian dan ujian nasional.

Data yang digunakan adalah berupa data primer yang didapatkan dari pengisian instrumen kuesioner oleh responden. Analisis data yang dilakukan berupa

analisis data univariat untuk mendapatkan gambaran dari setiap variabel bebas dan terikat. Kemudian analisis bivariat untuk mendapatkan hubungan antara variabel bebas dan terikat mengenai perilaku membaca label informasi gizi. analisis bivariat dilakukan dengan metode *uji chi square* dengan nilai  $\alpha = 0,05$ .

Metode penarikan sampel menggunakan desain *stratified method sampling*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah murid kelas X dan XI, mampu berkomunikasi dan jujur serta bersedia menjadi responden. Perkiraan proporsi didapatkan dari penelitian sebelumnya Darajat dkk tahun 2016, nilai  $P_1 = 11,8\%$  perilaku tidak membaca label informasi gizi bersikap negatif, nilai  $P_2 = 42\%$  perilaku tidak membaca label informasi gizi bersikap positif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Bivariat

Berikut tabel hubungan jenis kelamin dengan perilaku membaca label informasi gizi siswa/i:

**Tabel 1. Hubungan Jenis Kelamin Dengan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi Siswa/i**

Jenis Kelamin	Perilaku Membaca Label Informasi Gizi						P Value
	Baik		Kurang		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Laki-Laki	10	40,0	15	60,0	25	100,0	0,019
Perempuan	11	15,1	62	84,9	73	100,0	
<b>Jumlah</b>	<b>21</b>	<b>21,4</b>	<b>77</b>	<b>78,6</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>	

Berdasarkan hasil gambaran distribusi populasi responden diketahui bahwa proporsi responden berjenis kelamin perempuan memiliki persentase sebesar 75,5% lebih banyak dibandingkan responden yang berjenis kelamin laki-laki dengan persentase sebesar 24,5%. Oleh karena itu dapat dinyatakan bahwa meskipun proporsi keseluruhan responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan namun dalam perilaku membaca label informasi gizi tergolong kurang dengan persentase sebesar 84,9%. Sementara itu

meskipun proporsi keseluruhan responden lebih sedikit yang berjenis kelamin laki-laki namun dalam perilaku membaca label informasi gizi tergolong baik dengan persentase 40,0%.

Hal ini sama dengan penelitian di negara Korea Selatan juga pada tahun 2010 dimana terdapat hubungan jenis kelamin dengan perilaku membaca label informasi gizi (Lee dkk, 2010). Kemudian penelitian di negara yang sama namun di tahun yang berbeda juga menunjukkan hasil yang sama dimana terdapat hubungan yang nyata

antara jenis kelamin dengan perilaku membaca label informasi gizi (Kim dkk, 2014). Dalam hal ini justru para siswa laki-laki yang memiliki perilaku membaca label informasi gizi, hal ini sejalan dengan

penelitian Oktaviana (2016) menyatakan bahwa tidak menutup kemungkinan para pebelanja laki-laki juga membaca label informasi gizi. sehingga terdapat hubungan nyata diantara kedua variabel tersebut.

**Tabel 2. Hubungan Status Pekerjaan Ayah Dengan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi Siswa/i**

Status Pekerjaan Ayah	Perilaku Membaca Label Informasi Gizi				Total		P Value
	Baik		Kurang				
	n	%	n	%	n	%	
Tetap	14	24,6	43	75,4	57	100	0,521
Tidak Tetap	7	17,1	34	82,9	41	100	
<b>Jumlah</b>	<b>21</b>	<b>21,4</b>	<b>77</b>	<b>78,6</b>	<b>98</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel bahwa siswa/i yang memiliki orang tua khususnya ayah dengan status pekerjaan yang tetap memiliki perilaku baik dalam membaca label informasi gizi, persentasenya sebesar 24,6%. Sementara siswa/i yang ayahnya memiliki status pekerjaan yang tidak tetap berperilaku kurang dalam membaca label informasi gizi dengan persentase sebesar 82,9%. Nilai *p value* menunjukkan hasil sebesar 0,521 dimana lebih besar dari 0,05. Dapat dinyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status pekerjaan ayah dengan perilaku membaca label informasi gizi pada siswa/i.

Penelitian oleh Asgha (2016) juga menunjukkan bahwa mereka yang

berpendapatan tinggi (status pekerjaan tetap) memang membaca label informasi gizi tetapi masih merasa sulit dalam memahaminya. Sehingga menjadi hambatan bagi mereka untuk membaca label informasi gizi. Sementara itu keseluruhan total para siswa/i yang memiliki ayah dengan status pekerjaan tetap namun berperilaku kurang dalam membaca label informasi gizi berbeda tipis persentasenya yaitu 75,4% berbanding 82,9% dengan status pekerjaan yang tidak tetap. Oleh karena itu tidak terdapat hubungan yang bermakna diantara variabel keduanya.

**Tabel 3. Hubungan Pengetahuan Label Informasi Gizi Dengan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi Siswa/i**

Pengetahuan	Perilaku Membaca Label Informasi Gizi				Total		P Value
	Baik		Kurang				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	16	19,0	68	81,0	84	100	0,172
Kurang	5	35,7	9	64,3	14	100	
<b>Jumlah</b>	<b>21</b>	<b>21,4</b>	<b>77</b>	<b>78,6</b>	<b>98</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel bahwa siswa/i yang pengetahuan label gizinya yang kurang ternyata memiliki perilaku membaca label informasi gizi yang baik dengan persentase sebesar 35,7%. Sementara siswa/i yang mempunyai

pengetahuan label informasi gizi baik ternyata memiliki perilaku membaca label informasi gizi yang kurang. Nilai *p value* menunjukkan sebesar 0,172 dimana >0,05 artinya adalah pengetahuan label informasi gizi tidak memiliki hubungan yang

bermakna dengan perilaku membaca label informasi gizi pada siswa/i.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di negara Korea Selatan pada tahun 2010 menyatakan bahwa mereka yang mengerti dan memahami tentang label informasi gizi namun tidak terlalu membaca label informasi gizi (Lee dkk, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Mediani (2014) juga menunjukkan hasil yang sama yaitu pengetahuan responden tidak berhubungan nyata terhadap perilaku membaca label informasi gizi. Hal yang sama juga didapatkan hasil bahwa pengetahuan tentang label pangan tidak berhubungan nyata dengan perilaku responden dalam membaca label pangan (Ginting dkk, 2015). Mediani (2014) menjelaskan pada penelitiannya bahwa meskipun responden mengetahui tentang

label informasi gizi namun mereka tidak membaca label informasi gizi, dikarenakan perasaan mereka yang biasa saja terkait konsumsi makanan kemasan. Kemudian pada penelitian ini dapat dinyatakan bahwa meskipun pengetahuan label informasi gizi siswa/i tergolong baik namun perhatian siswa/i cenderung mengabaikan label informasi gizi.

Oleh karena itu dapat dinyatakan bahwa meskipun proporsi keseluruhan responden lebih banyak berpengetahuan baik tentang label informasi gizi namun dalam perilaku membaca label informasi gizi tergolong kurang dengan persentase sebesar 81,0%. Sehingga hal ini mengakibatkan tidak terdapat hubungan yang bermakna terhadap kedua variabel bebas dan terikat tersebut.

**Tabel 4. Hubungan Sikap Pada Label Informasi Gizi Dengan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi Siswa/i**

Sikap Pada Label Informasi Gizi	Perilaku Membaca Label Informasi Gizi						P Value
	Baik		Kurang		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Positif	18	30,0	42	70,0	60	100,0	0,019
Negatif	3	7,90	35	92,1	38	100,0	
<b>Jumlah</b>	<b>21</b>	<b>21,4</b>	<b>77</b>	<b>78,6</b>	<b>98</b>	<b>100,0</b>	

Berdasarkan tabel di atas bahwa siswa/i yang mempunyai sikap positif pada label informasi gizi ternyata memiliki perilaku membaca label informasi gizi yang baik dengan persentase sebesar 30%. Sementara itu siswa/i yang mempunyai sikap negatif pada label informasi gizi mempunyai perilaku membaca label informasi gizi yang kurang dengan persentase sebesar 92,1%. Nilai *p value* menunjukkan hasil sebesar 0,019 dimana <0,05 yang artinya adalah terdapat hubungan yang bermakna antara sikap pada label informasi gizi dengan perilaku membaca label informasi gizi.

Penelitian Zahara dan Triyanti (2009) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang nyata antara sikap dengan kepatuhan membaca label informasi gizi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa/i di IPB tahun 2014 dimana sikap responden terhadap label informasi gizi berhubungan secara nyata pada perilaku membaca label informasi gizi (Mediani, 2014). Hal yang sama juga dinyatakan pada penelitian yang dilakukan oleh Darajat dkk (2016) menyatakan bahwa sikap pada label informasi gizi berhubungan nyata dengan kepatuhan membaca label informasi gizi.

Menurut Mediani (2014) sikap dapat mempengaruhi individu dalam perilaku membaca label informasi gizi. sehingga dalam penelitian ini dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan bermakna antara sikap terhadap perilaku mereka dalam membaca label informasi

gizi. Jika dibandingkan dengan penelitian ini didapatkan hasil yang sama.

## SIMPULAN

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa, perilaku membaca label informasi gizi pada siswa/i SMK Harapan Massa Depok tergolong kurang dengan persentase sebesar 78,6%. Kemudian variabel bebas yang berhubungan adalah jenis kelamin dan sikap pada label informasi gizi. Sementara itu variabel bebas yang tidak berhubungan adalah status pekerjaan ayah dan pengetahuan label informasi gizi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asgha B, (2016), Analisa Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi Pada Produk Pangan Oleh Konsumen di Kota Semarang, *J. Buletin Studi Ekonomi* (21) : 128-134.
- Asmaiyar, (2004), Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Konsumen Membaca Label Produk Pangan di Pasar Kebayoran Lama Jakarta Selatan Tahun 2003, [Tesis], Universitas Indonesia, Depok.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, (2005), SK Kepala BPOM RI No. HK.00.06.51.0475 tentang pedoman pencantuman informasi nilai gizi pada label pangan.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, (2005), Tentang Pedoman Pencantuman Informasi Nilai Gizi pada Label Pangan, Jakarta: Kepala BPOM RI.
- BPKN Depdag RI, (2007), Hasil Kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) di Bidang Pangan terkait Perlindungan Konsumen, Jakarta: Kementerian Perdagangan.
- BPKN Depdag RI, (2013), Hasil Kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) di Bidang Pangan terkait Perlindungan Konsumen, Jakarta: Kementerian Perdagangan.
- Darajat N, Bahar H, Jufri NN, (2016), Hubungan Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi Dengan Kemampuan Membaca Label Informasi Gizi Pada Ibu Rumah Tangga di Pasar Basah Mandonga Kota Kendari Tahun 2016, *J. Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat* (1) (4) : 1-11.
- Ginting AF dkk, (2015), Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Membaca Label Kemasan Pangan Pada Mahasiswa FKM USU Medan 2015, Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Huda QA dan Andrias DR, (2016), Sikap dan Perilaku Membaca Informasi Gizi pada Label Pangan Serta Pemilihan Pangan Kemasan. *Media Gizi Indonesia* (11) : 175-181.
- Kartika MD. (2015). Pengetahuan Gizi Sebagai Faktor Dominan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Mahasiswa S1 Reguler Tiga Fakultas Terpilih Di Universitas Indonesia Tahun 2015, Universitas Indonesia, Depok.
- Khory N dan Nurjanah, (2016), Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Makanan Kemasan Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro Kota Semarang Tahun 2016, Universitas Dian Nuswantoro, Semarang.

- Kim MG dkk, (2014), *Association between Nutrition Label reading and Nutrient Intake in Korean Adults: Korea National Health and Nutritional Examination Survey 2007-2009 (KNHANES IV)*, *Korean Journal Family Medicine* (35) : 190-198.
- Lee A K, Lee H J, dan Park E (2010), *The Effect of Use of Nutrition Labelling on Knowledge and Perception of Nutrition Labelling and Awareness of Nutrition Labelling Usefulness among College Students*, *Jurnal Korean Social Food Science Nutrition* (39) : 253-266.
- Mediani NV, (2014), Pengetahuan Persepsi Sikap dan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi pada Mahasiswa, Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Miller LMS dan Cassady DL, (2015), *The Effect of Nutrition Knowledge on Food Label Use A Review of The Literature*, *Appetite* (92) : 207-216.
- Oktaviana W, (2016), Hubungan Antara Karakteristik Individu dan Pengetahuan Label Gizi dengan Membaca Label Gizi Produk Pangan Kemasan Pada Konsumen Di 9 Supermarket Wilayah Kota Tangerang Selatan, Universitas Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Zahara S dan Triyanti, (2009), Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi di Kalangan Mahasiswa, Universitas Indonesia, Jakarta.