

Hubungan pengetahuan dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada ahli gizi di Surakarta

Correlation between knowledge and reading behavior of nutritional value information labels on nutritionists in Surakarta

Ali Mahfudhin*, Pramudya Kurnia
Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diterima: 14/08/2020

Ditelaah: 16/07/2021

Dimuat: 30/08/2021

Abstrak

Latar Belakang: Rerata konsumen di Indonesia memiliki pengetahuan dan sikap yang baik terhadap label informasi nilai gizi (87,8%), akan tetapi hal itu tidak diimbangi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi (52,3%). Ahli gizi sebagai agen perubahan diharapkan mampu memberikan edukasi dan contoh yang baik dalam membaca label informasi nilai gizi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran tentang pengetahuan dan perilaku serta mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada ahli gizi di Kota Surakarta. **Metode:** Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian observasional dengan pendekatan *cross sectional* dengan besar sampel sebanyak 58 ahli gizi di Kota Surakarta, baik yang bekerja di instansi pemerintah maupun swasta. Pemilihan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Data penelitian diperoleh dari kuesioner terstruktur yang terdiri dari 12 item pertanyaan pengetahuan seputar label informasi nilai gizi dan sepuluh item pertanyaan perilaku membaca label informasi nilai gizi. Data dianalisis menggunakan uji *Chi Square*. **Hasil:** Lebih dari setengah responden memiliki tingkat pengetahuan dan perilaku yang baik tentang label informasi nilai gizi (51,7% dan 53,4%). Tidak ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku tentang membaca label informasi nilai gizi ($p=0,3$). **Kesimpulan:** Sebagian besar ahli gizi Kota Surakarta memiliki tingkat pengetahuan dan perilaku membaca label informasi nilai gizi yang baik. Tidak ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku tentang membaca label informasi nilai gizi pada ahli gizi di Kota Surakarta.

Kata kunci: pengetahuan; perilaku; label informasi nilai gizi; ahli gizi

Abstract

Background: The average consumer in Indonesia has good knowledge and attitudes towards nutritional value information labels (87.8%), but this is not the case with reading behavior on nutritional value information labels (52.3%). As agents of change, nutritionists are expected to be able to provide education and good examples in reading nutritional value information labels. **Objective:** This study aimed to provide an overview of knowledge and behavior as well as knowing correlation between knowledge and reading behavior of nutritional value information labels on nutritionists in Surakarta City. **Methods:** This study was an observational study with a cross sectional approach with a sample size of 58 nutritionists in Surakarta both working in government and private institution. Samples were selected using simple random sampling technique. The research data were obtained from a structured questionnaire consisting of 12 items of knowledge questions about nutritional value information labels and ten items of behavioral questions reading nutritional value information labels. Data were analyzed using Chi Square test. **Results:** More than half of respondents have a good level of knowledge and good behavior about nutritional value information labels (51.7% and 53.4% respectively). There was no correlation between knowledge and reading behavior of nutritional value information labels ($p=0.3$). **Conclusion:** Most nutritionists in Surakarta City had a good level of knowledge and behavior. There was no correlation between knowledge and reading behavior of nutritional value information labels on nutritionists in Surakarta.

Keywords: knowledge; behavior; information labels of nutritional value, nutritionist

*Korespondensi: Ali Mahfudhin, Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani Tromol Pos 1, Pabelan, Kartasura, Surakarta 57162, Telp. 47 (0271) 717417 email: mahfudhinali14@gmail.com

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi dan industri yang berkembang pesat dewasa ini telah memunculkan berbagai macam produk olahan kemasan yang siap dikonsumsi oleh masyarakat. Tidak semua produk olahan kemasan tersebut baik dan aman untuk dikonsumsi. Ada beberapa hal yang seharusnya menjadi perhatian konsumen sebelum memutuskan membeli suatu produk makanan kemasan di antaranya adalah membaca label informasi nilai gizi yang ada dalam kemasan produk sebagaimana yang telah dituangkan dalam Pedoman Gizi Seimbang (1). Hal ini berbeda dengan apa yang terjadi di lapangan. Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan di Indonesia, tingkat kepedulian konsumen terhadap label masih tergolong rendah (30,3%–34,3%) terutama untuk konsumen berpendidikan tinggi (2,3). Penelitian di Afrika Selatan juga menunjukkan hasil yang tergolong rendah (48,48%) untuk konsumen yang sering atau selalu membaca label dengan kategori responden berpendidikan tinggi (4). Selain itu, prevalensi penggunaan label yang dilaporkan berdasarkan studi literatur dari berbagai negara seperti di Lesotho (40,5%), Chile (55%), dan Trinidad (58,5%) untuk kategori sering dan selalu (5).

Rerata konsumen di Indonesia memiliki pengetahuan dan sikap yang baik terhadap label informasi nilai gizi (87,8%), akan tetapi hal itu tidak diimbangi dengan perilaku membaca informasi nilai gizi (52,3%). Selain itu, sebagian besar konsumen memilih makanan bukan karena alasan kesehatan jangka panjang atau kandungan zat gizi yang ada di dalam produk makanan kemasan (6).

Lebih dari setengah (53%) konsumen yang kadang-kadang membaca label menyatakan bahwa label informasi nilai gizi saat ini terlalu ilmiah dan sangat sulit untuk dipahami (7). Hal ini juga dirasakan oleh konsumen yang ada di India bahwasanya mereka

mengalami kesulitan dalam menafsirkan dan menggunakan informasi nutrisi pada label (8).

Penelitian yang dilakukan terhadap anggota Persatuan Diabetisi Indonesia (Persadia) menyatakan bahwa 54,5% responden menggunakan label gizi sebelum membeli atau mengonsumsi makanan kemasan (9). Sebagaimana penelitian yang dilakukan terhadap konsumen di Sri Lanka menunjukkan bahwa mereka menggunakan label gizi lebih sering karena penyakit kronis yang diderita. Hal ini dilakukan untuk membantu mereka dalam merencanakan makanan yang akan dikonsumsi (10).

Ahli gizi memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan masyarakat karena ahli gizi merupakan pioner dalam memberikan edukasi yang baik dan benar tentang label informasi nilai gizi sebagaimana yang telah didapatkan selama pendidikan dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari sebagai seorang ahli gizi. Hal ini diharapkan dapat dijadikan sebagai model percontohan yang baik kepada masyarakat. Akan tetapi, selama ini belum pernah ditemukan penelitian tentang sejauh mana pengetahuan ahli gizi tentang label informasi nilai gizi dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian yang menilai hubungan pengetahuan dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada ahli gizi di Kota Surakarta.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian *observasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Kota Surakarta pada bulan Oktober sampai bulan November 2019. Subjek penelitian ini adalah ahli gizi yang bekerja di instansi pemerintah maupun swasta dan terdaftar pada *database* Persagi DPC Kota Surakarta dengan jumlah populasi sebesar 118 orang. Besar sampel penelitian sebesar 58 orang yang dihitung dengan rumus besar sampel Lemeshow.

Pemilihan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak melalui undian.

Data penelitian yang diperoleh dibagi menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari hasil kuesioner terstruktur meliputi data karakteristik responden dan data variabel yang akan diteliti. Kuesioner terdiri dari 12 item pertanyaan pengetahuan tentang label informasi nilai gizi dan sepuluh item pertanyaan perilaku responden tentang label informasi nilai gizi (empat item pertanyaan berisi penjabaran tentang jenis produk, alasan membaca dan tidak membaca label informasi nilai gizi, serta saran terhadap pelabelan informasi nilai gizi). Kuesioner yang digunakan telah dilakukan uji validitas sebelumnya dengan cara mengeliminasi pertanyaan yang memiliki r hitung kurang dari r tabel (0,361), selanjutnya dilakukan uji reliabilitas dengan nilai *alpha cronbach* 0,851 untuk kuesioner pengetahuan dan 0,966 untuk kuesioner perilaku. Penyebaran kuesioner dilakukan dengan dua cara, pertama dengan wawancara langsung peneliti kepada responden dan yang kedua dengan cara kuesioner diisi secara mandiri oleh responden. Data sekunder tentang jumlah ahli gizi diperoleh dari *database* DPC Kota Surakarta untuk menentukan populasi dan sampel penelitian.

Cara penentuan kode dan klasifikasi data setiap variabel yang diteliti dalam penelitian ini berdasarkan nilai median. Hal ini karena data pada penelitian tidak terdistribusi normal. Data dikategorikan kurang apabila kurang dari nilai median dan dikategorikan baik apabila lebih dari atau sama dengan nilai median. Nilai median untuk variabel pengetahuan sebesar 7,00 dan variabel perilaku sebesar 63,00. Data diolah dengan *software* statistik dan dianalisis menggunakan uji *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan yang ditetapkan adalah nilai $p < 0,05$. Penelitian ini telah mendapatkan surat kelainan etik (*ethical*

clearance letter) dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nomor 2366/B.1/KEPK-FKUMS/VIII/2019.

HASIL

Karakteristik Responden

Karakteristik responden penelitian ditunjukkan pada **Tabel 1**. Responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan (84,5%), berusia 19–40 tahun (58,6%), lulusan sarjana (56,9%) dan tahun lulus 2010–2019 (70,7%). Sebanyak 79,3% responden berstatus menikah dan didominasi oleh jumlah anggota keluarga kecil (84,5%), memiliki penghasilan berkisar Rp1.000.000,00–Rp2.500.000,00 per bulan (32,8%), dan pengeluaran untuk makanan per bulan sebesar Rp1.000.000,00–Rp2.500.000,00 (39,7%).

Gambaran Tingkat Pengetahuan Responden

Gambaran tingkat pengetahuan responden dalam penelitian ini diukur menggunakan kuesioner yang berisi 12 pertanyaan tentang label informasi nilai gizi. Dari hasil kuesioner tersebut rerata responden mampu menjawab tujuh pertanyaan dengan benar dari 12 pertanyaan yang diajukan. Skor minimum pertanyaan yang mampu dijawab dengan benar oleh responden adalah tiga pertanyaan dari 12 pertanyaan, sedangkan skor maksimum yang diperoleh responden adalah mampu menjawab dengan benar sepuluh pertanyaan dari 12 pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner. Kemudian hasil skor dari jawaban responden dibagi menjadi dua kategori berdasarkan nilai median karena data tidak terdistribusi normal. Data pengetahuan memiliki kategori baik apabila skor jawaban responden lebih dari atau sama dengan median dan kategori kurang apabila skor jawaban responden kurang dari median dengan nilai median sebesar 7,00. Distribusi responden menurut tingkat pengetahuan dapat dilihat pada **Tabel 2**.

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Jumlah (n=58)	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	9	15,5
Perempuan	49	84,5
Umur		
Dewasa awal (19–40 tahun)	34	58,6
Dewasa menengah (41–65 tahun)	24	41,4
Pendidikan		
Diploma	23	39,7
Sarjana	33	56,9
Profesi	1	1,7
Pascasarjana	1	1,7
Tahun lulus		
1980–1989	1	1,7
1990–1999	6	10,3
2000–2009	10	17,2
2010–2019	41	70,7
Status pernikahan		
Menikah	46	79,3
Belum menikah	12	20,7
Jumlah anggota keluarga		
Keluarga kecil	49	84,5
Keluarga sedang	9	15,5
Penghasilan per bulan		
<Rp1.000.000,00	0	0,0
Rp1.000.000,00–Rp2.500.000,00	19	32,8
>Rp2.500.000,00–Rp4.000.000,00	17	29,3
>Rp4.000.000,00–Rp5.500.000,00	12	20,7
>Rp5.500.000,00	10	10,2
Pengeluaran untuk makan per bulan		
<Rp1.000.000,00	10	17,2
Rp1.000.000,00–Rp2.500.000,00	23	39,7
>Rp2.500.000,00–Rp4.000.000,00	22	37,9
>Rp4.000.000,00–Rp5.500.000,00	1	1,7
>Rp5.500.000,00	2	3,4

Tabel 2. Distribusi responden menurut pengetahuan

Tingkat pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
Kurang	28	48,3
Baik	30	51,7

Dalam **Tabel 2** dapat dilihat bahwa responden dengan tingkat pengetahuan kurang sebesar 48,3% dan tingkat pengetahuan baik sebesar 51,7%. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar ahli gizi Kota Surakarta memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang label informasi nilai gizi.

Adapun rincian hasil kuesioner yang telah dijawab oleh responden dapat dilihat pada **Tabel 3**. Berdasarkan **Tabel 3**, dapat diketahui bahwa pertanyaan yang paling banyak dijawab salah oleh responden yaitu pertanyaan nomor 5 dan 7 dengan persentase masing-masing

sebesar 84,5% dan 72,4%. Pertanyaan yang paling banyak dijawab dengan benar oleh responden adalah pertanyaan nomor 11, yaitu tentang perhitungan kebutuhan lemak dengan persentase sebesar 89,7%.

Tabel 3. Rincian hasil kuesioner pengetahuan

No	Pertanyaan	Benar (%)	Salah (%)
1	Label pangan adalah setiap keterangan mengenai pangan yang berbentuk gambar yang ditempelkan pada kemasan pangan	36,2	63,8
2	Jumlah sajian dalam satu kemasan pangan disebut sebagai takaran saji	65,5	34,5
3	Jumlah produk pangan yang biasa dikonsumsi dalam satu kali makan disebut jumlah sajian per kemasan	43,1	56,9
4	Angka Kecukupan Gizi (AKG) adalah suatu kecukupan rata-rata zat gizi setiap hari bagi semua orang menurut golongan umur untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal	84,5	15,5
5	Pada pangan yang ditujukan bagi bayi dan anak sampai usia 3 tahun, persentase AKG yang dicantumkan hanya untuk protein, vitamin dan mineral	15,5	84,5
6	Catatan kaki pada label informasi nilai gizi dihitung berdasarkan kebutuhan energi 2.000 kkal	41,4	58,6
7	Catatan kaki tidak perlu dicantumkan untuk pangan yang ditujukan bagi bayi dan anak sampai usia 3 tahun	27,6	72,4
8	Persentase (%) merupakan satu-satunya bentuk satuan yang digunakan untuk menentukan kandungan zat gizi pada label Informasi Nilai Gizi	67,2	32,8
9	Jika mengonsumsi setengah bungkus produk A, berapakah takaran saji yang Anda konsumsi?	50	50
10	Jika mengonsumsi satu bungkus produk A, berapa kandungan protein yang Anda konsumsi?	51,7	48,3
11	Berapa lemak total yang terkandung dalam dua kali sajian produk A?	89,7	10,3
12	Berapa karbohidrat total yang Anda konsumsi jika Anda menghabiskan satu bungkus produk A?	51,7	48,3

Gambaran Perilaku Responden

Data perilaku diperoleh dari menjawab lima pertanyaan dalam kuesioner. Kemudian hasil skor dari jawaban responden dibagi menjadi dua kategori berdasarkan pada nilai median karena data penelitian tidak terdistribusi normal. Data perilaku membaca

label nilai gizi memiliki kategori baik apabila skor jawaban responden lebih besar atau sama dengan median dan kategori kurang apabila skor jawaban responden kurang dari median dengan median sebesar 63,00. Distribusi responden menurut tingkat pengetahuan dapat dilihat pada **Tabel 4**.

Tabel 4. Distribusi responden menurut perilaku

Perilaku	Jumlah	Persentase (%)
Kurang	27	46,6
Baik	31	53,4

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku responden dalam membaca label informasi nilai gizi memiliki persentase yang hampir sama besar. Perilaku membaca label informasi nilai gizi pada kategori

kurang memiliki persentase sebesar 46,6% (27 responden), sedangkan perilaku baik memperoleh persentase sebesar 53,4% (31 responden).

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku tentang Membaca Label Informasi Nilai Gizi

Hasil analisis hubungan antara pengetahuan dengan perilaku ahli gizi tentang informasi nilai gizi dapat dilihat pada **Tabel 5**.

Tabel 5. Hubungan pengetahuan dengan perilaku

Pengetahuan	Perilaku				Total		p*
	Kurang		Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Kurang	15	53,6	13	46,4	19	100	0,3
Baik	12	40,0	28	60,0	39	100	

*Uji *Chi Square*

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan dalam **Tabel 5**, dapat diketahui bahwa kategori pengetahuan yang baik diikuti oleh perilaku yang baik menunjukkan persentase lebih besar dibandingkan dengan pengetahuan baik yang diikuti oleh perilaku yang kurang (60% dibandingkan 40%). Sementara itu, pengetahuan kurang yang diikuti oleh perilaku yang kurang memiliki persentase lebih besar dibandingkan dengan pengetahuan kurang yang diikuti oleh perilaku yang baik, masing-masing sebesar 53,6% dan

46,4%. Hasil analisis dengan uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku tentang label informasi nilai gizi yang dibuktikan dengan nilai *p* sebesar 0,3 ($p > 0,05$).

Dalam kuesioner perilaku juga terdapat empat item pertanyaan berisi penjabaran tentang jenis produk, alasan membaca dan tidak membaca label informasi nilai gizi, serta saran terhadap pelabelan informasi nilai gizi (**Tabel 6**, **Tabel 7**, **Tabel 8**, dan **Tabel 9**).

Tabel 6. Jenis produk yang selalu diperhatikan label informasi nilai gizinya oleh responden

No	Jenis Produk	Frekuensi			
		Tidak Pernah (%)	Jarang (%)	Sering (%)	Selalu (%)
1	Biskuit kering	0,0	24,1	62,1	13,8
2	Sereal atau jenis bubur	1,7	20,7	43,1	34,5
3	Jenis minuman yoghurt	1,7	19	41,4	37,9
4	Jenis makanan kaleng	3,4	24,1	34,5	37,9
5	Mie instan	0,0	20,7	46,6	32,8
6	Makanan ringan	0,0	19	50	31
7	Jenis minuman ringan	5,2	29,3	31	34,5
8	Jenis susu	0,0	5,2	41,4	53,4
9	<i>Bakery</i>	1,7	36,2	36,2	25,9

Jenis produk yang selalu diperhatikan label informasi nilai gizinya oleh responden adalah jenis susu dengan persentase sebesar 53,4%. Sementara itu jenis produk yang sering diperhatikan oleh responden tentang informasi nilai gizinya adalah biskuit kering dengan persentase sebesar 62,1% (**Tabel 6**)

Data alasan responden membaca label informasi nilai gizi merupakan jawaban responden tentang frekuensi seberapa sering

responden membaca label informasi nilai gizi. Jawaban yang diambil untuk dijadikan alasan adalah responden yang menjawab “selalu”, “sering”, dan “jarang” yang berjumlah 58 responden pada pertanyaan “frekuensi membaca label informasi nilai gizi”. Responden dapat menjawab lebih dari satu alasan yang ditulis dalam kuesioner. Distribusi alasan responden secara rinci dapat dilihat pada **Tabel 7**.

Tabel 7. Alasan responden membaca label informasi nilai gizi

No	Alasan	Jumlah	Persentase (%)
1	Untuk mengetahui kandungan gizi	46	79,3
2	Untuk mengetahui porsi	4	6,9
3	Peduli dengan kesehatan	4	6,9
4	Menyesuaikan kebutuhan	5	8,6
5	Untuk mengetahui keamanan produk	7	12
6	Acuan memilih produk	5	8,6
7	Untuk mengetahui kualitas produk	3	5,2
8	Sekadar tahu	1	1,7

Hasil penelitian dalam **Tabel 7** menunjukkan bahwa sebagian besar responden (79,3%) memberikan alasan membaca informasi nilai gizi karena ingin mengetahui kandungan zat gizi yang ada di produk tersebut. Distribusi alasan responden tidak membaca label informasi nilai gizi merupakan jawaban responden tentang frekuensi seberapa sering responden membaca label informasi nilai gizi.

Jawaban yang diambil untuk dijadikan alasan adalah responden yang menjawab “jarang” dan “sering” yang berjumlah 46 responden pada pertanyaan “frekuensi membaca label informasi nilai gizi” yang mana responden dapat menjawab lebih dari satu alasan yang ditulis dalam kuesioner. Distribusi alasan responden secara rinci dapat dilihat pada **Tabel 8**.

Tabel 8. Alasan responden tidak membaca label informasi nilai gizi

No	Alasan	Jumlah	Persentase (%)
1	Tidak memerlukan	3	6,5
2	Sudah tahu	9	19,6
3	Terburu-buru/tidak ada waktu	10	21,7
4	Lupa	8	17,4
5	Jarang mengonsumsi	3	6,5
6	Produk tidak mencantumkan informasi nilai gizi	6	13
7	Sering mengonsumsi	10	21,7
8	Tidak menarik	2	4,3
9	Tulisan tidak jelas	5	10,9
10	Produk tidak <i>high risk</i>	1	2,2

Berdasarkan **Tabel 8**, dapat diketahui bahwa alasan responden tidak membaca label informasi nilai gizi paling besar adalah karena terburu-buru atau tidak ada waktu dan sudah sering mengonsumsi produk (masing-masing 21,7%). Produk tidak berisiko tinggi terhadap

kesehatan paling sedikit dipilih (2,2%). Saran responden terhadap label informasi nilai gizi adalah lebih banyak sosialisasi dan edukasi tentang label informasi nilai gizi sendiri (65,5%) serta label informasi nilai gizi dibuat lebih menarik (37,9%) (**Tabel 9**).

Tabel 9. Saran responden untuk meningkatkan minat baca pada label informasi nilai gizi

No	Saran	Jumlah	Persentase (%)
1	Sosialisasi dan edukasi informasi nilai gizi	38	65,5
2	Desain lebih menarik	22	37,9
3	Tulisan lebih jelas	20	34,5
4	Bahasa yang mudah dipahami	1	1,7

PEMBAHASAN

Gambaran Tingkat Pengetahuan Responden

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (11). Pengetahuan saat ini dapat memengaruhi perilaku seseorang yang bergantung pada pengetahuan itu (12). Kebiasaan dan pengetahuan gizi yang baik sama pentingnya dalam menjaga berat badan yang sehat. Cara terbaik untuk membangun kebiasaan dan pengetahuan gizi yang baik adalah dengan membaca label makanan. Pelabelan nasional dan peraturan perundang-undangan berfungsi sebagai tonggak utama di bidang gizi dengan menetapkan standar label informasi nilai gizi (13).

Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa tingkat pengetahuan baik lebih besar dibandingkan dengan pengetahuan kurang dengan persentase 51,7%. Hasil ini lebih rendah dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan terhadap penduduk Madrid dengan persentase sebesar 61,8% untuk kategori

responden yang memiliki pendidikan tinggi (14). Namun, hasil penelitian ini memiliki persentase yang lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan di Malaysia dengan persentase 30,5% untuk kategori pengetahuan baik (15) serta di Afrika Selatan 49% dan 44,4% (4).

Hasil penjabaran jawaban pada kuesioner pengetahuan menunjukkan bahwa sebagian besar responden mampu menjawab pertanyaan yang bersifat perhitungan atau numerik, tetapi masih belum optimal dalam menjawab pertanyaan yang bersifat teoretis yang kompleks (16). Oleh karena itu, ahli gizi sebagai agen perubahan dalam masyarakat diharapkan dapat selalu mengikuti perkembangan dan memperbarui informasi yang berkaitan dengan label informasi nilai gizi yang telah diterbitkan oleh BPOM (Badan Pengawas Obat dan Makanan).

Gambaran Perilaku Responden

Perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sakit, dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan minuman, serta lingkungan (11). Perilaku yang didasari pengetahuan akan cenderung lebih bertahan lama karena pengetahuan gizi

seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu tersebut (17). Pencantuman informasi nilai gizi memungkinkan konsumen untuk lebih mudah memilih makanan yang tidak sehat terhadap produk sehat (18). Penggunaan informasi nilai gizi merupakan cara memilih produk kemasan dengan beberapa perilaku, di antaranya memeriksa, menggunakan, dan menyadari (19).

Hasil penelitian menunjukkan dalam membaca label informasi nilai gizi responden memiliki perilaku baik dengan persentase 53,4%. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku ahli gizi tentang label informasi nilai gizi adalah tergolong baik, sebagaimana yang diungkapkan oleh penelitian terdahulu yang menyatakan penggunaan informasi nilai gizi pada masyarakat umumnya tinggi dan biasanya di atas 50% (20).

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku tentang Label Informasi Nilai Gizi

Hasil analisis dengan uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku tentang label informasi nilai gizi ($p=0,3$). Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku membaca label informasi nilai gizi (21,22). Penelitian yang dilakukan pada subjek mahasiswa Indonesia juga menunjukkan hasil yang sama yaitu tidak terdapat hubungan antara pengetahuan tentang label pangan dengan perilaku membaca label pangan (23,24). Sementara itu, penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Malaysia juga mengungkapkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan penggunaan label informasi nilai gizi (25).

Penelitian ini memiliki hasil yang berbeda dengan penelitian yang dilakukan di negara Kroasia yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan penggunaan

label informasi nilai gizi (26). Hal yang sama juga ditemukan pada penelitian di Indonesia yang menjelaskan bahwa pengetahuan seseorang tentang label informasi nilai gizi memiliki hubungan dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi (3).

Perbedaan hasil penelitian ini terjadi karena beberapa alasan di antaranya jika kita melihat hasil *crosstab* pada **Tabel 5**, terlihat bahwa masing-masing kategori variabel yang dihubungkan memiliki persentase yang hampir sama besar. Lebih dari setengah responden memiliki tingkat perilaku yang baik (53,4%) (**Tabel 4**), meskipun demikian jika kita mengamati pada **Tabel 8**, salah satu alasan terbesar responden tidak membaca label informasi nilai gizi adalah karena sudah terbiasa mengonsumsi suatu produk. Hal ini menyebabkan responden membaca label informasi nilai gizi hanya sekali saja pada saat membeli produk baru atau yang belum pernah dikonsumsi sebelumnya kemudian hanya sedikit yang mengulangi membaca label saat membeli makanan kemasan yang sama pada pembelian berikutnya.

Alasan yang berikutnya adalah penilaian terhadap pengetahuan pada masing-masing penelitian juga dapat memengaruhi hubungan pengetahuan dengan frekuensi penggunaan yang dilaporkan (27). Adapun produk yang diperhatikan oleh responden serta alasan membaca dan tidak membaca label informasi nilai gizi serta saran apa yang diberikan terkait label informasi nilai gizi akan diuraikan di bawah ini.

Jenis Produk yang selalu Diperhatikan Label Informasi Nilai Gizinya oleh Responden

Jenis produk yang selalu diperhatikan label informasi nilai gizinya oleh responden adalah jenis susu (53,4%). Sedangkan jenis produk yang sering diperhatikan oleh responden tentang informasi nilai gizinya adalah biskuit kering (62,1%). Hasil ini sejalan dengan

penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa produk susu mendapat perhatian lebih besar dibandingkan dengan produk lain dengan persentase sebesar 23% (3). Hal ini didukung oleh penelitian pada konsumen di negara Cina yang menyebutkan bahwa label nilai gizi pada susu yang paling sering dibaca oleh konsumen (57%), kemudian diikuti oleh makanan bayi (33,3%), dan biskuit atau roti (32,3%) karena pada umumnya produk tersebut sering dikonsumsi oleh responden (28).

Alasan Responden Membaca Label Informasi Nilai Gizi

Sebagian besar responden (79,3%) memberikan alasan membaca informasi nilai gizi karena ingin mengetahui kandungan zat gizi yang ada pada produk tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa sebagian besar konsumen membaca label informasi nilai gizi pada produk kemasan karena konsumen ingin mengetahui zat gizi yang akan mereka dapatkan jika mengonsumsi produk tersebut (3,15).

Kemudian alasan terbesar kedua adalah untuk mengetahui keamanan produk (12%). Selanjutnya adalah untuk menyesuaikan kebutuhan dan acuan untuk memilih produk (8,6%). Kemudian alasan yang berikutnya adalah ingin mengetahui porsi dan peduli dengan kesehatan (6,9%). Penelitian lain menyebutkan bahwa komponen zat gizi yang paling banyak dibaca pada label informasi nilai gizi adalah informasi tentang kandungan lemak total (54,5%) (29). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap konsumen di India yang menyebutkan zat gizi lemak dan kolesterol lebih banyak mendapatkan perhatian dibandingkan dengan komponen zat gizi lainnya. Hal ini karena menurut responden konsumsi lemak atau kolesterol tidak baik untuk kesehatan (30). Kemudian alasan yang selanjutnya adalah ingin mengetahui kualitas produk (5,2%) dan

yang alasan terakhir adalah hanya sekadar tahu (1,7%).

Alasan Responden Tidak Membaca Label Informasi Nilai Gizi

Alasan responden tidak membaca label informasi nilai gizi paling besar adalah karena terburu-buru atau tidak ada waktu dan sering mengonsumsi produk tersebut dengan persentase yang sama besar, yaitu 21,7% (sepuluh responden). Kemudian alasan selanjutnya adalah karena sudah tau (19,6%), lupa (17,4%), produk tidak mencantumkan label informasi nilai gizi (13%), tulisan pada label informasi nilai gizi yang tidak jelas karena hurufnya yang terlalu kecil (10,9%), merasa tidak memerlukan label informasi nilai gizi (6,5%), desain label informasi nilai gizi yang tidak menarik (4,3%), dan yang terakhir adalah produk tidak *high risk* (2,2%).

Hasil penelitian menjelaskan bahwa alasan responden tidak membaca label informasi nilai gizi paling besar adalah terburu-buru atau tidak ada waktu (21,7% atau sepuluh responden). Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa konsumen tidak memiliki cukup waktu untuk membaca label informasi nilai gizi (3,14). Kemudian alasan kedua yang paling umum diungkapkan oleh responden (21,7%) adalah sering mengonsumsi produk tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang mengungkapkan bahwa alasan responden tidak membaca label informasi nilai gizi karena mereka sering membeli atau mengonsumsi produk tersebut sehingga mereka hanya membaca label saat membeli untuk pertama kalinya saja dan hanya sedikit responden yang mengulangi membaca label saat membeli makanan kemasan yang sama pada pembelian berikutnya (4,8,9,31).

Saran Responden terhadap Label Informasi Nilai Gizi

Saran responden paling banyak adalah sosialisasi dan edukasi tentang label informasi

nilai gizi dengan persentase sebesar 65,5%. Kemudian saran yang kedua adalah agar desain pada label informasi nilai gizi dibuat lebih menarik (37,9%), tulisan yang lebih jelas (34,5%), dan bahasa yang mudah dipahami (1,7%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar saran responden terhadap label informasi nilai gizi adalah sosialisasi dan edukasi tentang label informasi nilai gizi baik melalui penyuluhan, iklan layanan masyarakat baik dalam bentuk media cetak maupun elektronik, serta melalui seminar oleh pihak terkait terhadap masyarakat luas dan khususnya kepada ahli gizi tentang peraturan perundang-undangan yang telah diberlakukan oleh BPOM. Hal ini diharapkan masyarakat dapat mengerti dan memahami label informasi nilai gizi pada produk pangan kemasan.

Selain itu, saran untuk memberikan desain yang lebih menarik serta penulisan yang lebih jelas (huruf yang lebih besar) juga tidak kalah pentingnya agar konsumen lebih tertarik untuk membaca label informasi nilai gizi. Dalam penelitian ini responden juga menyatakan telah mengingatkan orang lain, baik keluarga, teman, ataupun saudara untuk membaca label informasi nilai gizi. Responden yang selalu mengingatkan orang lain untuk membaca label nilai gizi sebesar 15,5% (sembilan responden) dan sering mengingatkan sebesar 58,6% (34 responden). Meskipun demikian, tidak dipungkiri ada beberapa responden yang jarang mengingatkan, yaitu sebesar 24,1% atau 14 orang dan hanya satu responden yang tidak pernah mengingatkan (1,7%).

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku membaca label informasi gizi pada ahli gizi di Kota Surakarta. Tingkat pengetahuan dan perilaku ahli gizi tergolong kurang optimal meskipun sudah lebih dari setengah responden memiliki tingkat pengetahuan

yang baik sebesar 51,7% dan perilaku yang baik sebesar 53,4%. Hal ini memungkinkan bagi Dinas Kesehatan maupun ahli gizi untuk lebih meningkatkan pengetahuan terkait label informasi nilai gizi agar dapat lebih memerhatikan label informasi nilai gizi pada pangan kemasan.

Adapun penelitian terkait faktor-faktor lain, seperti karakteristik responden, persepsi, sikap, dan juga beberapa faktor lain yang dapat memengaruhi perilaku seseorang dalam membaca label informasi nilai gizi belum dilakukan sehingga perlu diadakannya penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan hal-hal tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada jajaran pengurus DPC Persagi Kota Surakarta beserta seluruh ahli gizi di wilayah Kota Surakarta.

DAFTAR PUSTAKA

1. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 41 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia; 2014.
2. Rahayu RST, Jus'at I, Melani V. Pengetahuan gizi sebagai faktor dominan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi pada mahasiswa Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul [Skripsi] Jakarta: Universitas Esa Unggul; 2016.
3. Oktaviana W. Hubungan antara karakteristik individu dan pengetahuan label gizi dengan membaca label gizi produk pangan kemasan pada konsumen di 9 supermarket Wilayah Kota Tangerang Selatan [Skripsi]. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah; 2016.
4. Koen N, Wentzel-Viljoen E, Nel D, Blaauw R. Consumer knowledge and use

- of food and nutrition labelling in South Africa: a cross-sectional descriptive study. *Wiley International Journal of Consumer Studies*.2018;42(3):335-346.
5. Mandle J, Tugendhaft A, Michalow J, Hofman K. Nutrition labeling: a review of research on consumer and industry respons in the global south. *Global Health Action*.2015; 32:110-14.
 6. Huda QA dan Andrias DR. Sikap dan perilaku membaca informasi nilai gizi pada label pangan serta pemilihan pangan kemasan. *Media Gizi Indonesia*.2016; 11(2):175-81.
 7. Asgha B. Analisa penggunaan label informasi nilai gizi pada produk pangan oleh konsumen di Kota Semarang. *Jurnal Buletin Studi Ekonomi*.2016; 21(2):128-35.
 8. Singla M. Usage and understanding of food and nutrition labels among indian consumers. *British Food Journal*.2010; 112(1):89-92.
 9. Palupi IR, Naomi ND, Susilo J. Penggunaan label gizi dan konsumsi makanan kemasan pada anggota persatuan diabetisis indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.2017; 11:1-8.
 10. Prathiraja PHK dan Ariyawardana A. Impact of nutrition labeling on consumer buying behavior. *Sri Lankan Journal of Agricultural Economics*.2003; 5(1):35-46.
 11. Notoatmodjo S. Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.
 12. Medeiros LC dan Buffer J. Current food safety knowledge of registered dietitians. *Journal of Food Protection Trends*.2012; 32(11):688-96.
 13. Boyee JK. Practice and application of knowledge by nutrition students [Thesis]. United Kingdom: University of Kentucky; 2011.
 14. Prieto-Castillo L, Royo-Bordonada L, Moya-Geronimo A. Information search behaviour, understanding and use of nutrition labeling by residents of Madrid, Spain. *Public Health*.2015; 129:226-36.
 15. Norazmir MN, Norazlanshah H, Naqieah N, Anuar K. Understanding and use of food package nutrition label among educated young adults. *Pakistan Journal of Nutrition*.2012; 11(10):836-42.
 16. Christoph MJ, An R, Ellison B. Correlates of nutrition label use among college students and young adults: a review. *Public Health Nutrition*.2015; 19(12), 2135-2148.
 17. Soraya D, Sukandar D, Sinaga T. Hubungan pengetahuan gizi, tingkat kecukupan gizi, dan aktivitas fisik dengan status gizi pada guru SMP. *Jurnal Gizi Indonesia*.2017; 6(1):29-36.
 18. Wardhani DTK. Hubungan pengetahuan diet dan perilaku membaca informasi nilai gizi produk makanan kemasan terhadap kepatuhan diet pasien penyakit jantung koroner (PJK) dengan hipertensi rawat jalan di RSUD Dr. Moewardi [Skripsi]. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2016.
 19. Lewis JE, Arheart KL, LeBlanc WG, Fleming LE, Lee DJ, Davila EP, et al. Food label use and awareness of nutritional information and recommendations among persons with chronic disease. *The American Journal of Clinical Nutrition*.2009; 90(5):1351-57.
 20. Campos S, Doxey J, Hammond D. Nutrition labels on pre-packaged foods: a systematic review. *Public Health Nutrition*.2011; 14(8):1496-1506.
 21. Mediani NV. Pengetahuan, persepsi, sikap, dan perilaku membaca label informasi gizi pada mahasiswa [Skripsi]. Bogor: Institut Pertanian Bogor; 2014.
 22. Sinaga C dan Simanungkalit SF. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku membaca label informasi gizi. *Jurnal*

- Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan.2019; 4(1):192-198.
23. Ginting AAF BR. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan membaca label kemasan pangan pada mahasiswa FKM USU Medan [Skripsi]. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2015.
 24. Pane PS. Analisis tingkat kepatuhan membaca label pangan pada mahasiswa gizi Institut Pertanian Bogor [Skripsi]. Bogor: Institut Pertanian Bogor; 2016.
 25. Norazlanshah H, Muhammad IH, Hasmira MD, Mashita M, Norfazilah MR, Nadya MF. The use of nutrition label on food purchasing decision among university students in Kuantan, Malaysia. *Health and the Environment Journal*.2013; 4(1):1-10.
 26. Kresic G dan Mrduljas N. The relationship between knowledge and the use of nutrition information on food package. *Acta Alimentaria*. 2016; 45(1):36-44.
 27. Miller LMS dan Cassady DL. The effects of nutrition knowledge on food label use: a review of the literature. *Appetite*.2015; 92:207-216.
 28. Song J, Huang J, Chen Y, Zhu Y, Li H, Wen Y, et al. The understanding, attitude, and use of nutrition label among consumers (China). *Nutricion Hospitalaria*.2015;31(6):2703-2710.
 29. Sudahono N dan Indrawani YM. Gambaran perilaku membaca label pangan dan pengetahuan gizi pada mahasiswa jenjang sarjana reguler Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia angkatan 2013 [Skripsi]. Depok: Universitas Indonesia; 2014.
 30. Vemula SR, Gavaravarapu SM, Mendu VVR, Mathur P, Avula L. Use of food label information by urban consumers in India—a study among supermarket shoppers. *Public Health Nutrition*.2013; 17(9):2104-2114.
 31. Samson G. Awareness of food labelling and use of the information in purchasing food package food products among consumer in Ilala Municipality-Dar Es Salaam [Disertasi]. Tanzania: Muhimbili University; 2012.

