

Review Article



Literature Review: Hubungan Pengetahuan Terkait Label Pangan dengan Sikap dan Kepatuhan Membaca Label pada Kelompok Usia Produktif di Indonesia

Literature Review: The Relationship between Knowledge with Attitude and Compliance Regarding Food Label Reading among Productive Age Groups in Indonesia

Isniati Dwijayanti^{1*}, Kurnia Dwi Juliani²

^{1,2}Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul,
isniati.dwijayanti@esaunggul.ac.id

Informasi Artikel

Submit: 19 – 07 – 2024

Diterima: 13 – 08 – 2024

Dipublikasikan: 15 – 08 – 2024

ABSTRACT

Reading food labels is one of the important messages from the Balanced Nutrition Guide. It is suggested to influence the attitude and behavior in buying packaged food that is consumed. This research study analyzed the relationship between knowledge regarding food labels and attitude and compliance with food label reading among productive age groups in Indonesia. The research design was a narrative literature review from many databases including Google Scholar, Portal Garuda, DOAJ, and Pubmed in the last five years (May 2019 – May 2024). The number of 2603 articles from databases were gotten and then would selected based on inclusion criteria such as cross-sectional study paper, age ranged 15-29 years old, high school or university students, located in Indonesia, and provided the correlation between knowledge with attitude and compliance. There were 7 articles selected, including 2 articles regarding the correlation between knowledge and attitude, and 5 articles regarding the correlation between knowledge and compliance. This study concluded that there was a significance correlation between knowledge and attitude but there was no significant correlation between knowledge and compliance in food label reading.

Keywords: attitude, compliance, food label, knowledge

ABSTRAK

Membaca label pangan merupakan salah satu pesan pedoman gizi seimbang. Pengetahuan membaca label pangan akan mempengaruhi sikap dan kebiasaan seseorang dalam membeli makanan kemasan yang dikonsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan terkait label pangan dengan sikap dan kepatuhan membaca label pada pelajar tingkat sekolah menengah atas dan universitas di Indonesia. Desain penelitian adalah *narrative literature review* yang bersumber dari *Google Scholar*, Portal Garuda, DOAJ, dan Pubmed dalam rentang waktu lima tahun terakhir (Mei 2019-Mei 2024). Didapatkan sebanyak 2603 artikel untuk kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi yang terdiri atas: *cross-sectional study* dengan uji korelasi, subjek penelitian berusia 15-29 tahun, berstatus siswa atau mahasiswa dan lokasi penelitian di Indonesia, serta menyertakan uji

**Alamat Penulis Korespondensi:*
Isniati Dwijayanti, M.Gz.;
Universitas Esa Unggul, Jl. Arjuna
Utara No.9, Kebon Jeruk, Jakarta,
Indonesia 11510.
Phone: 081312338720
Email:
isniati.dwijayanti@esaunggul.ac.id

hubungan pengetahuan terhadap sikap atau kepatuhan. Didapatkan sebanyak 7 artikel yang sesuai, 2 diantaranya artikel terkait hubungan pengetahuan dengan sikap, dan 5 diantaranya artikel terkait hubungan pengetahuan dengan kepatuhan. Studi ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap namun tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan kepatuhan.

Kata kunci: kepatuhan, label pangan, pengetahuan, sikap

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyebab utama kematian secara global, regional (Asia Tenggara), maupun nasional (1–3). Pada tahun 2000-2019 PTM di Indonesia menjadi penyebab utama kematian setelah penyakit infeksi (2). Diabetes, penyakit jantung dan pembuluh darah termasuk kedalam 3 utama penyebab kematian yang diakibatkan PTM (1). Berdasarkan hasil survei kesehatan Indonesia tahun 2023 prevalensi PTM paling banyak dialami oleh kelompok usia produktif (18-59 tahun) dan kelompok usia lanjut (>60 tahun) (4).

Penyakit tidak menular disebabkan oleh peningkatan gaya hidup tidak sehat, urbanisasi yang berlangsung secara cepat serta tidak terencana (4) dan pola makan yang salah (5). Perubahan gaya hidup yang tidak sehat disebabkan oleh adanya kemajuan teknologi informasi yang berubah secara cepat. Hal ini mengakibatkan perubahan pola konsumsi makanan yang sering mengonsumsi makanan kemasan, cepat saji dan makanan dengan bahan tambahan pangan (6). Pernyataan tersebut didukung hasil penelitian Fitri tahun 2020, terkait prevalensi makanan beresiko pada usia lebih dari 10 tahun yang cenderung memilih makanan penyedap 77,8%, asin sebesar 24,5% pemanis 68,1%, dan mengandung kafein 36,5% (7).

Tindakan pencegahan yang bisa dilakukan untuk membatasi konsumsi makanan tidak sehat bisa dilakukan dengan menerapkan pesan pedoman gizi seimbang, salah satunya membaca label pangan (5,8). Kepatuhan membaca label pangan efektif dalam mengendalikan asupan makan seseorang, sehingga asupan makanan yang dikonsumsi bisa sesuai kebutuhan. Kepatuhan membaca label gizi ditandai dengan perilaku melihat porsi atau takaran yang dianjurkan pada label gizi kemasan sebelum membeli makanan kemasan (9).

Kepatuhan membaca serta memahami label pangan, khususnya label gizi yang terdapat pada kemasan pangan olahan di Indonesia masih belum banyak diterapkan (10). Hal ini sesuai dengan penelitian Sinaga dan Simanungkalit pada tahun 2019 yang menunjukkan 36,5% masyarakat Indonesia lebih tertarik memperhatikan dan membaca label halal, 34,9% memperhatikan waktu kadaluarsa, 20,6% memperhatikan nama produk, dan hanya 7,9% konsumen yang memperhatikan dan membaca masalah informasi nilai gizi dan komposisi makanan pada produk kemasan pangan (11). Kepatuhan membaca label informasi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang dipengaruhi oleh pendidikan dan paparan informasi. Pengetahuan merupakan faktor penting yang menentukan seseorang dalam bersikap dan berperilaku dalam membaca label pangan (12).

Tingkat pengetahuan di Indonesia terkait informasi nilai gizi masih kurang. Hal ini ditandai dari hasil penelitian terkait tingkat pengetahuan informasi nilai gizi pada usia produktif dimana 54,7% masuk kedalam kategori pengetahuan yang kurang, 32,8% cukup dan hanya 12,5% responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik (13). Pengetahuan seseorang juga akan mempengaruhi sikap yang akan menghasilkan suatu perilaku atau kebiasaan seseorang (14). Sikap seseorang dapat menjadi penentu perilaku seseorang dalam menentukan pemilihan makanan termasuk kandungan gizi pada kemasan (11). Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi terhadap sikap dan perilaku (15).

Usia produktif khususnya siswa SMA dan Mahasiswa (15-29 tahun) umumnya memiliki aktivitas yang padat seperti kegiatan akademik, kegiatan diluar jam akademik dan kegiatan organisasi. Aktivitas tersebut berdampak pada tidak teraturnya jadwal makan yang meningkatkan kebiasaan konsumsi camilan atau mengonsumsi makanan kemasan (16). Pengetahuan, sikap dan kepatuhan membaca label pangan merupakan rangkaian tindakan preventif dalam menjaga kesehatan seseorang. Berdasarkan hal tersebut sangat penting untuk melihat hubungan antara pengetahuan terhadap sikap dan kepatuhan

membaca label pada kelompok produktif, khususnya Siswa SMA dan Mahasiswa (15-29 tahun) di Indonesia. Analisis hubungan antar variabel akan dilakukan dengan metode penelitian kepustakaan (*literature review*). Penelitian kepustakaan ini bertujuan untuk melihat kesimpulan dan penambah informasi antara hubungan tingkat pengetahuan terhadap sikap dan kepatuhan membaca label pada usia produktif di Indonesia.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah *narrative literature review* yang bersumber dari empat *database*, diantaranya *Google Scholar*, Portal Garuda, *DOAJ*, dan *Pubmed* dalam rentang waktu lima tahun terakhir (Mei 2019-Mei 2024). Kata kunci meliputi bahasa Inggris dan bahasa Indonesia, yakni “*knowledge, compliance or attitude of food labels in adolescent*” dan “pengetahuan, kepatuhan atau sikap pada kelompok usia produktif terkait label pangan”. Pencarian artikel didasarkan atas kriteria inklusi, diantaranya penelitian merupakan *cross-sectional study* dengan uji korelasi, subjek penelitian berusia 15-29 tahun (usia produktif) berstatus siswa atau mahasiswa dan lokasi penelitian di Indonesia. Penelitian yang tidak menjelaskan uji hubungan antara variabel pengetahuan dengan variabel sikap ataupun variabel kepatuhan akan dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi. Sebanyak 1140 (*Google Scholar*), Portal Garuda (6), dan 1457 (*Pubmed*) artikel berhasil temukan. Artikel kemudian diseleksi sebelum dilakukan analisis. Seleksi artikel dilakukan dengan skrining berdasarkan judul dan abstrak pada masing-masing artikel. Hasil seleksi menghasilkan 7 artikel yang sesuai dengan kriteria. Artikel (*full text*) yang sudah terseleksi kemudian dianalisis secara naratif.

HASIL

Hasil penelitian dapat dilihat pada Tabel 1. Setelah dilakukan pencarian dan seleksi artikel, didapatkan 2 artikel yang membahas hubungan antara pengetahuan dan sikap terkait label pangan pada usia produktif sesuai kriteria inklusi di Indonesia. Kedua artikel menggunakan desain *cross-sectional study* dengan teknik sampling berupa *consecutive sampling*. Kedua artikel yang terseleksi menggunakan bahasa Indonesia.

Tabel 1. *Literature Review*: Hubungan Pengetahuan dengan Sikap terkait Label Pangan

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Responden dan Jumlah Sampel	Hasil	Kesimpulan
1	Minati dan Sartika (2022) (14)	Hubungan Tingkat Pengetahuan terkait Label Sikap Konsumsi Produk Minuman Kemasan Mahasiswa Program Studi Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Pasundan Bandung	Desain: <i>Cross sectional</i> Teknik Sampling: <i>Non probability consecutive sampling</i>	Populasi penelitian ini yakni mahasiswa Program Studi Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Pasundan Bandung. Sampel berjumlah 95 mahasiswa dengan rata-rata usia sampel yakni 22 tahun.	Sebanyak 70.5% responden memiliki pengetahuan terkait label gizi yang tergolong kurang baik. Sebanyak 85.3% responden memiliki sikap konsumsi minuman kemasan yang kurang. Uji <i>Fisher exact</i> menunjukkan terdapat	Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan terkait label gizi terhadap sikap konsumsi minuman kemasan.

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Responden dan Jumlah Sampel	Hasil	Kesimpulan
					hubungan antara pengetahuan terkait label gizi terhadap sikap konsumsi minuman kemasan (<i>p-value</i> 0.04) OR (CI 95%) = 5.874 (1.755-19.658)	
2	Nisa et al. (2024) (17)	Hubungan Pengetahuan dan Sikap terkait Label Pangan dengan Kepatuhan Membaca Label Pangan pada Mahasiswa Universitas Diponegoro	Desain: <i>cross-sectional study</i> Teknik Sampling: <i>consecutive sampling</i>	Populasi adalah mahasiswa Universitas Diponegoro. Sampel berjumlah 106 mahasiswa yang sesuai kriteria inklusi berstatus aktif berusia 19-24 tahun, tidak menjalani diet tertentu, bersedia mengikuti penelitian.	Hasil menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan mengenai gizi dan label pangan dengan sikap terhadap label pangan (<i>p</i> =0.019) dengan derajat hubungan rendah (<i>r</i> =0.228)	Pengetahuan tentang label pangan memiliki hubungan bermakna dengan sikap terkait label pangan.

Berdasarkan hasil artikel jurnal yang sudah dikumpulkan dan dianalisa oleh penulis, didapatkan 5 artikel yang membahas mengenai hubungan pengetahuan dengan kepatuhan terkait label pangan. Kelima artikel menggunakan desain *cross-sectional study*. Kelima artikel yang terseleksi menggunakan bahasa Indonesia.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan terkait Label Pangan

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Responden dan Jumlah Sampel	Hasil	Kesimpulan
1	Nisa et al. (2024) (17)	Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terkait Label Pangan dengan Kepatuhan Membaca	Desain: Observatif <i>Cross-sectional</i> Teknik Sampling: <i>Consecutive sampling</i>	Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Diponegoro. Sampel berjumlah 106	Dari 106 responden sebanyak 54 mahasiswa (50,9%) memiliki pengetahuan membaca label pangan baik dan 52 (49,1%) pengetahuan	Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan membaca label gizi

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Responden dan Jumlah Sampel	Hasil	Kesimpulan
		Label Pangan pada Mahasiswa Universitas Diponegoro		mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi berstatus aktif berusia 19-24 tahun, tidak menjalani diet tertentu, bersedia mengikuti penelitian.	kurang, sebanyak 53 mahasiswa (50%) memiliki kepatuhan membaca label pangan baik dan 53 mahasiswa (50%) kepatuhan kurang. Berdasarkan hasil uji korelasi spearman tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan membaca label pangan ($p=0,26$)	pada mahasiswa usia 19-24 tahun
2	Dewi <i>et al.</i> (2023) (18)	Hubungan Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi dan Faktor Kepatuhan Membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Siswa di SMAN 5 Mataram	Desain: survei analitik <i>Cross-sectional</i> Teknik Sampling: Purposive sampling	Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMAN 5 Mataram, Nusa Tenggara Barat. Sampel berjumlah 26 siswa yang memenuhi kriteria inklusi siswa berusia 16-18 tahun, merupakan anggota Usaha Kesehatan Sekolah dan Palang Merah Remaja	Dari 26 responden sebanyak 22 siswa (84,6%) memiliki pengetahuan gizi baik dan 4 siswa (15,4%) pengetahuan kurang, sebanyak 16 siswa (61,5%) memiliki kepatuhan membaca label informasi nilai gizi dan 10 siswa (38,5%) tidak patuh. Berdasarkan hasil uji <i>chi-square</i> terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dan kepatuhan membaca label informasi nilai gizi ($p=0,047$) dengan odds ratio (2,077)	Terdapat hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan membaca label informasi nilai gizi dengan pengetahuan gizi yang baik memiliki peluang 2,077 kali lebih besar untuk patuh membaca label informasi nilai gizi
3.	Al Uzhma <i>et al.</i> (2022) (19)	Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan dan Kemampuan Membaca Label Informasi Gizi pada	Desain: <i>Cross-sectional</i> dengan pendekatan kuantitatif Teknik Sampling: <i>simple</i>	Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa pendidikan dokter fakultas kedokteran Universitas Mataram.	Dari 140 responden sebanyak 74 mahasiswa (52,9%) memiliki pengetahuan gizi baik dan 66 mahasiswa (47,1%) pengetahuan kurang, sebanyak 38 mahasiswa (27,1%)	Tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan kebiasaan membaca label pangan

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Responden dan Jumlah Sampel	Hasil	Kesimpulan
		Mahasiswa Fakultas Kedokteran UNRAM	<i>random sampling</i>	Sampel berjumlah 140 orang dengan dan kriteria inklusi: mahasiswa angkatan 2018 dan 2019 usia 18-23 tahun yang bersedia mengikuti penelitian dan sudah melewati blok 5. Sedangkan kriteria eksklusi mahasiswa yang tidak lengkap mengisi lembar <i>informed consent</i> dan mengundurkan diri di tengah pengambilan data	memiliki kebiasaan baik membaca label pangan dan 102 mahasiswa (72,8%) tidak baik. Berdasarkan hasil uji <i>spearman rank</i> terdapat hubungan tidak signifikan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan membaca label pangan ($p=0,138$)	
4.	Ratnayani <i>et al.</i> (2020) (16)	Hubungan antara Persepsi Atribut Produk, Pengetahuan Gizi dan Label Pangan dengan Kebiasaan Membaca Label Pangan pada Mahasiswa S1 Gizi Reguler STIKes Binawan	Desain: <i>Cross-sectional</i> Teknik Sampling: <i>purposive sampling</i>	Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa reguler S1 gizi STIKes Binawan (usia 18-23 tahun). Sampel berjumlah 107 responden yang masuk kedalam kriteria inklusi dan eksklusi	Dari 107 responden sebanyak 97 mahasiswa (90,7%) memiliki pengetahuan gizi dan label pangan baik dan 10 mahasiswa (9,3%) pengetahuan kurang, sebanyak 62 mahasiswa (57,9%) memiliki kebiasaan baik membaca label pangan dan 45 mahasiswa (42,1%) tidak baik. Berdasarkan hasil uji <i>chi-square</i> terdapat hubungan tidak signifikan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan	Tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan label pangan terhadap kebiasaan membaca label pangan

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Responden dan Jumlah Sampel	Hasil	Kesimpulan
5.	Islamiati dan Sri (2023) (10)	Hubungan Pengetahuan terkait Label Gizi dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi pada Siswa SMA Al-Islam Krian	Metode: Observatif <i>Cross-sectional</i> Teknik Sampling: <i>Proportional Random Sampling</i>	Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA AL-Islam Krian. Sampel berjumlah 250 orang responden yang masuk kriteria inklusi yaitu berusia 16-19 tahun, hadir dan bersedia menjadi sampel penelitian	membaca label pangan ($p=0,091$) Dari 250 responden sebanyak 34 siswa (13,6%) memiliki pengetahuan label gizi yang baik, 165 siswa (66%) pengetahuan cukup, dan 51 siswa (20,4%) pengetahuan kurang. Sebanyak 38 siswa (15,2%) memiliki kebiasaan membaca label gizi yang baik, 172 siswa (68,8%) kebiasaan cukup, dan 40 siswa (16%) kebiasaan kurang. Berdasarkan hasil uji <i>spearman</i> terdapat hubungan tidak signifikan antara pengetahuan label gizi dan kebiasaan membaca label gizi ($p=0,124$)	Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan label gizi dengan kebiasaan membaca label gizi

PEMBAHASAN

1. Hubungan Pengetahuan dan Sikap terkait Label Pangan

1.1 Sikap terkait Label Pangan

Secara umum, sikap merupakan sesuatu yang menentukan motivasi seseorang untuk berperilaku (20). Artikel kesatu yang merupakan penelitian Nisa *et al.* tahun 2024 meneliti terkait hubungan pengetahuan dengan sikap terkait label pangan sedangkan artikel kedua yakni penelitian Minati dan Sartika tahun 2022 mengkaji terkait hubungan pengetahuan terkait label gizi terhadap sikap konsumsi produk minuman kemasan (14,17). Adapun definisi operasional dari sikap konsumsi minuman kemasan pada penelitian tersebut yakni pemilihan minuman kemasan yang didasarkan pada pertimbangan label gizi seperti takaran saji, jumlah sajian, serta jumlah energi, karbohidrat dan protein yang terdapat pada kemasan. Adanya penilaian sikap terkait label pangan serta hubungannya dengan variabel pengetahuan terkait dengan label pangan menjadikan 2 (dua) artikel ini masuk dalam kriteria artikel yang dapat ditelaah lebih lanjut.

Artikel lain yakni penelitian Rosyidah *et al.* tahun 2023 terkait gambaran sikap terhadap kesehatan dan label produk pangan telah dilakukan dengan penggalan data sikap responden menggunakan kuesioner kepada seluruh responden (21). Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan sepuluh pertanyaan seputar sikap kesehatan dan label pangan. Salah satu pernyataan terkait dengan sikap kesehatan dan label produk pangan yakni adanya pertimbangan mengenai informasi kandungan gizi dalam memilih produk pangan. Hal ini juga mendukung adanya kesamaan pengertian

maupun lingkup temuan mengenai pengetahuan dan sikap terkait label pangan dari dua artikel yang dibahas pada *review* ini.

1.2 Hubungan Pengetahuan dan Sikap terkait Label Pangan

Kedua artikel terseleksi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan sikap terkait label pangan. Penelitian Danisa dan Sartika tahun 2022 mengungkapkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan label pangan yang kurang baik dan ternyata sebagian besar responden juga memiliki sikap konsumsi pangan yang kurang baik. Kurangnya pengetahuan dinilai terjadi karena responden tidak memiliki latar belakang pendidikan kesehatan (14). Hal ini sejalan dengan penelitian Yee *et al.* tahun 2022 yang menyatakan bahwa baiknya pengetahuan dan sikap terkait label pangan dapat dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan responden (22). Penelitian Nisa *et al.* tahun 2024 juga menunjukkan hubungan yang bermakna antara pengetahuan mengenai label pangan dengan sikap terhadap label pangan walaupun derajat hubungannya cukup rendah (17).

Penelitian pada mahasiswa sarjana kedokteran tahun ke-1 sampai ke-3 di India yang dilakukan dengan penggalan informasi terkait pengetahuan, sikap dan kebiasaan penggunaan *food label* menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki pengetahuan dan sikap terkait dengan label pangan yang baik walaupun kebiasaan dalam penggunaan label pangan tersebut masih cenderung kurang (23). Responden menganggap bahwa dengan adanya label pangan, seseorang khususnya pasien dapat terbantu dalam memilih makanan secara lebih cermat sehingga membantu pasien untuk terhindar dari penyakit yang lebih parah (23).

Penelitian lain terkait dengan pengetahuan dan sikap penggunaan label pangan di kalangan mahasiswa di Malaysia menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup baik serta memiliki sikap positif yang cukup baik terhadap penggunaan label pangan walaupun hubungan keduanya tidak berbeda signifikan (24). Rasa kesadaran untuk berpola makan yang sehat menjadi alasan paling besar (258 dari 418 responden) yang mendasari penggunaan atau penerapan label pangan di kalangan responden. Selain itu, penelitian ini mengungkapkan ada faktor lain yang mendasari penggunaan label pangan, yakni diantaranya rasa penasaran pada karakteristik pangan, kepercayaan religius, usaha penurunan berat badan, masalah kesehatan, serta faktor lain (24).

Kelompok usia produktif dinilai sudah secara mandiri mampu menentukan pilihannya, termasuk dalam menentukan pangan yang akan dikonsumsi. Di sisi lain, kelompok usia produktif yang termasuk didalamnya terdapat kelompok remaja menjadi kelompok yang mudah terpengaruh oleh lingkungan atau pergaulan sehingga membutuhkan arahan yang tepat dalam mendukung pola hidup sehatnya. Penelitian lainnya menemukan bahwa sebagian besar remaja memahami informasi label pangan namun hanya sedikit (18.2%) dari mereka yang sering membaca label pangan. Alasan mereka membaca label pangan yakni sebagian besar (51%) dari mereka mempertimbangkan harga dan rasa, lalu diikuti oleh informasi detail yang ada pada label pangan (49.5%) terkait dengan tujuan kontrol asupan energi, alasan kecantikan dan kesehatan, dan alergi (25). Sebagian besar remaja menyebutkan bahwa waktu yang terbatas untuk membaca label menjadi alasan mereka tidak mempertimbangkan penggunaan label pangan. Selain itu, tampilan label yang membingungkan, tidak tersedianya label pada beberapa jenis pangan, fokus bukan pada kesehatan dan kurangnya pengetahuan tentang bagaimana mereka menggunakan label pangan menjadi beberapa alasan dari sikap mereka terkait penggunaan label pangan (25).

Pengetahuan terkait dengan label pangan terkadang memiliki dampak yang berbeda-beda pada setiap individu. Umumnya, konsumen akan memanfaatkan pengetahuan yang mereka miliki untuk menginterpretasikan informasi yang mereka dapatkan dari label pangan yang terdapat pada pangan untuk kemudian menjadi pertimbangan dalam pemilihan atau pembelian produk pangan (26). Sebuah penelitian kuantitatif yang dilakukan terhadap 381 responden berusia minimal 18 tahun di Malaysia menunjukkan bahwa pengetahuan label gizi menjadi sebuah prediktor yang bermakna pada sikap label gizi serta terkait dengan pemilihan pangan sehat ($p < 0.001$) (27).

Mengingat banyaknya penelitian yang mengungkap adanya hubungan antara pengetahuan dan sikap terkait label pangan menjadikan upaya peningkatan pengetahuan masyarakat khususnya terkait label pangan yang menjadi penunjuk informasi terkait pangan menjadi sangat diperlukan.

Pengetahuan yang baik diharapkan dapat berkontribusi pada peningkatan kesadaran dan sikap positif terkait dengan label pangan. Upaya peningkatan pengetahuan juga sebaiknya diiringi dengan evaluasi pemahaman dan penerimaan terkait label pangan atau gizi. Kelompok usia produktif dapat diberikan paparan informasi yang cukup sering agar memiliki pemahaman dan sikap terkait label gizi yang cukup baik. Hasil uji *Chi-square* yang dilakukan oleh Ikrima et al. tahun 2023 menyatakan bahwa paparan informasi tentang gizi serta pengetahuan tentang label gizi memiliki hubungan yang signifikan dengan kebiasaan membaca label gizi (28).

Metode yang dapat dilakukan dalam peningkatan pengetahuan terkait label pangan dapat dilakukan dengan berbagai cara sebagai contoh metode edukasi ceramah dan personal. Hasil studi menunjukkan bahwa terjadi perbedaan pengetahuan dan pemilihan makanan kemasan yang signifikan antara *pre-test* dan *post test* dari adanya edukasi personal terkait label pangan (29). Studi lain juga mengungkapkan dibutuhkan peningkatan edukasi dalam upaya peningkatan pengetahuan dan persepsi terkait dengan label pangan (30,31).

2. Hubungan Pengetahuan Label Pangan dengan Kepatuhan Membaca Label Pangan

2.1 Kepatuhan terkait Label Pangan

Kepatuhan membaca label pangan adalah suatu kebiasaan seseorang dalam membaca keterangan yang terdapat pada label kemasan produk pangan (32). Indikator yang bisa digunakan untuk mengukur kebiasaan seseorang dalam membaca keterangan label kemasan pangan adalah dengan mengukur tingkat kepatuhan responden (33). Tingkat kepatuhan yang baik bisa terlihat dari kebiasaan responden dalam membaca keterangan minimal yang harus tercantum dalam kemasan, seperti nama produk, berat bersih, alamat produsen, tanggal produksi dan keterangan kadaluarsa (34).

Kebiasaan membaca informasi nilai gizi (jumlah sajian, takaran saji, dan kandungan zat gizi dalam produk) yang terdapat pada kemasan pangan juga bisa menjadi indikator tingkat kepatuhan label pangan seseorang, semakin seseorang memiliki kebiasaan membaca informasi nilai gizi pada produk yang akan dibeli, semakin tinggi pula skor tingkat kepatuhan orang tersebut (32).

Berdasarkan hasil analisis 5 artikel jurnal ditemukan 1 artikel yang berfokus pada kepatuhan responden dalam membaca label informasi nilai gizi yang terdapat pada kemasan bahan pangan, 3 artikel berfokus pada kepatuhan responden dalam membaca label pangan secara umum dan 1 artikel berfokus pada kepatuhan responden dalam membaca label pangan dan informasi nilai gizi pada kemasan pangan. Kelima penelitian tersebut sudah sesuai dengan kriteria penilaian tingkat kepatuhan seseorang dalam membaca label pangan.

2.2 Hubungan Pengetahuan Label Pangan dengan Kepatuhan Membaca Label Pangan

Hasil dari analisis 5 artikel jurnal ditemukan bukti 1 artikel menyatakan ada hubungan signifikan terkait pengetahuan gizi dengan kepatuhan membaca label pangan ($p < 0,05$) dan 4 artikel menyatakan tidak ada hubungan yang signifikan ($p > 0,05$).

Penelitian Dewi *et al.* tahun 2023 mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dengan kepatuhan membaca label informasi nilai gizi ($p = 0,047$) dari 16 responden (61,54%) yang memiliki tingkat kepatuhan membaca label pangan yang baik 13 responden memiliki tingkat pengetahuan gizi yang baik. Hasil odds ratio juga ditemukan hasil pengetahuan gizi yang baik memiliki peluang 2,077 kali lebih besar seseorang untuk patuh membaca label pangan khususnya nilai informasi nilai gizi (18).

Tingginya skor pengetahuan dan tingkat kepatuhan pada responden penelitian Dewi *et al.* dipengaruhi oleh karakteristik responden yang merupakan anggota UKS dan PMR yang menjadi duta panganan jajan anak sekolah aman SMAN 5 Mataram. Hal tersebut meningkatkan kesadaran siswa untuk membaca label pangan gizi karena tindakan mereka akan menjadi contoh bagi siswa yang lain (18). Hal ini sejalan dengan penelitian lainnya yang menyatakan bahwa faktor pendidikan, sosial budaya dan lingkungan akan berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap seseorang (35–37).

Anggota sampel pada penelitian tersebut juga sudah terpapar informasi tentang label gizi yang bersumber dari internet dan edukasi guru sebelum dilakukan penelitian. Hal ini sejalan dengan penelitian pada remaja SMA di Bekasi yang menyatakan bahwa paparan media informasi memiliki hubungan yang signifikan terhadap kebiasaan remaja untuk membaca label gizi. Paparan media

informasi akan memberikan peluang 3,203 kali remaja untuk melakukan kebiasaan membaca label gizi (38).

Paparan mengenai informasi label gizi bisa didapatkan dari internet, penyuluhan dan media cetak. Hal ini akan memberikan berbagai sumber referensi dengan cakupan luas dan mutakhir. Seringnya paparan media informasi label gizi akan memberikan dampak pada perubahan perilaku membaca label gizi yang akan membentuk kebiasaan yang positif (12). Kebiasaan positif yang timbul dari paparan informasi label pangan dan informasi gizi adalah meningkatkan kesadaran dalam memperhatikan kesehatan dan bertambahnya pengetahuan terkait label pangan (19).

Pada 4 artikel lain ditemukan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan tingkat kepatuhan responden dalam membaca label pangan. Dalam 2 artikel ditemukan kesamaan tingkat kepatuhan responden kurang dengan prevalensi yang tinggi diatas 50% (17,19). Rendahnya tingkat kepatuhan membaca label pangan dan zat gizi terjadi karena adanya hambatan yang ditemukan konsumen dalam usaha mencari informasi. Hambatan tersebut bisa berupa pemahaman label yang kurang sehingga menyebabkan ketidaktarikan terhadap informasi yang terdapat pada kemasan. Selain itu, informasi yang tercantum pada label zat gizi dan komposisi bahan makanan pada kemasan sering terlihat kompleks dan istilah yang digunakan tidak umum didengar oleh masyarakat menjadi faktor lain dari rendahnya tingkat kepatuhan (7).

Pada penelitian Uzhma *et al.* dan 3 artikel lain menunjukkan tingkat pengetahuan yang baik tidak memiliki hubungan dengan kebiasaan membaca label yang baik pula (16,17,19). Tidak adanya hubungan antara kedua variabel terjadi karena responden dengan pengetahuan gizi yang baik tidak menerapkan informasi tersebut ke dalam kehidupan sehari-hari atau tidak menerjemahkan pengetahuan menjadi kebiasaan (39) sehingga pengetahuan gizi yang baik belum mampu untuk merubah kebiasaan diri responden dalam membaca label pangan dengan baik. Beberapa faktor yang menyebabkan pengetahuan tidak berhubungan dengan kebiasaan adalah tidak memiliki waktu untuk membaca, tidak paham mengenai informasi persentase yang terdapat pada label, label pangan kurang menarik, produk tersebut tidak asing bagi konsumen dan motivasi yang rendah (40).

Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi yang baik belum tentu dapat meningkatkan kebiasaan membaca label pangan responden, terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi hal tersebut, seperti tingkat kesadaran responden, paparan media informasi, ada atau tidaknya faktor penghambat dalam mencari informasi dan tingkat pemahaman mengenai informasi yang terdapat pada kemasan pangan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dari 2 artikel, terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan label pangan dengan sikap membaca label gizi. Berdasarkan hasil analisis dari 5 artikel terdapat 1 artikel yang memiliki hubungan yang bermakna antara pengetahuan label pangan dengan kepatuhan membaca label gizi dan 4 artikel yang tidak memiliki hubungan yang bermakna.

SARAN

Perubahan sikap dan kebiasaan seseorang tidak dipengaruhi oleh pengetahuan saja tapi ada faktor-faktor lain seperti karakteristik responden, tingkat kesadaran responden, paparan media informasi, ada atau tidaknya faktor penghambat dalam mencari informasi dan tingkat pemahaman mengenai informasi yang terdapat pada kemasan pangan. Penting bagi peneliti selanjutnya untuk bisa memperhatikan faktor tersebut agar bisa mengubah sikap dan kebiasaan seseorang dalam membaca label pangan. Edukasi gizi serta motivasi terkait label pangan baik dilakukan untuk mendukung kebiasaan pemilihan pangan yang tepat dalam rangka perbaikan gizi masyarakat.

KONFLIK KEPENTINGAN

Proses *literatur review* ini tidak memiliki konflik kepentingan dari pihak manapun.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Noncommunicable diseases 2023 [Internet]. 2023 [Diakses 1 Juli 2024]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
2. Global Burden of Disease Study. Explore results from the 2021 Global Burden of Disease (GBD) study [Internet]. 2021 [Diakses 1 Juli 2024]. Available from: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>
3. Kementerian Kesehatan RI. Studi Kohort Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular tahun 2021. Jakarta; 2021.
4. Kementerian Kesehatan RI. Laporan Tematik SKI 2023: Prevalensi, Dampak, Serta Upaya Pengendalian Hipertensi dan Diabetes di Indonesia. Jakarta; 2024.
5. Linnasiputri CA, Anisfatus L. Correlation between Knowledge and Nutritional Status with Reading Behavior of Packaged Food Nutrition Labels Cosmetology Students Unesa. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*. 2024;5(1):164–73 E-ISSN: 1774-2547.
6. Anggraeni APW, Widyastuti N, Purwanti R, Fitranti DY. Perbedaan konsumsi makanan jajanan kemasan mengandung monosodium glutamat dan status gizi pada remaja urban dan sub urban di Kabupaten Semarang. *Darussalam Nutr J*. 2020;4(2):64. DOI: <https://doi.org/10.21111/dnj.v4i2.3980>
7. Fitri NFN, Metty M, Yuliati E. Hubungan Pengetahuan Dan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi Makanan Kemasan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Asrama Kutai Kartanegara Di Yogyakarta. *J GIZIDO*. 2020;12(1):45–54.
8. Badriyah L, Syafei A. Persepsi dan Perilaku Membaca Label Pangan dan Informasi Gizi pada Siswa SMK Wijaya Kusuma. *J Ilmu Kesehat Masy*. 2019;8(04):167–74. DOI: 10.33221/jikm.v8i04.401
9. Mahmudah LN, Mardiah W, Lumbantobing VB. Student Knowledge in Reading Nutrient Label Information and Types of Packaging Food Consumed by Nursing Students. *Media Keperawatan Indones*. 2020;3(2):45. DOI: <https://doi.org/10.26714/mki.3.2.2020.45-53>
10. Islamiati LP, Sumarmi S. Hubungan Pengetahuan terkait Label Gizi dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi pada Siswa SMA Al-Islam Krian The Relationship between Nutrition Facts Knowledge and Nutrition Facts Reading Habit among Al-Islam High School Krian Students. 2023;833–9. DOI: <https://doi.org/10.20473/>
11. Sinaga C, Simanungkalit SF. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku membaca label informasi gizi. *J Endur*. 2019;4(1):192–8. DOI: <https://doi.org/10.22216/jen.v4i1.1312>
12. Novitamanda AD, Prayitno N, Nurdianty I. Information exposure relating with reading behavior on packaged food product among college students in Fikes Uhamka. *ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan)*. 2020;5(2):92–9. DOI: 0.22236/argipa.v5i2.3968
13. Maemunah S, Sjaaf AC. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi, Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi Dan Frekuensi Konsumsi Mie Instan Pada Konsumen Jakarta Dan Sekitarnya. *Indones J Heal Dev*. 2020;2(2):129–36. DOI: <https://doi.org/10.52021/ijhd.v2i2.65>
14. Minati SD, Sartika AN. Hubungan Tingkat Pengetahuan Terkait Label Gizi Terhadap Sikap Konsumsi Produk Minuman Kemasan Mahasiswa Program Studi Perencanaan Wilayah Dan Kota Universitas Pasundan Bandung. *J Ilmu Gizi Indones*. 2022;3(2):7–15. ISSN: 2746-2560
15. Fatharanni MO, Angraini DI, Oktaria D. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Mengenai Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah. *J Medula*. 2019;9(50):26–37.
16. Ratnayani R, Nurbani AA, Srimati M. Hubungan antara persepsi atribut produk, pengetahuan gizi dan label pangan dengan kebiasaan membaca label pangan pada mahasiswa S1 gizi reguler STIKes Binawan. *J SAGO Gizi dan Kesehat*. 2021;2(1):6. DOI: <http://dx.doi.org/10.30867/sago.v1i1.5>
17. Nisa L, Nuryanto N, Purwanti R, Diény FF. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terkait Label

- Pangan Dengan Kepatuhan Membaca Label Pangan Pada Mahasiswa Universitas Diponegoro. *J Nutr Coll.* 2024;13(1):81–8. E-ISSN: 2622-884X
18. Dewi NT, Yunita L, Sukanty NMW. Hubungan Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi dan Faktor Lain Dengan Kepatuhan Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Siswa di SMAN 5 Mataram. *J Gizido.* 2023;15(1):27–36. DOI: <https://doi.org/10.47718/gizi.v15i1.1932>
 19. Uzhma YA, Rifana C, Lina N. The Association Between Nutritional Knowledge with Habits and Ability to Read Nutritional Information Labels In Students of Medicine Faculty of Mataram University. *J Gizi KH.* 2022;2(1):43–52.
 20. Huda QA, Ririn AD. Sikap Dan Perilaku Membaca Informasi Gizi Pada Label Pangan Serta Pemilihan Pangan Kemasan. *Media Gizi Indones.* 2016;11(2):175–81.
 21. Roysidah HN, Wirakesuma MT, Rosanti A. Gambaran sikap terhadap kesehatan dan label produk pangan pada mahasiswa jenjang sarjana program studi gizi di Kepulauan Riau. 2023;3(1):91–6.
 22. Yee LS, Nazri AWM, Rosle NEF, Pei YK, Chin YI, Yi YL, et al. Association between Knowledge, Attitude, and Practice of Nutrition and Food Labels among Selected Higher Educational Institution Students in Klang Valley. *J Sains Kesihat Malaysia.* 2022;20(2):77–85. DOI : <http://dx.doi.org/10.17576/JSKM-2022-2002-09>
 23. Annamalai S, Gopichandran V. Knowledge, attitudes and utilization of food labels among undergraduate medical students in a medical college in Chennai – A cross sectional survey. *Indian J Community Fam Med.* 2021;8:33–8. DOI: 10.4103/ijcfm.ijcfm_50_21
 24. Zaini S, Ariff IM, Saad N, Nazir MNM, Soraya SA. Knowledge, attitude, and practice on food label use among university students. *Ijabs.* 2022;6(3):2642–53.
 25. Nor NM, Rusli SFM, Asmawi UMM. Awareness, Knowledge, and Practices towards Reading Snack Food Labels among Malaysian Adolescents. *J Gizi dan Pangan.* 2023;18(1):61–70. <https://doi.org/10.25182/jgp.2023.18.1.61-70>
 26. Peter J, Olson J. *Consumer Behavior & Marketing Strategy.* Ninth Edit. New York: McGraw-Hill; 2010.
 27. Zainol Z, Yahaya R, Osman J, Razak AA, Mohamad AM. Nutrition Label Knowledge and Attitude to Affect Healthy Food Choice among Young Consumers in Malaysia. *Turkish J Comput Math Educ.* 2021;12(3):701–10.
 28. Ikrima I, Giriwono P, Rahayu W. Pemahaman dan penerimaan label gizi front of pack produk snack oleh siswa SMA di Depok. *J Mutu Pangan.* 2023;10(1):42–53. DOI: 10.29244/jmpi.2023.10.1.42
 29. Ningtyas I, Handayani D, Kusumastuty I. Pengetahuan Nutrition Facts dan Pemilihan Makanan Kemasan Mahasiswa Obesitas antara Metode Edukasi Personal dan Ceramah. *Amerta Nutr.* 2018;2(3):271. DOI : 10.2473/amnt.v2i3.2018. 271-282
 30. Amanda D, Ilmi I, Sufyan D, Sofianita N. Hubungan pengetahuan, kebiasaan membaca nutrition facts dan frekuensi konsumsi makanan kemasan dengan status gizi lebih remaja pengunjung perpustakaan. *J Ilm Kesehat.* 2023;18(4):251–60.
 31. Hajijah RN, Retnaningsih R. The Influence of Knowledge and Risk Perception on Food Label Reading Behavior among Adolescents in Rural and Urban Areas of Bogor. *J Consum Sci.* 2024;9(1):82–101. DOI: <https://doi.org/10.29244/jcs.9.1.82-101>
 32. Widiawati D, Giovani S, Puteri NE, Shiba H. Gambaran Pengetahuan dan Kepatuhan Sivitas Akademika Universitas Al-Azhar Indonesia dalam Membaca Label Pangan. *J Al-Azhar Indones.* 2022;7(1):65–71. DOI: <http://dx.doi.org/10.36722/sst.v7i1.1042>
 33. Nafisah, Masrikhiyah R, Setyaningsih S. Hubungan Tingkat Pengetahuan , Persepsi dan Kepatuhan Membaca Label Pangan Makanan Kemasan Terhadap Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan. *J Ilm Gizi dan Kesehat.* 2023;5(01):15–21. DOI: <https://doi.org/10.46772/jigk.v5i1.1261>
 34. Badan Pengawas Obat dan Makanan RI. *Pedoman Label Pangan Olahan.* Jakarta; 2020.
 35. Mahmudah RL, Lorensia A, Purwati AI. Perbedaan Pengetahuan dan Sikap terhadap Manfaat Vitamin D pada Mahasiswa Kesehatan dan Non-Kesehatan. *Surya Med J Ilm Ilmu Keperawatan dan Ilmu Kesehat Masy.* 2021;16(2):65–74.

36. Laible MC, Anger S, Baumann M. Personality Traits and Further Training. *Front Psychol.* 2020;11:1–20.
37. Geiger SM, Geiger M, Wilhelm O. Environment-specific vs. general knowledge and their role in pro-environmental behavior. *Front Psychol.* 2019;10:1–12. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00718>
38. Sukmawati IA, Sartika AN. Hubungan Paparan Media Informasi Dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi Produk di SMA Widya Nusantara. *J Ilmu Gizi Indones.* 2022;3(2):16–9. DOI: <https://doi.org/10.57084/jigzi.v3i2.1011>
39. Purwanti AD, Marlina Y. Gambaran Persepsi Citra Tubuh, Pengetahuan Gizi Seimbang, dan Perilaku Makan Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru. *J Kesehat Komunitas.* 2022;8(2):257–67. DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss2>
40. Maulida AZ. Membaca label pangan pada mahasiswa Gizi UIN Walisongo Semarang. UIN Walisongo Semarang; 2019.