

PENGETAHUAN DAN PAPARAN MEDIA BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU REMAJA DALAM MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI

Knowledge and media exposure are related to adolescents' behavior in reading nutritional value information labels

Sari Khairinisa, Lilik Hidayanti*, Prima Endang Susilowati
Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi, Jl. Siliwangi No.24,
Kahuripan, Kecamatan Tawang, 46115

*Korespondensi: lilikhidayanti@unsil.ac.id

ABSTRACT

The consumption pattern of the community, including adolescents, has shifted to consuming ready-to-eat or packaged foods. This phenomenon needs to be controlled because these foods are generally high in sugar, salt and fat which are bad for health. This habit can arise partly due to low compliance to read nutritional value information labels. This study aims to analyze the factors associated with adolescent behavior in reading nutritional value information labels. The research method used cross sectional design with proportional stratified random sampling. The research sample was SMAN 1 Singaparna students, with a total of 328 people. Data were collected using a questionnaire instrument and analyzed by Chi Square Test. There is a relationship between knowledge (p -value = 0.009; OR = 1.859; 95% CI=1.190-2.903), media exposure (p -value = 0.000; OR = 6.128; 95% CI=2.857-13.137) with the behavior of reading information labels nutritional value. However, there was no relationship between attitude (p -value = 0.376), ability to read labels (p -value = 0.264), and special diet (p -value = 0.130) with the behavior of reading nutritional value information labels. Knowledge and media exposure influence the behavior of reading nutritional value information labels, as well as being a risk factor. Therefore, it is recommended that students get used to reading nutrition labels before choosing packaged food products.

Keywords: nutritional value information, behavior, knowledge, media exposure

ABSTRAK

Pola konsumsi masyarakat termasuk remaja saat ini mengalami pergeseran yaitu beralih mengonsumsi makanan siap saji atau kemasan. Fenomena ini perlu dikendalikan karena makanan tersebut umumnya tinggi gula, garam dan lemak yang berdampak buruk bagi kesehatan. Kebiasaan ini dapat timbul salah satunya karena rendahnya kepatuhan untuk membaca label informasi nilai gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja dalam membaca label informasi nilai gizi. Metode penelitian menggunakan desain *cross sectional* dengan *proportional stratified random sampling*. Sampel penelitian adalah siswa SMAN 1 Singaparna, dengan jumlah 328 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan *Uji Chi Square*. Terdapat hubungan antara pengetahuan (p -value = 0.009; OR = 1.859; 95% CI=1.190-2.903), paparan media (p -value = 0.000; OR = 6.128; 95% CI=2,857-13,137) dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi. Namun tidak terdapat hubungan antara sikap (p -value = 0,376), kemampuan membaca label (p -value = 0,264), dan diet khusus (p -value = 0,130) dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi. Pengetahuan dan paparan media mempengaruhi perilaku membaca label informasi nilai gizi, serta menjadi faktor risiko. Oleh karena itu disarankan siswa membiasakan untuk membaca label gizi sebelum memilih produk pangan kemasan.

Kata kunci : informasi nilai gizi, perilaku, pengetahuan, paparan media

PENDAHULUAN

Salah satu bagian dari sepuluh pesan umum gizi seimbang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang adalah anjuran untuk membaca label pangan yang dikemas terutama keterangan tentang informasi kandungan zat gizi dan tanggal kadaluarsa sebelum membeli atau mengonsumsi suatu produk pangan [1]. Di Indonesia telah ada peraturan kewajiban mencantumkan label gizi pada makanan kemasan [2], namun sayangnya persentase konsumen yang membaca label saat akan membeli makanan masih di bawah 50%.

Sebagian besar remaja adalah konsumen pangan siap saji dan kemasan yang umumnya tinggi gula, garam dan lemak [3]. Hal ini diperkuat oleh hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, yaitu ditemukan bahwa remaja usia 15-19 tahun di Indonesia memiliki kebiasaan konsumsi makanan tinggi gula, garam dan lemak yang di atas anjuran yang diperbolehkan [4]. Kebiasaan ini dapat timbul salah satunya karena rendahnya kemampuan untuk membaca label informasi nilai gizi. Oleh karena itu penting bagi remaja untuk memahami informasi nilai gizi karena perilaku membaca label dapat mengendalikan perilaku makan sehingga dapat mencegah terjadinya masalah gizi dan penyakit.

Beberapa faktor yang berkaitan dengan perilaku membaca label gizi adalah pengetahuan gizi, sikap individu terhadap label informasi nilai gizi, individu yang mengikuti diet khusus, kemampuan membaca label informasi nilai gizi, dan paparan media tentang label informasi nilai gizi [5-9].

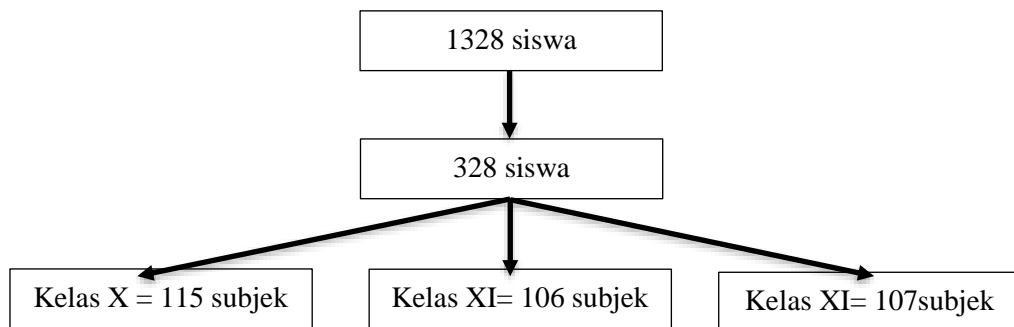
SMA Negeri 1 Singaparna merupakan salah satu jenjang pendidikan sekolah menengah atas di Kecamatan Singaparna yang merupakan ibu kota Kabupaten Tasikmalaya. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 21 siswa-siswi ditemukan bahwa mereka pernah melihat label informasi nilai gizi akan tetapi mayoritas 62% siswa-siswi tidak pernah membaca label tersebut. Mereka juga tidak pernah membaca secara rinci jenis informasi pada label informasi nilai gizi seperti keterangan takaran saji, jumlah saji, energi, lemak total, karbohidrat, protein, persentase AKG, garam, gula, acuan Angka Kecukupan Gizi (AKG). Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja dalam membaca label informasi nilai gizi pada siswa di SMA Negeri 1 Singaparna.

METODE

Penelitian merupakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional*, dengan populasi siswa SMA Negeri 1 Singaparna yang berjumlah 1328 orang. Hasil penghitungan *minimum sample size* pada $\alpha=5\%$ dan penambahan 10% non-response rate diperoleh sampel sebanyak 328 orang. Rumus penghitungan sampel adalah sebagai berikut.

$$n = \frac{Z^2 p(1-p)N}{d^2(N-1) + Z^2 p(1-p)}$$

Teknik penentuan sampel menggunakan *proportional stratified random sampling* yang didasarkan pada kelas subjek, dan randomisasi subjek menggunakan aplikasi *random picker*.



Gambar 1
Alur penentuan subjek

Kriteria inklusi yang ditentukan dalam penentuan subjek adalah tercatat sebagai siswa SMA Negeri 1 Singaparna, berusia 15-18 tahun, hadir pada saat penelitian dan bersedia mengikuti penelitian yang dibuktikan dengan tanda tangan subjek dan orang tua atau wali yang sah pada lembar *informed consent*.

Variabel *dependent* pada penelitian ini yaitu perilaku untuk membaca label informasi nilai gizi yang merupakan tindakan subjek terkait dengan kepatuhan membaca label informasi nilai gizi yang terdapat pada kemasan, baik pada saat akan membeli ataupun pada saat mengonsumsi produk pangan. Data diperoleh dengan kuesioner terstruktur tentang kepatuhan subjek membaca label dan komponen label informasi gizi (takaran saji, jumlah sajian per kemasan, jenis dan kandungan gizi, dan persentase AKG). Data kemudian dikategorikan menjadi patuh jika skor \geq median, dan tidak patuh jika skor $<$ median.

Variabel *independent* pada penelitian ini yaitu pengetahuan tentang informasi nilai gizi, sikap terhadap label informasi nilai gizi, kemampuan membaca informasi nilai gizi pada label, diet khusus, dan paparan informasi tentang informasi nilai gizi. Pengetahuan dikelompokkan menjadi kurang dan baik, sikap dikelompokkan menjadi negatif dan positif, serta kemampuan membaca label dikelompokkan menjadi kurang dan baik. Variabel diet khusus dikelompokkan menjadi tidak dan ya, serta variabel paparan informasi tentang informasi nilai gizi dikelompokkan menjadi tidak pernah dan pernah.

Pada penelitian ini juga dilakukan pengumpulan data karakteristik subjek dan karakteristik orang tua subjek. Data karakteristik subjek meliputi jenis kelamin (laki-laki dan perempuan), usia, kelas (X, XI, dan XII), dan uang saku ($< \text{Rp } 25.000$ dan $\geq \text{Rp } 25.000$). Data karakteristik orang tua subjek meliputi pendidikan orang tua (Dasar/ SD, menengah/SMP, SMA, dan tinggi/PT), pekerjaan ayah (wirausaha, swasta, pemerintah, dan pensiun) serta status pekerjaan ibu (bekerja dan tidak bekerja). Pengumpulan seluruh data dilakukan melalui pengisian *google form* di bawah supervisi peneliti.

Seluruh kuesioner sebelum digunakan telah dilakukan validasi isi, Bahasa dan konstruk. Validasi isi dilakukan dengan cara penelaahan materi kuesioner oleh pakar gizi masyarakat, dan validasi bahasa dilakukan oleh ahli bahasa. Validasi konstruk dilakukan dengan cara melakukan uji coba kuesioner pada siswa SMA Negeri 1 Cigalontang Kabupaten Tasikmalaya. Pemilihan subjek untuk uji coba didasarkan pada kemiripan karakteristik subjek dan lokasi uji coba dengan subjek dan lokasi penelitian. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian seluruh nya telah dinyatakan valid ($r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$) dan reliabel ($\alpha \text{ Cronbach} > \text{nilai tabel}$).

Pengolahan data menggunakan aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* yang meliputi analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian dengan ketentuan untuk data kontinyu karena seluruh variabel tidak terdistribusi dengan normal maka menggunakan penghitungan nilai median dan untuk data kategori menggunakan penghitungan nilai distribusi frekuensi. Uji normalitas distribusi data menggunakan uji kolmogorof Smirnov pada $p > 0,05$. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel *independent* dengan variabel

dependent menggunakan Uji *Chi Square* [10]. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik (*ethical approval*) oleh komisi etik Politeknik Kemenkes Mataram Nomor: LB.01.03/6/417/2023 tanggal 1 September 2024.

HASIL

Karakteristik Responden

Data karakteristik subjek menunjukkan bahwa mayoritas subjek berjenis kelamin perempuan (70,1%), berusia 17 tahun dan berada di kelas X (35,1%). Besar uang saku responden sebagian besar (65,2%) subjek adalah \geq Rp25.000/hari. Pendidikan terakhir orangtua subjek didominasi oleh pendidikan menengah, yaitu Ayah (53,4%) dan Ibu (54,4%). Seluruh ayah subjek bekerja dengan sebagian besar bekerja sebagai pegawai swasta (37,2%). Sedangkan status pekerjaan ibu hampir berimbang antara yang bekerja (50,5%) dan tidak bekerja atau ibu rumah tangga (59,5%) (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	n (%)	Median \pm SD
Karakteristik Subjek		
Jenis Kelamin		
Laki-laki	98 (29,9)	
Perempuan	230 (70,1)	
Usia		17 \pm 0,961
Kelas		
X	115 (35,1)	
XI	106 (32,3)	
XII	107 (32,6)	
Uang Saku (Rp per hari)		25000 \pm 14336.693
< Rp 25.000	114 (34,8)	
\geq Rp 25.000	214 (65,2)	
Karakteristik orang tua		
Pendidikan Ayah		
Dasar (SD)	31 (9.5)	
Menengah (SMP/SMA)	175 (53.4)	
Tinggi (Diploma/Sarjana)	122 (37.2)	
Pendidikan Ibu		
Dasar (SD)	33 (10.1)	
Menengah (SMP/SMA)	175 (54.4)	
Tinggi (Diploma/Sarjana)	120 (36.6)	

Karakteristik	n (%)	Median ± SD
Pekerjaan Ayah		
Wirausaha	109(33.2)	
Pegawai Negeri Sipil	65(19.8)	
Pegawai Swasta	122(37.2)	
Pensiun	32(9.8)	
Status Pekerjaan Ibu		
Bekerja	133(50,5)	
Tidak bekerja	195(59,5)	

Data hasil penelitian menunjukkan median skor perilaku membaca informasi label gizi sebesar 21, dengan persentase yang perilaku patuh sedikit lebih banyak dibandingkan yang tidak patuh. Persentase subjek dengan pengetahuan baik (59,5%), sikap positif (55,8%), dan kemampuan membaca label baik (71,6%) lebih besar dibandingkan dengan subjek yang memiliki pengetahuan kurang (40,5%), sikap negatif (44,2%) dan kemampuan membaca label kurang (28,4%) (Tabel 2).

Persentase subjek yang tidak sedang menjalani diet khusus (81,4%) lebih banyak dibandingkan subjek yang sedang menjalani diet khusus (18,6%). Mayoritas jenis diet yang sedang dijalani responden adalah diet rendah kalori (40,4%). Sebagian besar subjek pernah mendapatkan informasi materi label informasi nilai gizi (84,5%), dan hanya sedikit (15,5%) subjek yang tidak pernah mendapatkan informasi materi label informasi nilai gizi. Mayoritas jenis media yang menjadi sumber informasi adalah media digital (63,9%), dengan kualitas informasi yang didapatkan cenderung sudah jelas (71,8%) (Tabel 2).

Tabel 2. Distribusi Variabel *Dependent* dan *Independent*

Variabel	n (%)	Median ± SD
<i>Variabel dependent</i>		
Perilaku Membaca Informasi Label Gizi		21±8,50
Tidak Patuh (<21)	155 (47,3)	
Patuh (≥21)	173 (52,7)	
<i>Variabel independent</i>		
Pengetahuan tentang informasi nilai gizi		18±2,20
Kurang (<18)	133 (40,5)	
Baik (≥18)	195 (59,5)	
Sikap terhadap label informasi nilai gizi		27±2,49
Negatif (<27)	145 (44,2)	
Positif (≥27)	183 (55,8)	
Kemampuan membaca informasi nilai gizi pada label		9±2,06
Kurang (<9)	93 (28,4)	

Variabel	n (%)	Median ± SD
<i>Variabel dependent</i>		
Baik (≥ 9)	235 (71,6)	
Diet Khusus		
Riwayat Diet		
Tidak	267 (81,4)	
Iya	61 (18,6)	
Jenis Diet		
Diet Rendah Kalori	38 (40,4)	
Diet Bulking	5 (5,3)	
Diet Ketogenik	4 (4,2)	
Diet Intermittent Fasting	11 (11,7)	
Diet Vegan	3 (3,1)	
Paparan informasi tentang informasi nilai gizi		
Riwayat Paparan		
Tidak Pernah	48 (14,6)	
Pernah	280 (85,4)	
Jenis Media		
Media Digital (Instagram/Tiktok/Lainnya)	179 (63,9)	
Media Penyuluhan (Guru/Orang)	41 (41,6)	
Media Cetak (Buku//Mading/Lainnya)	60 (21,4)	
Kualitas Informasi		
Kurang Jelas	79 (28,2)	
Jelas	201(71,8)	

Pada subjek yang tidak patuh dalam membaca label informasi nilai gizi, proporsi terbanyak subjek yang memiliki pengetahuan kurang (56,4%), sikap negatif (50,3%), kemampuan membaca informasi label kurang (52,7%), tidak memiliki diet khusus (49,4%) dan tidak pernah mendapatkan paparan informasi nilai gizi (81,3%) (Tabel 3). Uji Chi Square mendapatkan hasil ada hubungan pengetahuan tentang informasi nilai gizi ($p=0,009$; OR 95% CI=1,859; 1,190-2,903) dan paparan informasi tentang informasi nilai gizi ($p=0,001$; OR 95% CI=6,126; 2,857-13,137) dengan perilaku membaca informasi label gizi (Tabel 3). Sebaliknya variabel sikap, kemampuan membaca label, dan diet khusus tidak berhubungan dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi ($p>0,05$) (Tabel 3).

Tabel 3. Hubungan antara Variabel *Independent* dengan Variabel *Dependent*

Variabel	Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi				<i>p value</i>	OR (95%CI)
	Tidak Patuh		Patuh			
	n	%	n	%		
Pengetahuan tentang informasi nilai gizi						
Kurang	75	56,4	58	43,6	0,009	1,859 (1,190-2,903)
Baik	80	41,0	115	59,0		
Sikap terhadap label informasi nilai gizi						
Negatif	73	50,3	72	49,7	0,376	-
Positif	82	44,8	101	55,2		
Kemampuan membaca informasi nilai gizi pada label						
Kurang	49	52,7	44	47,3	0,264	-
Baik	106	45,1	129	54,9		
Diet Khusus						
Tidak	132	49,4	135	50,6	0,130	-
Ya	23	37,7	38	62,3		
Paparan informasi tentang informasi nilai gizi						
Tidak Pernah	39	81,3	9	18,8	0,001	6,126 (2,857-13,137)
Pernah	116	41,4	164	58,6		

DISKUSI

Hasil uji statistik pada Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi ($p = 0,009$). Hal ini dikarenakan proporsi data responden yang berperilaku patuh dalam membaca label, lebih besar pada responden yang memiliki pengetahuan baik daripada responden yang memiliki pengetahuan kurang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Oktaviana [11], Noviyanti [13] serta Zantika & Kurnia [5] bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi. Konsumen dengan pengetahuan baik, akan semakin sering membaca label gizi sebelum membeli dan mengonsumsi makanan terutama makanan kemasan. Hal ini disebabkan karena konsumen dengan pengetahuan gizi baik lebih sadar akan asupan gizi yang akan mereka konsumsi [11].

Pengetahuan label pangan yang baik memudahkan individu dalam memahami dan membaca label pangan [14]. Teori *Lawrence Green* menyebutkan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang memiliki kecenderungan terhadap sesuatu yang hasil akhirnya akan

menghasilkan perilaku [15]. Oleh karena itu individu yang memiliki pengetahuan label informasi gizi yang tergolong baik cenderung lebih memahami informasi dan menyadari manfaat sehingga mau mengaplikasikan untuk membaca label informasi nilai gizi.

Hasil uji statistik pada Tabel 3 tidak menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi (p value =0,376). Hal ini dikarenakan berdasarkan proporsi data responden yang berperilaku tidak patuh dalam membaca label memiliki proporsi sikap positif dan negatif yang hampir sama. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Purnama [17] Huda & Andrias [16] serta Wicaksana [18] bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara sikap dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi.

Berdasarkan teori *Elaboration Likelihood Model* oleh Petty & Cacioppo [19], individu yang tidak memiliki motivasi, kesempatan dan kemampuan memproses informasi maka mereka akan mengambil sikap secara cepat yang cenderung temporer atau jangka pendek dan sifatnya tidak kuat serta akan mudah berubah. Variabel yang memiliki hasil bersifat temporer, maka reabilitasnya akan rendah. Hal ini dikarenakan hasil yang diperoleh acak dan mudah berubah sehingga ketika dihubungkan dengan variabel lain akan berkorelasi rendah [20]. Menurut Tichenor *et al.* (1975), terdapat *knowledge gap theory* bahwa meskipun seseorang memiliki sikap positif terhadap sesuatu tetapi mereka bisa saja tidak memiliki pengetahuan atau keterampilan yang diperlukan untuk mengubah sikap tersebut menjadi perilaku nyata [21]. Oleh karena itu meskipun suatu individu memiliki sikap positif dengan menganggap pentingnya label informasi nilai gizi akan tetapi mereka tidak selalu patuh dalam membaca label informasi nilai gizi.

Hasil uji statistik pada Tabel 3 tidak menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kemampuan membaca dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi (p value =0,264). Hal ini dikarenakan proporsi data responden yang berperilaku tidak patuh dalam membaca label memiliki proporsi kemampuan membaca baik dan kurang yang hampir sama. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Maemunah & Sjaaf [22] bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kemampuan membaca label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi.

Berdasarkan *theory of planned behavior* oleh Ajzen [23] dijelaskan bahwa terdapat faktor *perceived behavioral control* yang dapat menghambat tercapainya niat individu untuk berperilaku. Individu seringkali tidak mempunyai cukup kendali terhadap perilaku mereka sendiri sehingga memilih untuk melakukan perilaku lain yang tidak sesuai. Oleh karena itu meskipun suatu individu memiliki kemampuan membaca label informasi nilai gizi yang baik namun jika responden tidak memiliki kendali dari faktor lain maka responden cenderung tidak membaca label dalam praktiknya.

Hasil uji statistik pada Tabel 3 tidak menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara diet khusus dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi (p value =0,130). Hal ini dikarenakan proporsi data responden yang sedang melakukan diet jumlahnya tidak merepresentasikan populasi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Zahara & Triyanti [24] dan Assifa [25] bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara diet khusus dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi.

Berdasarkan teori *Health Belief Model* (1950) jika individu tidak melihat manfaat yang signifikan dari suatu perilaku maka mereka cenderung mengabaikan perilaku tersebut [26]. Seseorang yang mengikuti diet khusus bisa jadi merasa bahwa mereka sudah cukup mengetahui apa yang mereka butuhkan tanpa perlu memeriksa setiap label gizi, sehingga mereka tidak melihat manfaat tambahan dari membaca label tersebut. Manfaat yang lebih besar bagi mereka bisa jadi adalah memilih makanan berdasarkan preferensi pribadi daripada berdasarkan informasi pada label.

Hal uji statistik pada Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara paparan media dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi (p value=0,000). Hal ini dikarenakan berdasarkan proporsi data responden yang berperilaku patuh dalam membaca label lebih besar pada responden yang pernah mendapatkan paparan media daripada yang belum pernah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Novitamanda *et al.* [27], Sukmawati & Sartika [9], serta Ikrima *et al.*, [28] bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara paparan media tentang label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi. Menurut teori *Lawrence Green* [15] keterpaparan informasi adalah faktor

yang mempengaruhi seseorang untuk memulai proses perubahan perilaku. Oleh karena itu paparan media informasi nilai gizi akan menciptakan kesadaran, minat, peningkatan pengetahuan sehingga akan terbentuk keyakinan untuk berperilaku patuh membaca label informasi nilai gizi.

Hasil uji statistik pada Tabel 3 tidak menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara uang saku dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi ($p\text{-value}=0,434$). Hal ini dikarenakan proporsi data responden yang berperilaku tidak patuh dalam membaca label memiliki proporsi kemampuan membaca baik dan kurang yang hampir sama. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Oktarini [31] dan Nurfatin [32] bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara uang saku dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi. Berdasarkan teori perilaku konsumen oleh Kotler [33] faktor finansial dapat berperan dalam memungkinkan pembelian produk yang harganya lebih tinggi akan tetapi tidak selalu berbanding lurus dengan perhatian terhadap kualitas. Oleh karena itu meskipun uang saku tinggi namun tidak menjamin bahwa konsumen memperhatikan kualitas dengan patuh membaca label informasi nilai gizi. Konsumen bisa jadi lebih memilih produk berdasarkan kebiasaan, preferensi rasa, atau merek, dan bukan berdasarkan kualitas gizi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dan paparan media dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan remaja dalam memahami label gizi pada makanan perlu ditingkatkan melalui edukasi.

REFERENSI

- [1] Kemenkes. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014 Tentang Upaya Kesehatan Anak. Jakarta: 2014.
- [2] Badan POM RI. Peraturan Badan Pengawas Obat Dan Makanan Nomor 22 Tahun 2019 Tentang Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan Olahan. Jakarta: 2019.
- [3] Brown JE. Nutrition Through the Life Cycle. United States of America: Cengage Learning; 2016.
- [4] SKI. Laporan SKI 2023 2023.
- [5] Zantika T, Kurnia P. Hubungan Pengetahuan Informasi Nilai Gizi Dengan Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Mahasiswa. Pontianak Nutr J 2023;6:340–5. <https://doi.org/10.30602/pnj.v6i1.1155>.

- [6] Melinda A, Farida E. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Mahasiswa Fakul-Tas Ilmu Keolahragaan Unnes Dalam Membaca Label Informasi Nilai Gizi 2021;1:491–8.
- [7] Giró-Candanedo M, Claret A, Fulladosa E, Guerrero L. Use and Understanding of Nutrition Labels: Impact of Diet Attachment. *Multidiscip Digit Publ Inst Foods* 2022;11. <https://doi.org/10.3390/foods11131918>.
- [8] Dewi NT, Yunita L, Made N, Sukanty W. 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;15:27–35.
- [9] Sukmawati IA, Sartika AN. Hubungan Paparan Media Informasi Dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi Produk di SMA Widya Nusantara Kota Bekasi 2022;3:16–9.
- [10] Rachmat M. *Metodologi Penelitian Gizi dan Kesehatan*. Jakarta: EGC; 2021.
- [11] 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 Tahun 2016. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2017.
- [12] Noviyanti. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Dalam Membaca Label Gizi Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Kayuagung 2021.
- [13] Noviyanti, Wahyuni S, Syukri M. Analisis Penilaian Organoleptik Cake Brownies Substitusi Tepung Wikau Maombo. *J Sains Dan Teknol Pangan* 2016;1:58–66.
- [14] Drichoutis AC, Nayga R. Consumers' use of nutritional labels: A review of research studies and issues View project Childhood obesity policy research View project. *Acad Mark Sci Rev* 2006.
- [15] Green LW. *Health Education Planning: A Diagnostic Approach*. Mayfield Publishing Company; 1980.
- [16] A'yunil Huda Q, Ririn Andrias D. Sikap Dan Perilaku Membaca Informasi Gizi Pada Label Pangan Serta Pemilihan Pangan Kemasan. *Media Gizi Indones* 2016;11:175–81.
- [17] Purnama AS. Hubungan antara Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi, Persepsi terhadap Rasa Produk, dan Faktor Lain dengan Kepatuhan Membaca Label Informasi Nilai gizi pada Siswa/i SMK Mandalahayu, Bekasi Tahun 2012 2012:5–6.
- [18] Wicaksani DT. Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Kepedulian Terhadap Perilaku Membaca Label Informasi Gizi Pada PNS Di Diskumal Cilangkap. Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, 2017.
- [19] Petty RE, Cacioppo JT. The Elaboration Likelihood Model of Persuasion. In: Berkowitz L, editor. vol. 19, Academic Press; 1986, p. 123–205. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60214-2](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60214-2).
- [20] Widhiarso W. *Penyebab Hipotesis Penelitian Ditolak* 2020.
- [21] Donohue GA, Tichenor PJ, Olien CN. Mass Media and the Knowledge Gap: A Hypothesis Reconsidered. *Communic Res* 1975;2:3–23. <https://doi.org/10.1177/009365027500200101>.
- [22] Maemunah S, Sjaaf AC. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi, Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi Dan Frekuensi Konsumsi Mi Instan Pada Konsumen Jakarta Dan Sekitarnya.

- Indones J Heal Dev 2020;2:129–36.
- [23] Ajzen I. The theory of planned behavior. *Organ Behav Hum Decis Process* 1991;50:179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T).
- [24] Zahara S, Triyanti T. Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi di Kalangan Mahasiswa. *Kesmas Natl Public Heal J* 2009;4:78. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v4i2.191>.
- [25] Assifa RR. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Pangan pada Siswa SMA Negeri 68 Jakarta Tahun 2012. Universitas Indonesia, 2012.
- [26] Maiman LA, Becker MH. The Health Belief Model: Origins and Correlates in Psychological Theory. *Health Educ Monogr* 1974;2:336–53.
- [27] Novitamanda AD, Prayitno N, Pangan L, Pangan ML. Keterpaparan Informasi Berhubungan Dengan Kebiasaan Membaca Label Pangan Produk Kemasan 2020;5:92–9. <https://doi.org/10.22236/argipa.v5i2.3968>.
- [28] Ikrima IR, Giriwono PE, Rahayu WP. Pemahaman dan Penerimaan Label Gizi Front of Pack Produk Snack oleh Siswa SMA di Depok Comprehension and Acceptance of Front of Pack Nutrition Label on Snack Products by High School Students in Depok 2023;10:42–53. <https://doi.org/10.29244/jmpi.2023.10.1.42>.
- [29] Nisa L, Purwanti R, Dieny FF. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terkait Label Pangan Dengan Kepatuhan Membaca Label Pangan Pada Mahasiswa Universitas 2024;13:81–8.
- [30] Money JW. Gender Role, Gender Identity, Core Gender Identity: Usage and Definition of Terms. *J Am Acad Psychoanal* 1973;1:397–402.
- [31] Oktarini No. Hubungan Pengetahuan Dan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi Dengan Konsumsi Zat Gizi Di Kalangan Mahasiswa. Universitas Airlangga, 2016.
- [32] Nurfatim SF. Hubungan Besar Uang Saku, Pendapatan Orang Tua Serta Pengetahuan Label Gizi Terhadap Perilaku Membaca Label Gizi Dalam Pemilihan Jajanan Kemasan Di Sman 1 Kota Serang Tahun 2020. 2020.
- [33] Kotler P. Behavioral Models for Analyzing Buyers. *J Mark* 1965;29:37–45. <https://doi.org/10.1177/002224296502900408>.