

HUBUNGAN PAPARAN INFORMASI DAN PENGETAHUAN DENGAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL INFORMASI GIZI PADA SISWA DI SMAN 14 SURABAYA

Megawati Ayu Imansari^{1*}, Cleonara Yanuar Dini²

^{1,2}Program Studi S1 Gizi Universitas Negeri Surabaya

*megawati.19067@mhs.unesa.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

Article history

Submitted: 26-07-2023

Accepted: 13-10-2023

Published: 31-12-2023

DOI :

<https://doi.org/10.47522/jmk.v6i1.219>

Kata Kunci:

Label informasi nilai gizi; paparan informasi; pengetahuan

Keywords :

Information exposure,; knowledge; nutritional information labels

ABSTRAK

Pendahuluan: Label informasi gizi yaitu label yang memuat kandungan gizi pada kemasan pangan. Kepedulian remaja mengenai label informasi gizi masih sangat rendah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan paparan informasi dan pengetahuan tentang label informasi gizi dengan kebiasaan membaca label informasi gizi pada siswa SMA Negeri 14 Surabaya. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi berjumlah 636 siswa kelas 10 dan 11. Sampel yang digunakan berjumlah 116 siswa yang diperoleh dengan menggunakan teknik *stratified proportioned sampling*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan responden yang tidak patuh dalam membaca label gizi sebanyak 75%. Hasil analisis *Chi-square* menunjukkan terdapat hubungan antara paparan informasi dengan kebiasaan membaca label informasi gizi ($p=0,005$). Sedangkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan membaca label informasi gizi ($p=0,252$). **Kesimpulan:** Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa paparan informasi berhubungan dengan kebiasaan membaca label informasi gizi sedangkan pengetahuan tidak berhubungan dengan kebiasaan membaca label informasi gizi.

ABSTRACT

Introduction : Nutritional information labels are label that contained the nutritional information on food packaging. This study aims to analyze the relationship between information exposure and knowledge of the habit of reading nutritional information labels in SMA Negeri 14 Surabaya. **Method:** It was a quantitative study with a cross-sectional design. The population in this study amounted to 636 students in grades 10 and 11. The sample was 116 students obtained by stratified proportioned sampling method. **Result:** The results showed that 75% of respondents didn't read nutrition labels. The results of the analysis Chi-square showed there was a relationship between information exposure and the habit of reading nutritional information labels ($p=0.005$). Meanwhile, there was no relationship between knowledge and the habit of reading nutrition information labels ($p=0.503$). **Conclusion:** This

study concluded that information exposure was related to the reading habit, while knowledge was not related

PENDAHULUAN

Label informasi gizi adalah label yang memuat informasi tentang nilai gizi suatu pangan dan merupakan sarana yang sangat penting dalam menyampaikan informasi terkait karakteristik produk pangan (Mediani dan Simanjutak, 2014). Kebiasaan membaca label gizi pada kemasan produk akan membantu konsumen memilih produk yang sesuai dengan kebutuhan, terutama mengenai kandungan makanan yang dibatasi yaitu gula, garam, dan lemak (Kemenkes, 2021). Berdasarkan penelitian Jin, *et al* (2019) menunjukkan bahwa kelompok yang tidak membaca label gizi memiliki risiko 24% mengalami sindrom metabolik dibandingkan dengan kelompok yang membaca label gizi. Kepedulian masyarakat khususnya remaja mengenai label gizi pada makanan kemasan masih sangat rendah. Penelitian oleh Sinaga dan Simanungkalit (2019) serta Oktarini, *et al* (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum terbiasa dalam membaca label nilai gizi sebelum membeli produk pangan kemasan. Sebesar 47,3% mahasiswa FIKES UHAMKA jarang membaca label gizi sebelum membeli maupun mengonsumsi makanan dan minuman kemasan (Novitamanda *et al.*, 2020). Tingkat kepatuhan mahasiswa FIKES UHAMKA dalam membaca informasi gizi juga masih rendah yaitu 30,3% (Rahayu, 2016). Beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk membaca label diantaranya yaitu umur, jenis kelamin, pendidikan, pendapatan, status bekerja, status kesehatan, waktu berbelanja, kepentingan harga dan zat gizi, pengetahuan gizi dan label gizi serta keterpaparan informasi (Novitamanda *et al.*, 2020).

Pendidikan dan keterpaparan informasi sangat berpengaruh pada tingkat pengetahuan. Pengetahuan tentang label gizi merupakan hal yang penting karena dengan memiliki pengetahuan maka dapat meningkatkan kesadaran dan kepedulian seseorang dalam mengonsumsi sesuatu (Novitamanda, *et al*, 2020). Pengetahuan gizi tentang label adalah faktor yang paling mempengaruhi kebiasaan membaca label gizi (Rahayu, 2016). Seseorang yang memiliki pengetahuan tentang gizi dan memiliki diet yang sehat akan selalu membaca label gizi sebelum membeli produk pangan. Hasil penelitian Oktaviana (2017) menunjukkan bahwa konsumen yang mempunyai pengetahuan baik akan sering membaca label gizi dibandingkan konsumen dengan pengetahuan tidak baik (Oktaviana, 2017). Hasil penelitian Oktarini, *et al* (2016) menyatakan 43,8% responden mempunyai pengetahuan yang kurang tentang label gizi dan 31,2% responden yang memiliki pengetahuan kurang tidak mempunyai kebiasaan membaca label.

Selain faktor pengetahuan, faktor lain yang berpengaruh terhadap kepatuhan membaca label gizi adalah paparan informasi. Paparan informasi dapat berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap seseorang yang mengarah kepada perubahan perilaku. Paparan informasi terkait label gizi dari berbagai sumber media memiliki dampak pada kebiasaan seseorang dalam membaca label gizi (Novitamanda, *et al*, 2020). Seseorang

yang terpapar informasi mengenai label gizi mempunyai peluang 10 kali untuk patuh membaca label gizi (Nurchaya dan Indrawani, 2014). Paparan informasi melalui edukasi secara individu ataupun ceramah mampu menambah tingkat pengetahuan tentang label gizi (Ningtyas, *et al*, 2018). Hasil penelitian Novitamanda, *et al* (2020) menyatakan bahwa sebesar 24,3% responden tidak pernah terpapar informasi tentang label gizi. Responden yang tidak pernah terpapar informasi tersebut memiliki pengetahuan yang kurang dan sebagian besar tidak mempunyai kebiasaan dalam membaca informasi gizi pada label pangan.

Berdasarkan studi pendahuluan kepada siswa di SMA Negeri 14 Surabaya, didapatkan bahwa dari 18 siswa hanya 33,3% siswa yang sering membaca label gizi. Pengetahuan siswa SMA Negeri 14 Surabaya mengenai informasi gizi pada label pangan tergolong kurang serta masih terdapat siswa yang belum pernah mendapat informasi terkait label informasi gizi. Berdasarkan hasil di atas, diperlukan adanya penelitian untuk mengetahui hubungan antara paparan informasi dan pengetahuan tentang label informasi gizi dengan kebiasaan membaca label informasi gizi pada siswa SMA Negeri 14 Surabaya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian dengan jenis kuantitatif yang menggunakan desain *cross-sectional*. Penelitian dilakukan pada siswa SMA Negeri 14 Surabaya kelas 10 dan 11 dengan pengambilan data pada bulan Agustus 2022. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 636 siswa. Sampel yang digunakan berjumlah 116 siswa dengan taraf kepercayaan 90%. Sampel pada penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *stratified proportioned sampling*. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 14 Surabaya kelas 10 dan 11, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, dan bersedia menjadi responden sedangkan kriteria eksklusinya yaitu siswa yang tidak pernah membeli pangan kemasan. Adapun kriteria *drop out* yaitu siswa yang mengundurkan diri saat penelitian berlangsung. Sampel pada penelitian ini terdiri dari siswa kelas 10 dan 11 yang masing-masing berjumlah 9 kelas sehingga total kelas 10 dan 11 terdapat 18 kelas. Pengambilan sampel diambil 7 siswa pada tiap-tiap kelas yang memenuhi kriteria sampel. Ketika pengambilan data berlangsung dan terdapat siswa yang mengundurkan diri maka siswa tersebut di *drop out*.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang diadopsi dari penelitian sebelumnya. Untuk instrumen pengetahuan tentang label informasi gizi menggunakan kuesioner yang diadopsi dari penelitian sebelumnya yang berjumlah 10 pertanyaan. Cara penilaian data pengetahuan tentang label informasi gizi yaitu dengan menjumlahkan semua soal yang dijawab benar kemudian dikalikan 100. Nilai yang didapatkan kemudian dikelompokkan menjadi 3 kategori, yaitu baik (nilai 76-100), cukup (nilai 66-75), dan kurang (nilai <55) (Arikunto, 2013). Untuk instrumen paparan informasi menggunakan kuesioner yang diadopsi dari penelitian sebelumnya yang berjumlah 3 pertanyaan. Data paparan informasi dikelompokkan menjadi tidak pernah, pernah 1-3 kali, dan pernah >3 kali. Instrumen kebiasaan membaca label informasi gizi

diadopsi dari penelitian sebelumnya yang berjumlah 11 pertanyaan. Data kebiasaan membaca label informasi gizi dikelompokkan menjadi tidak patuh (tidak pernah/jarang) dan patuh (sering/selalu) (Rahayu, 2016). Analisis data yang dilakukan berupa analisis data univariat untuk mendapatkan gambaran dari setiap variabel bebas dan terikat serta analisis bivariat untuk mendapatkan hubungan antara variabel bebas dan terikat mengenai kebiasaan membaca label informasi gizi dengan uji statistik menggunakan SPSS. Analisis bivariat dilakukan dengan uji *chi-square* dengan nilai $\alpha=0,1$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini mencakup usia, jenis kelamin serta kelas. Rentang usia siswa yang mengikuti penelitian terdiri dari usia 15 hingga 17 tahun. Tabel 1 menunjukkan responden berjumlah 116 responden dengan jenis kelamin perempuan paling banyak yaitu 79 responden (68,1%) dan responden laki-laki sebanyak 37 responden (31,9%). Responden yang mengikuti penelitian berusia 15-17 tahun dengan jumlah responden yang berusia 15 tahun sebanyak 46 responden (39,66%), berusia 16 tahun sebanyak 51 responden (43,96%), dan berusia 17 tahun sebanyak 19 responden (16,38%). Penelitian ini diikuti oleh siswa SMA Negeri 14 Surabaya kelas 10 dan 11 dengan jumlah 62 responden kelas 10 (53,45%) dan 54 responden kelas 11 (46,55%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	(%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	37	31,90
Perempuan	79	68,10
Usia		
15 tahun	46	39,66
16 tahun	51	43,96
17 tahun	19	16,38
Kelas		
10	62	53,45
11	54	46,55

Gambaran Pengetahuan tentang Label Informasi Gizi

Pengetahuan informasi gizi pada label pangan yaitu responden memiliki pengetahuan tentang informasi mengenai kandungan gizi dalam makanan yang tercantum dalam label suatu kemasan pangan. Pengetahuan ini dinilai dari kemampuan responden untuk menjawab pertanyaan yang diberikan peneliti. Soal terdiri dari 10 pertanyaan berbentuk pilihan ganda dan dipilih jawaban yang paling tepat. Sedangkan untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden digunakan teori Arikunto.

Pengetahuan terbagi menjadi 3 kelompok, yaitu baik (nilai 76-100), cukup (nilai 66-75), dan kurang (nilai <55). Selanjutnya, untuk mempermudah analisis maka peneliti menggolongkannya menjadi dua tingkat yaitu pengetahuan baik dan kurang. Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan baik sebanyak 106 responden (91,38%) dan pengetahuan kurang sebanyak 10 responden (8,62%). Penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang pengetahuannya tergolong baik lebih banyak daripada responden yang pengetahuannya kurang.

Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Boling (2018) serta Melinda dan Farida (2021) yang menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebagian besar tergolong berpengetahuan baik. Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya yaitu sumber informasi dari lingkungan sekitar. Dengan pernah atau tidaknya seseorang menerima informasi mengenai label gizi secara langsung membuat pengetahuan seseorang bertambah (Boling, 2018). Dengan meningkatnya pengetahuan tersebut diharapkan dapat memberikan perubahan positif dalam membaca label gizi.

Tabel 2. Pengetahuan tentang Label Informasi Gizi

Pengetahuan tentang Label Informasi Gizi	n	(%)
Baik	106	91,38
Kurang	10	8,62

Gambaran Paparan Informasi tentang Label Informasi Gizi

Paparan informasi merupakan pernah atau tidaknya responden dalam menerima informasi yang berhubungan dengan label informasi gizi. Responden diberi pertanyaan apakah pernah menerima informasi mengenai label gizi atau tidak. Responden juga diberi pertanyaan mengenai darimana responden memperoleh informasi tentang label gizi. Kemudian jawaban dari responden dikelompokkan menjadi tidak pernah mendapat informasi, pernah mendapat informasi satu hingga tiga kali, dan pernah mendapatkan informasi lebih dari tiga kali. Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa dari 116 responden dalam penelitian ini sebanyak 17 responden (14,66%) tidak pernah menerima informasi terkait label gizi, 75 responden (64,65%) pernah menerima informasi terkait label gizi sebanyak 1-3 kali sedangkan 24 responden (20,69%) pernah menerima informasi tentang label gizi lebih dari 3 kali. Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian Badriyah dan Syafei (2019) serta Sukmawati dan Sartika (2022) yang menunjukkan bahwa responden yang pernah menerima informasi terkait label gizi lebih banyak dibandingkan dengan responden yang tidak menerima informasi terkait label gizi.

Tabel tersebut menunjukkan bahwa media yang sering memaparkan informasi mengenai label informasi gizi yaitu internet karena sebanyak 84 responden (33,47%) telah terpapar tentang label gizi melalui media ini, kemudian diikuti oleh media televisi yang telah terpapar oleh 39 responden (15,54%), lalu guru sebanyak 36 responden (14,34%), orang tua sebanyak 33 responden (13,15%), 10,76% didapatkan dari

penyuluhan/seminar/ceramah, dan yang lainnya didapatkan dari koran, majalah, ataupun teman. Berdasarkan hasil diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa media paling banyak memberikan informasi mengenai label gizi adalah media internet. Hal ini dikarenakan internet dapat memberikan berbagai referensi ilmu dengan cakupan yang luas serta akses informasi yang mudah didapatkan dimana saja. Oleh karena itu, internet harus digunakan sebaik-baiknya karena perilaku membaca label informasi gizi dapat dipengaruhi oleh adanya sumber informasi terutama dari media internet.

Tabel 3. Paparan Informasi tentang Label Informasi Gizi

Paparan Informasi tentang Label Informasi Gizi	n	(%)
Tidak Pernah	17	14,66
Pernah, 1-3 kali	75	64,65
Pernah, >3 kali	24	20,69
Sumber Informasi terkait Label Informasi Gizi		
Koran	5	1,99
Majalah	5	1,99
Televisi	39	15,54
Internet (sosial media, website)	84	33,47
Penyuluhan/seminar/ceramah	27	10,76
Orang tua	33	13,15
Guru	36	14,34
Teman	22	8,76

Gambaran Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi

Tabel 4. Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi

Kebiasaan Membaca	n	%
Tidak Patuh		
Tidak Pernah	40	34,48
Jarang	47	40,52
Patuh		
Sering	25	21,55
Selalu	4	3,45
Alasan Membaca Label Informasi Gizi		
Mengontrol berat badan	37	21,64
Mengurangi asupan zat gizi tertentu	8	4,68
Mengerti informasi nilai gizi	31	18,13
Memilih porsi yang sesuai	16	9,36
Mengutamakan kesehatan	32	18,71
Hanya ingin tahu	47	27,49
Alasan Tidak Membaca Label Informasi Gizi		

Kebiasaan Membaca	n	%
Tidak merasa penting	8	19,51
Tidak memiliki cukup waktu	13	31,71
Tidak paham dan tidak mengerti fungsinya	20	48,78
Waktu Berbelanja		
Lama (>30 menit)	22	18,97
Sebentar (≤30 menit)	94	81,03

Data kebiasaan membaca label gizi diperoleh dari kuisioner mengenai frekuensi membaca label gizi. Ukuran kebiasaan membaca label gizi ditentukan dengan mengkategorikan hasil jawaban responden. Tergolong tidak patuh apabila pilihan jawaban “tidak pernah” atau “jarang”, dan tergolong patuh apabila pilihan jawaban “sering” atau “selalu”. Membiasakan diri untuk membaca label gizi termasuk salah satu anjuran yang tercantum dalam Pedoman Gizi Seimbang (Permenkes, 2014). Akan tetapi, menurut hasil penelitian didapatkan bahwa masih banyak remaja yang tidak patuh dalam membaca label gizi. Dalam penelitian ini, kebiasaan membaca label gizi sebagian besar termasuk dalam kategori tidak patuh dikarenakan responden belum sepenuhnya memahami fungsi dari label informasi gizi dan menganggap itu tidak penting sehingga responden memilih untuk tidak membaca label gizi. Selain itu, hal ini disebabkan oleh responden yang kekurangan waktu untuk membaca label informasi gizi sehingga memilih untuk tidak membaca. Alasan tersebut hampir sama dengan alasan yang dipaparkan oleh Darkwa (2014) dalam penelitiannya. Alasan tersebut diantaranya yaitu tidak paham informasi yang ada pada label, tidak mempunyai waktu dalam membaca, mengabaikan label gizi, tidak ada motivasi untuk membaca, label kurang menarik, dan merasa tidak butuh untuk membaca label.

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa dari 116 responden sebanyak 87 responden (75%) tidak patuh dalam membaca label gizi dan sebanyak 29 responden (25%) patuh dalam membaca label gizi. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian lainnya dimana lebih sedikit responden yang patuh dalam membaca label gizi dibandingkan dengan yang tidak patuh. Penelitian Oktarini, *et al* (2016) menemukan ada 39,6% yang cenderung membaca label gizi, Maemunah & Sjaaf (2020) menemukan 37,5% responden membaca label gizi, Fitri *et al* (2020) menemukan 14,6% responden yang terbiasa dalam membaca label gizi, dan Ikrima, *et al* (2023) menemukan 11,1% responden membaca label gizi.

Tabel 5. Hubungan Paparan Informasi dan Pengetahuan dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi

	Kebiasaan Membaca				P- value
	Tidak Patuh		Patuh		
	n	%	N	%	
Tidak pernah	15	17,24	2	6,90	0,005

Paparan Informasi	Pernah, 1-3 kali	60	68,97	15	51,72	0,252
	Pernah, >3 kali	12	13,79	12	41,38	
Pengetahuan	Baik (nilai 76-100)	78	89,65	28	96,55	
	Kurang (nilai <75)	9	10,35	1	3,45	

Hubungan Paparan Informasi dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi

Berdasarkan uji *chi-square* yang dilakukan diperoleh *p-value* 0.005 yang menunjukkan ada hubungan antara paparan informasi dengan kebiasaan membaca label informasi gizi pada siswa SMA Negeri 14 Surabaya. Berdasarkan hasil analisis, responden yang patuh membaca label gizi lebih banyak yang pernah terpapar informasi dibandingkan dengan responden yang tidak pernah terpapar informasi. Responden yang patuh membaca label gizi dan pernah mendapat informasi 1-3 kali berjumlah 15 responden (51,72%), lebih dari 3 kali sebanyak 12 responden (41,38%) sedangkan responden yang tidak pernah terpapar informasi yang patuh membaca label informasi gizi sebanyak 2 responden (6,9%). Hasil penelitian (Boling, 2018), Novitamanda, *etal* (2020) serta Nurcahya dan Indrawani (2014) juga menyatakan hal yang sama yaitu keterpaparan informasi mempunyai keterkaitan dengan kebiasaan membaca label pangan. Responden yang pernah terpapar informasi mempunyai peluang 10 kali lebih besar untuk mempunyai kebiasaan membaca label pangan dengan baik (Nurcahya dan Indrawani, 2014).

Keterpaparan informasi mengenai label informasi gizi membuat seseorang memiliki keinginan untuk membaca label gizi meskipun sebelumnya tidak memiliki pengetahuan terkait label informasi gizi. Dengan pernah atau tidaknya seseorang terpapar informasi mengenai label informasi gizi secara langsung dapat membuat pengetahuan seseorang bertambah. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat membuat perubahan positif pada tindakan seseorang dalam membaca label gizi (Boling, 2018). Penelitian Sukmawati dan Sartika (2022) menunjukkan bahwa remaja yang pernah terpapar informasi tentang label gizi memiliki kemungkinan 3,2 kali untuk terbiasa dalam membaca label gizi dibanding remaja yang tidak pernah terpapar informasi. Keterpaparan informasi tentang label gizi ini juga dipengaruhi oleh frekuensi, sumber informasi, dan kapasitas penerima informasi sehingga informasi dapat diterima dengan baik. Informasi yang didapatkan tersebut menciptakan pengetahuan, minat, dan kesadaran akan kebiasaan membaca label informasi gizi. Pengaruh media informasi tersebut membuat seseorang mengalami berbagai perubahan gaya hidup, perilaku dan pengalaman dalam menentukan produk yang dikonsumsi (Nurcahya dan Indrawani, 2014). Oleh karena itu, sumber media informasi khususnya internet harus digunakan sebaik-baiknya sehingga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang yang mengarah pada perilaku seseorang dalam membaca label gizi.

Hubungan Pengetahuan dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi

Berdasarkan uji statistik *Chi-square* didapatkan *p-value* 0,252 maka dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan membaca label

informasi gizi. Hasil ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik terkait label informasi gizi belum tentu patuh membaca label gizi. Berdasarkan tabel 5, sebagian besar responden yang patuh membaca label informasi gizi memiliki pengetahuan baik. Begitu juga dengan yang tidak patuh dalam membaca label gizi, sebagian besar memiliki pengetahuan baik. Hal ini menandakan bahwa seseorang dengan pengetahuan baik terkait label informasi gizi belum tentu akan mengaplikasikan pengetahuan yang dimiliki ke dalam perilaku membaca informasi gizi pada label pangan. Hal ini dapat disebabkan oleh produk tersebut yang sudah tidak asing bagi mereka dan sudah terbiasa mengonsumsi produk tersebut sehingga membaca label informasi gizi hanya satu kali ketika pembelian pertama produk tersebut kemudian tidak membaca label lagi saat pembelian berikutnya (Mahfudhin dan Kurnia, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Maulida (2019); Nurbani, *et al* (2020); Novitamanda, *et al* (2020); Sinaga dan Simanungkalit (2019); Mahfudhin dan Kurnia (2021); Maemunah dan Sjaaf (2020) serta Oktarini, *et al* (2016) yang menemukan bukti bahwa pengetahuan tidak memiliki hubungan dengan kebiasaan membaca label gizi. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa kebiasaan membaca label gizi tidak dipengaruhi oleh pengetahuan. Pengetahuan yang baik tidak cukup untuk mendorong responden terbiasa dalam membaca label informasi gizi. Berbeda dengan penelitian Oktaviana (2017), Rahayu (2016) dan Boling (2018) yang menunjukkan adanya hubungan pengetahuan dengan membaca label gizi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa responden dapat mengaplikasikan pengetahuannya dengan membaca label gizi.

Dari hasil analisis, terdapat faktor yang menyebabkan pengetahuan tidak berhubungan dengan kebiasaan membaca label informasi gizi yaitu tidak memiliki waktu yang cukup untuk membaca label. Dalam penelitian ini, responden yang tidak membaca label informasi gizi karena alasan tidak memiliki cukup waktu yaitu sebesar 31,71%. Dari 116 responden, sebanyak 81,03% responden memiliki waktu yang singkat untuk berbelanja produk pangan kemasan sehingga dapat disimpulkan bahwa responden tidak membaca label gizi karena responden berbelanja produk pangan kemasan dalam waktu yang singkat sehingga tidak memiliki cukup waktu untuk membaca label gizi. Selain itu, faktor usia juga mempengaruhi kebiasaan dalam membaca label gizi. Hasil penelitian Oktaviana (2017) menyatakan bahwa responden pada usia dewasa awal (18-35 tahun) lebih banyak mencari informasi kesehatan untuk mempertahankan kesehatan mereka. Semakin bertambah usia maka akan semakin mudah terserang penyakit. Oleh karena itu, pada individu yang lebih tua akan lebih berhati-hati dalam mengonsumsi makanan. Pada penelitian ini, rentang usia responden adalah usia remaja yang mana pada usia remaja ini belum ada risiko penyakit yang menjadi perhatian serius sehingga responden cenderung kurang memperhatikan apa yang mereka konsumsi dan tidak terbiasa untuk membaca label gizi. Faktor-faktor tersebutlah yang menyebabkan responden memilih untuk tidak membaca label gizi meskipun mempunyai pengetahuan baik terkait label gizi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa tingkat kepatuhan membaca label informasi gizi pada siswa SMAN 14 Surabaya tergolong kurang dengan persentase 75% responden tidak memiliki kebiasaan membaca label gizi. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara paparan informasi dengan kebiasaan membaca label informasi gizi serta tidak adanya hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan membaca label informasi gizi siswa SMAN 14 Surabaya. Saran untuk peneliti selanjutnya yaitu agar dapat meneliti variabel-variabel lain yang kemungkinan mempunyai hubungan dengan kebiasaan membaca label gizi seperti waktu berbelanja, kepentingan harga dan zat gizi, usia, dan jenis kelamin.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian*. Rineka Cipta.
- Badriyah, L., & Syafei, A. (2019). Persepsi dan Perilaku Membaca Label Pangan dan Informasi Gizi pada Siswa SMK Wijaya Kusuma. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(04), 167–174. <https://doi.org/10.33221/jikm.v8i04.401>
- Boling, P. S. S. (2018). *Faktor Determinan Perilaku Membaca Label Makanan Kemasan Pada Siswa/Siswi SMAN 65 Jakarta Barat*. Universitas Esa Unggul.
- Darkwa, S. (2014). Knowledge of nutrition facts on food labels and their impact on food choices on consumers in Koforidua, Ghana: A case study. *South African Journal of Clinical Nutrition*, 27(1), 13–17. <https://doi.org/10.1080/16070658.2014.11734479>
- Fitri, N. F. N., Metty, & Yuliati, E. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi Makanan Kemasan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Asrama Kutai Kartanegara Di Yogyakarta. *Jurnal GIZIDO*, 12(1), 45–54. <https://doi.org/10.47718/gizi.v12i1.1120>
- Ikrima, I. R., Giriwono, P. E., & Rahayu, W. P. (2023). Pemahaman dan Penerimaan Label Gizi Front of Pack Produk Snack oleh Siswa SMA di Depok. *Jurnal Mutu Pangan : Indonesian Journal of Food Quality*, 10(1), 42–53. <https://doi.org/10.29244/jmpi.2023.10.1.42>
- Jin, H. S., Choi, E. B., Kim, M., Oh, S. S., & Jang, S. I. (2019). Association between Use of Nutritional Labeling and The Metabolic Syndrome and Its Components. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(22). <https://doi.org/10.3390/ijerph16224486>
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang, Kementerian Kesehatan RI (2014). <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Kemendes. (2021). *Label Pangan*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/apa-yang-harus-sobat-sehat-ketahui-mengenai-label-pangan>

- Maemunah, S., & Sjaaf, A. C. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi , Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi , Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi Dan Frekuensi Konsumsi Mi Instan Pada Konsumen Jakarta Dan. *Indonesian Journal of Health Developmen*, 2(2), 129–136.
- Mahfudhin, A., & Kurnia, P. (2021). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Ahli Gizi di Surakarta. *Ilmu Gizi Indonesia*, 05(01), 47–60.
- Maulida, A. Z. (2019). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan pada Mahasiswa Gizi UIN Walisongo Semarang. In *UIN Walisongo Semarang*.
- Mediani, N. V., & Simanjutak, M. (2014). Pengetahuan, Persepsi, Sikap, dan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi pada Mahasiswa. *Repository IPB*. <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/72090>
- Melinda, A., & Farida, E. (2021). Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES dalam Membaca Label Informasi Nilai Gizi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 491–498. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>
- Ningtyas, I., Handayani, D., & Kusumastuty, I. (2018). Pengetahuan Nutrition Facts dan Pemilihan Makanan Kemasan Mahasiswa Obesitas antara Metode Edukasi Personal dan Ceramah. *Amerta Nutrition*, 2(3), 271–282. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i3.2018.271-282>
- Novitamanda, A. D., Prayitno, N., & Nurdianty, I. (2020). Keterpaparan Informasi Berhubungan dengan Kebiasaan Membaca Label Pangan Produk Kemasan pada Mahasiswa FIKES UHAMKA. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 5(2), 92–99. <https://doi.org/10.22236/argipa.v5i2.3968>
- Nurbani, A. A., Srimati, M., & Ratnayani. (2020). Hubungan antara persepsi atribut produk, pengetahuan gizi dan label pangan dengan kebiasaan membaca label pangan pada mahasiwa S1 gizi reguler STIKes Binawan. *Jurnal SAGO: Gizi Dan Kesehatan*, 25, 5–9.
- Nurchahya, S. A. dan, & Indrawani, Y. M. (2014). *Keterpaparan Informasi Mengenai Iklan Pangan, Kebiasaan Membaca Label Pangan dan Faktor-Faktor Hubungannya*. 1–18.
- Oktarini, N. O., Nadhiroh, S. R., & Nindya, T. S. (2016). Jenis Kelamin dan Pengetahuan dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi di Kalangan Mahasiswa. *Adi Husada Nursing Journal*, 2(2), 49–52.
- Oktaviana, W. (2017). *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*.
- Rahayu, S. T. T. (2016). Pengetahuan Gizi Sebagai Faktor Dominan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul. In *Univeritas Esa Unggul Jakarta*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jplph.2009.07.006%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j>

- neps.2015.06.001%0Ahttps://www.abebooks.com/Trease-Evans-Pharmacognosy-13th-Edition-William/14174467122/bd
- Sinaga, C., & Simanungkalit, S. F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi. *Jurnal Endurance*, 4(1), 192–198. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i1.3890>
- Sukmawati, I. A., & Sartika, A. N. (2022). Hubungan Paparan Media Informasi Dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi Produk di SMA Widya Nusantara. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia (JIGZI)*, 3(2), 16–19. <https://doi.org/10.57084/jigzi.v3i2.1011>