

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TERKAIT LABEL PANGAN DENGAN KEPATUHAN MEMBACA LABEL PANGAN PADA MAHASISWA UNIVERSITAS DIPONEGORO

Lainatin Nisa¹, Nuryanto¹, Rachma Purwanti^{1*}, Fillah Fitra Dieny¹

¹Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Indonesia
*Korespondensi : rachmapurwanti@fk.undip.ac.id

ABSTRACT

Background: The label on the food packaging contains the content, type, nutrients information, expiration date and other important informations. Reading food labels will affect the consumer in selecting the food products in the market. This study aimed to determine the relationship between the level of knowledge and attitudes toward compliance with reading food labels in college students.

Methods: This study was designed using a cross-sectional survey. The consecutive sampling method is used in selecting the subject. Research data was obtained by sending research questionnaires to 106 Diponegoro University students and conducted between May and June 2022. The research data was obtained using a questionnaire that included questions about demographic characteristics, level of knowledge about nutrition and food labels, attitudes towards food labels, and level of adherence to reading food labels. Data then analyzed by a bivariate correlation test using Spearman's rank correlation.

Result: There is a significant correlation between knowledge about nutrition labels and attitudes towards food labels ($p=0.019$), as well as attitudes towards food labels and reading food labels compliance ($p<0.001$). There is no significant correlation between knowledge and compliance to reading food labels ($p=0.26$). Reading food labels compliance is influenced by attitudes, age of respondents, and expenditure on food.

Conclusion: Reading food labels compliance relates with attitudes, respondent's age, and expenditure on food. Knowledge about nutrition label relates with the attitudes towards food labels.

Keywords: food label, knowledge, attitude, compliance

ABSTRAK

Latar belakang: Label pangan berisi tentang informasi mengenai komposisi, nilai zat gizi, jenis, tanggal kadaluarsa dan keterangan penting lainnya. Kebiasaan membaca label pangan akan mempengaruhi keputusan seseorang dalam membeli makanan yang akan dikonsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan dan sikap terkait label pangan dengan kepatuhan mahasiswa Universitas Diponegoro dalam membaca label pangan.

Metode: Desain penelitian cross sectional dengan jumlah subjek 106 mahasiswa Universitas Diponegoro, berlangsung pada bulan Mei-Juni 2022. Metode pengambilan subjek dengan consecutive sampling. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan kuesioner yang meliputi pertanyaan mengenai karakteristik demografis, tingkat pengetahuan, sikap terhadap label pangan, dan kepatuhan membaca label pangan. Analisis bivariat dengan uji korelasi spearman.

Hasil: Terdapat hubungan antara pengetahuan tentang label pangan dengan sikap terhadap label pangan ($p=0,019$), serta sikap terhadap label pangan dan kepatuhan membaca label pangan ($p<0.001$). Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan tentang label pangan dan kepatuhan membaca label pangan ($p=0,26$). Kepatuhan membaca label pangan dipengaruhi oleh sikap, usia responden, dan pengeluaran untuk pangan.

Simpulan: Kepatuhan membaca label pangan berhubungan dengan sikap, usia responden, dan pengeluaran untuk pangan. Pengetahuan tentang label pangan berhubungan dengan sikap terhadap label pangan.

Kata kunci : pengetahuan, sikap, kepatuhan, label pangan

PENDAHULUAN

Keamanan pangan adalah suatu aspek yang diperhatikan untuk mencegah adanya hal-hal lain yang dapat mempengaruhi kesehatan manusia. Pangan olahan yang diproduksi harus terjamin mutu dan keamanannya sehingga layak dikonsumsi.¹ Salah satu cara memperhatikan keamanan pangan adalah dengan membaca label pada pangan kemasan.²

Label pangan berisi tentang informasi mengenai komposisi, nilai zat gizi, jenis, tanggal kadaluarsa dan keterangan penting lainnya.³ Label pangan berpengaruh terhadap pemilihan makanan konsumen karena dapat menghindarkan konsumen dari makanan yang tidak aman juga bermanfaat untuk mengetahui informasi nilai gizi yang tertera serta mengetahui keabsahan klaim suatu produk.⁴ Konsumen memiliki hak untuk mengetahui

kandungan gizi dari suatu produk pangan yang akan ia beli agar konsumen dapat membuat keputusan untuk memilih produk yang lebih sehat dan menguntungkan.⁵ Kebiasaan membaca label pangan akan mempengaruhi seseorang dalam membeli makanan yang akan ia konsumsi.⁶ Perilaku tidak membaca label pangan memiliki dampak negatif seperti alergi. Seseorang dengan alergi *seafood* akan kambuh alerginya saat mengonsumsi makanan yang mengandung *seafood*, walaupun keterangan kandungan bahan sudah terdapat pada label. Selain itu, dampak negatif lain dari tidak membaca label pangan ialah keracunan. Mengonsumsi makanan yang sudah kadaluarsa dapat menyebabkan keracunan jangka pendek yaitu dengan timbulnya gejala mual, diare, pusing, dan sesak napas, sedangkan dampak keracunan dalam jangka panjang dapat menyebabkan kematian.⁷

Perilaku membaca label pangan juga merupakan salah satu dari Pesan Gizi Seimbang. Namun kesadaran akan pentingnya membaca label masih rendah.² Demikian pula tren membaca label pangan saat membeli produk makanan secara global juga masih tergolong rendah. Hanya sekitar 9,3% konsumen yang mengklaim menggunakan pengetahuannya untuk membaca label pangan saat memilih produk makanan kemasan.⁸ Perilaku konsumen dalam membaca label pangan di Indonesia juga masih tergolong rendah. Penelitian pada mahasiswa di Surabaya juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden ternyata tidak memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi sebelum membeli produk pangan kemasan.⁹ Penelitian yang dilakukan di Bogor tahun 2016 pada mahasiswa jurusan Ilmu Gizi menyebutkan hanya 13,33% responden yang patuh dalam membaca label pangan.⁴

Penelitian yang dilakukan di Sri Lanka pada tahun 2016 menyebutkan alasan konsumen dalam membeli produk pangan berkaitan dengan informasi mengenai vegetarian, untuk alasan agama (halal, haram, dll), untuk menghindari penyakit yang bisa ditimbulkan dari makanan tersebut, dan untuk memeriksa apakah produk tersebut berasal dari bahan organik atau tidak.⁶ Penelitian lain menyebutkan beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kebiasaan membaca label pangan pada makanan kemasan berdasarkan penelitian yang dilakukan pada kelompok remaja tahun 2012 berkaitan dengan harga, rasa, zat gizi yang terkandung, pengetahuan gizi dan label pangan, keterpaparan tentang label gizi dan pangan, dan waktu berbelanja.⁷ Label pangan ditulis untuk memberikan informasi kepada masyarakat mengenai produk olahan yang dikemas sebelum konsumen membeli dan mengonsumsi pangan olahan.¹⁰

Rendahnya kebiasaan membaca label pangan juga terjadi pada kelompok mahasiswa.⁹ Mahasiswa biasanya memiliki aktivitas yang padat serta aktif berkegiatan baik di organisasi maupun akademis kampus. Selain itu, mahasiswa juga biasanya sudah tinggal terpisah dari keluarganya, sehingga ia bertanggung jawab terhadap pemilihan makanannya sendiri. Padatnya aktivitas dapat berpengaruh pada kondisi pola makan sehingga dapat meningkatkan frekuensi konsumsi makanan kemasan.¹¹ Namun demikian, konsumsi makanan kemasan yang tinggi ini tidak diiringi dengan kebiasaan membaca label pangan.⁹

Perilaku membaca label pangan merupakan salah satu tindakan preventif dalam upaya menjaga kesehatan, namun ternyata penelitian yang mengkaji terkait hal ini belum banyak dilakukan, termasuk di Universitas Diponegoro. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan mahasiswa dalam membaca label pangan pada mahasiswa Universitas Diponegoro.

METODE PENELITIAN

Penelitian telah mendapatkan keterangan layak etik dari Komisi Bioetika Penelitian Kedokteran/Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung No.182/VI/2022/Komisi Bioetik. Penelitian ini adalah penelitian observatif dengan rancangan *cross-sectional*, dilakukan di Universitas Diponegoro, Semarang. Besar sampel dihitung menggunakan rumus estimasi korelasi berjumlah 92 sampel. Namun, jumlah sampel pada penelitian ini ialah 106 orang, hal ini dilakukan untuk memperkecil terjadinya kesalahan dalam penarikan sampel. Metode yang dilakukan dalam pengambilan sampel adalah *consecutive sampling*, yaitu dengan memasukkan semua subjek yang memiliki kriteria inklusi sebagai sampel hingga jumlah terpenuhi. Kriteria inklusi sampel adalah berstatus mahasiswa aktif berusia 19-24 tahun dan tidak sedang menjalani diet tertentu, juga bersedia mengikuti penelitian ini dengan menandatangani *informed consent*.

Data yang digunakan diperoleh dari pengisian instrumen kuesioner¹² oleh responden. Pengisian kuesioner berlangsung secara mandiri dan dilakukan secara daring. Kuesioner terdiri dari empat bagian, yaitu bagian A berupa karakteristik demografis yang berisi data diri responden (Nama, jenis kelamin, usia, uang saku, asal fakultas dan tahun kuliah), bagian B berisi 8 pertanyaan tentang pengetahuan mengenai gizi dan label pangan. Aspek pengetahuan yang dikaji dalam penelitian ini meliputi informasi penting yang harus tercantum dalam label pangan (tanggal kadaluarsa, komposisi produk, klaim Kesehatan, serta informasi nilai gizi),

kriteria diit gizi seimbang, kebutuhan zat gizi harian, pengolahan makanan, dan dampak konsumsi kalori berlebih bagi kesehatan. Bagian C merupakan kuesioner sikap terhadap label pangan, berisi pertanyaan yang menggambarkan perasaan responden terhadap label pangan seberapa penting label pangan tersebut bagi responden, dan bagian D adalah kuesioner mengenai kepatuhan penggunaan label pangan, berisi pertanyaan yang menggambarkan perilaku responden dalam membaca label pangan.

Penilaian koefisien pengetahuan dilakukan dengan memberikan nilai 0 apabila jawaban salah dan nilai 1 apabila jawaban benar. Untuk koefisien sikap terhadap label pangan pertanyaan *favorable*, diberikan nilai 1 apabila tidak penting, 2 apabila

sedikit penting, 3 jika penting dan 4 apabila sangat penting. Pada koefisien kepatuhan membaca label pangan juga diberikan dengan item pertanyaan *favorable* dan diberi nilai 1 apabila tidak pernah, 2 apabila jarang, 3 apabila kadang-kadang, dan 4 apabila sering.

Analisis data yang diperoleh menggunakan *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS). Analisis yang dilakukan adalah analisis bivariat menggunakan uji korelasi *spearman*,¹³ untuk mengetahui hubungan variabel bebas (pengetahuan label pangan dan sikap) dengan variabel terikat (kepatuhan membaca label pangan).

HASIL PENELITIAN

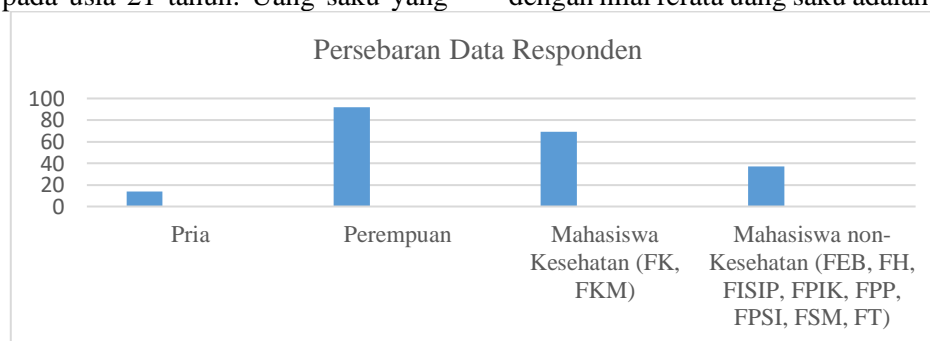
Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik responden

Variabel	Median	Minimum	Maximum	Mean	SD
Pengetahuan (Skor)	6	2	8	5,47	1,354
Sikap (skor)	26	12	29	25,42	2,811
Kepatuhan (skor)	44	18	60	41,96	10,326
Usia (Tahun)	21	19	24	20,98	1,380
Pengeluaran untuk membeli makanan (ribu rupiah)	600	50	2000	733,42	433,74

Sampel dalam penelitian berjumlah 106 responden dan 87,8% adalah wanita. Mayoritas responden berasal dari mahasiswa Ilmu kesehatan (65%) dan non-kesehatan (35%). Umur responden lebih banyak pada usia 21 tahun. Uang saku yang

dihabiskan untuk membeli makanan minimal Rp. 50.000 dan maksimal Rp. 2.000.000. Nilai minimum yang dihabiskan untuk membeli makanan adalah Rp. 50.000,00 dan nilai maksimal Rp. 2000.000,00 dengan nilai rerata uang saku adalah Rp. 730.000,00.



Grafik 1. Persebaran data responden

Dari grafik 1 didapatkan data responden wanita yang mengikuti penelitian ini adalah 87% atau 92 orang sedangkan responden pria adalah 13% atau 14 orang dari jumlah total responden. Berdasarkan persebaran data Fakultas, mayoritas

responden yang diperoleh yang berasal dari mahasiswa kesehatan (FK, FKM) yaitu berjumlah 69 orang atau 65% dan non-kesehatan (FEB, FH, FIB, FISIP, FPIK, FPP, FPSI, FSM, SV) berjumlah 37 orang atau 35%.

Tabel 2. Gambaran pengetahuan, sikap dan kepatuhan membaca label pangan

variabel	kategori	n	%
pengetahuan gizi dan label pangan	baik	54	50,9
	kurang	52	49,1
sikap terhadap label pangan	baik	61	57,5
	kurang	45	42,5
kepatuhan membaca label pangan	baik	53	50
	kurang	53	50

Berdasarkan tabel 2, jumlah responden dengan pengetahuan baik adalah 54 orang atau 50,9% dan responden berpengetahuan kurang 52 orang atau 49,1%. Jumlah responden yang dengan sikap yang baik terhadap label pangan adalah 61 orang atau 57,5%. Responden dengan sikap yang kurang baik adalah 45 orang atau 42,5%. Tanggal kadaluarsa merupakan komponen yang paling banyak dianggap penting oleh responden, sedangkan yang dianggap paling tidak penting adalah

komposisi produk. Jumlah responden yang patuh adalah 53 orang atau 50% dan responden yang kurang patuh adalah 53 orang atau 50%. Klaim kesehatan merupakan komponen yang paling sering diperhatikan, sedangkan nilai kolesterol adalah yang paling jarang diperhatikan.

Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Kepatuhan Membaca Label Pangan

Tabel 3. Hubungan pengetahuan, sikap, dan kepatuhan membaca label pangan

variabel	sikap terhadap label pangan		kepatuhan membaca label pangan	
	r	p	r	p
pengetahuan	0,228	0,019*	0,109	0,267
sikap			0,365	<0,001*
Uji Spearman's rho				

*hubungan signifikan ($p < 0,05$)

Hasil analisis menunjukkan ada hubungan bermakna antara pengetahuan mengenai gizi dan label pangan dengan sikap terhadap label pangan ($p = 0,019$) dengan derajat hubungan rendah ($r = 0,228$), tidak ada hubungan bermakna antara pengetahuan dan kepatuhan membaca label pangan ($p = 0,26$), dan ada hubungan bermakna antara sikap terhadap label pangan dan kepatuhan membaca label pangan ($p < 0,001$) dengan derajat hubungan cukup ($r = 0,365$).

Faktor prediktor dari kepatuhan membaca label pangan

Berdasarkan hasil analisis multivariat, diketahui bahwa kepatuhan membaca label pangan dipengaruhi oleh sikap terhadap label pangan dan faktor personal yaitu usia dan uang saku untuk membeli makanan. Adapun jenis kelamin bukan merupakan prediktor dari kepatuhan membaca label pangan ($p < 0,05$).

Tabel 4. Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan membaca label pangan

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p	95% IK		R Square	Adjusted R Square
		B	Std. Error				Batas bawah	Batas atas		
1	konstanta	-25,231	16,333		-1,545	0,126	-	7,223	0,217	0,173
	Jenis Kelamin	3,036	3,169	0,099	0,958	0,341	-3,260	9,331		
	usia	1,472	0,728	0,200	2,021	0,046*	0,025	2,919		
	pengeluaran untuk membeli makanan	5E-06	0,000	0,218	2,136	0,035*	0,000	0,000		
	pengetahuan	0,339	0,763	0,044	0,444	0,658	-1,177	1,854		
	sikap	0,987	0,358	0,278	2,759	0,007*	0,276	1,698		
2	konstanta	-25,424	16,255		-1,564	0,121	-	6,869	0,216	0,181
	Jenis Kelamin	2,861	3,130	0,093	0,914	0,363	-3,357	9,080		
	usia	1,544	0,707	0,209	2,185	0,032*	0,140	2,948		
	pengeluaran untuk membeli makanan	4,992E-06	0,000	0,211	2,101	0,038*	0,000	0,000		
	sikap	1,026	0,346	0,289	2,968	0,004*	0,339	1,712		

*hubungan signifikan ($p < 0,05$)

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, responden terdiri dari mahasiswa dengan rentang usia 19-24 tahun. Rentang usia ini merupakan dewasa awal. Periode ini merupakan periode di mana seseorang

mencapai puncak kesehatan.¹⁴ Usia juga berkaitan dengan kematangan fisik dan kognitif sehingga akan berpengaruh dengan peningkatan pengetahuan. Umumnya, semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang akan berbanding lurus dengan kemudahan

orang tersebut dalam menerima suatu informasi.^{15,16} Terdapat beberapa faktor menyebabkan seseorang tidak membaca label ketika membeli produk pangan, yaitu tidak menariknya keterangan pada label pangan, waktu berbelanja yang terbatas, tidak memahami informasi yang terdapat di label pangan, dan minimnya kepedulian terhadap produk makanan yang dikonsumsi.^{4,17}

Penelitian ini menemukan bahwa sebesar 50,9% responden memiliki pengetahuan tentang label pangan dalam kategori baik, 57,5% memiliki sikap positif terhadap label pangan, dan sebesar 50% responden patuh dalam mempraktikkan membaca label pangan. Studi lain melaporkan proporsi konsumen yang memperhatikan dan mempraktikkan membaca label pangan yang lebih rendah yaitu sebesar 33,3 persen.¹⁸ Namun, berdasarkan temuan penelitian ini diketahui bahwa tanggal kadaluarsa merupakan informasi dari label pangan yang paling banyak diperhatikan oleh responden sejalan dengan temuan penelitian lainnya. Paparan terhadap pendidikan kesehatan dan ingin mencari tanggal kadaluarsa menjadi alasan konsumen membaca label pangan.¹⁸

Penelitian pada Tahun 2018 menyebutkan ada hubungan yang positif antara tingkat pendidikan konsumen dan penggunaan label pangan dalam membeli produk makanan.¹⁹ Pengetahuan mengenai gizi dapat mendukung peningkatan penggunaan label pangan karena pengetahuan dapat menjadikan konsumen memperhatikan informasi penting seputar makanan dan bahan pangan yang terkandung. Selanjutnya pengetahuan mengenai gizi dapat memfasilitasi ingatan seputar label pangan dan mendukung penerapan informasi yang diingat pada produk pangan tersebut.²⁰ Konsumen dengan pengetahuan baik lebih cenderung menggunakan informasi pada label pangan secara efektif, yaitu, fokus pada informasi yang menonjol, memahami informasi, dan membuat keputusan yang sehat berdasarkan informasi ini.²¹

Penelitian ini menemukan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan mengenai gizi dan label pangan dengan sikap seseorang dalam membaca label pangan. Hasil temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan pada kelompok remaja. Penelitian tersebut juga melaporkan adanya hubungan bermakna antara pengetahuan dan sikap terhadap label pangan.⁷

Sikap adalah suatu gambaran perasaan seseorang yang dapat berupa reaksi atau respon yang diberikan kepada seseorang yang sifatnya masih tidak terlihat secara nyata pada objek atau stimulus yang diberikan. Sikap akan membangun suatu kesiapan untuk bertindak.²² Sikap terhadap label pangan yang dapat diukur pada responden diperoleh

melalui pertanyaan yang menggambarkan perasaan responden terhadap label pangan dengan menanyakan seberapa penting label pangan tersebut bagi responden. Sehingga sikap ini akan membawa kebiasaan responden dalam menggunakan label pangan.¹² Sejalan dengan teori yang ada, penelitian ini menemukan adanya hubungan yang bermakna antara sikap terhadap label pangan dengan kepatuhan membaca label pangan. Pengetahuan merupakan *predisposing factor* yang mendasari terbentuknya sikap seseorang. Pengetahuan mampu menimbulkan kesadaran individu sehingga ia dapat bersikap sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Sikap yang didasari oleh pengetahuan serta timbul atas kesadaran dirinya sendiri bukan karena paksaan dari sekitarnya cenderung akan lebih bertahan lama.²³

Kepatuhan berasal dari kata patuh yang artinya taat pada perintah dan aturan. Kepatuhan ialah perilaku atau sifat seseorang yang turut serta taat pada perintah. Kondisi kepatuhan seseorang terjadi melalui perubahan perilaku di masa lalu menjadi perilaku yang baru dengan proses yang sudah dimodifikasi tanpa mengurangi nilai kebenarannya sehingga perilaku tersebut dapat bernilai positif.²² Kepatuhan dapat terjadi karena adanya paksaan, imbalan, rasa takut, panutan maupun karena kesadaran dari individu itu sendiri.²² Kepatuhan membaca label pangan adalah segala perbuatan dan perilaku konsumen membaca label pangan sesuai dengan peraturan dan anjuran yang berlaku sebelum mengonsumsi suatu produk pangan.²⁴

Berdasarkan penelitian ini, diperoleh tingkat kepatuhan responden terhadap label pangan adalah 50%. Persentase ini termasuk tinggi jika dibandingkan dengan studi-studi lainnya.^{8,12,18,24} Hal ini dapat dikarenakan sebagian besar responden penelitian ini merupakan mahasiswa Ilmu kesehatan (65%) yang lebih banyak terpapar informasi mengenai gizi, kesehatan, dan keamanan pangan selama masa studinya. Namun demikian, tidak semua konsumen mengetahui informasi apa saja yang akan mereka dapatkan dengan membaca label pangan.

Berdasarkan studi terdahulu, diketahui bahwa hanya setengah dari jumlah konsumen yang tahu dan paham tentang label pangan, 60% konsumen di Asia Pasifik, 50% konsumen di Eropa, dan 45% konsumen di Amerika Latin tidak memahami label pangan. Studi melaporkan bahwa 57,7% responden tidak memahami label pangan, dan 39,7% responden hanya memahami sebagian dari label pangan.⁸ Beberapa penelitian terdahulu juga melaporkan tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang gizi dan label pangan dengan kepatuhan

membaca label pangan.^{12,24,25} Namun, terdapat pula temuan lain yang menemukan bahwa pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kepatuhan konsumen dalam membaca label pangan kemasan.²⁶ Penelitian ini tidak sejalan dengan temuan studi lainnya bahwa pengetahuan tentang serat pangan terutama tentang manfaat kesehatannya, berkaitan dengan pembacaan label pangan.²⁷ Hal ini dapat dikarenakan dalam penelitian ini aspek pengetahuan yang diukur yaitu seputar label pangan secara umum, tidak spesifik mengukur pengetahuan tentang serat pangan.

Studi kualitatif dengan teknik *Focus Group Discussion* melaporkan bahwa pengetahuan dan pemahaman terhadap informasi mengenai label makanan tidak serta merta mengubah sikap dan praktik mereka terkait pembelian dan konsumsi makanan olahan. Anak-anak, remaja, dan laki-laki dewasa jarang melaporkan menggunakan informasi label pangan, sedangkan remaja yang tertarik pada kesehatan dan wanita dewasa lebih banyak menggunakan informasi pada label pangan untuk memilih produk.²⁸

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara sikap terhadap label pangan dan kepatuhan mahasiswa dalam membaca label pangan. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara sikap dan kepatuhan dalam membaca label pangan.¹² Temuan ini juga sejalan dengan teori yang ada dan menyebutkan bahwa pengetahuan seseorang berbanding lurus dengan kemudahan seseorang dalam menerima informasi. Penyerapan informasi yang baik akan mempengaruhi sikap seseorang dalam merespon suatu stimulus. Sikap akan membangun kesiapan seseorang untuk bertindak sehingga dengan sikap yang baik akan terbangun pula kepatuhan yang baik.²⁹ Hal ini bermakna bahwa sikap yang baik terhadap label pangan akan meningkatkan kepatuhan dalam membaca label.

Kepatuhan dan kebiasaan membaca label pangan terutama informasi tentang serat pangan berkaitan dengan aspek sosiodemografi responden, pola diet responden, konsumsi serat pangan, sejalan dengan pengetahuan dan sumber informasi yang diterima oleh responden. Jenis kelamin wanita, memiliki riwayat pendidikan tinggi, dan tinggal di wilayah urban termasuk faktor yang berhubungan dengan kebiasaan dan kepatuhan dalam membaca label pangan. Pengetahuan tentang makanan yang sehat dan manfaat kesehatan juga berhubungan dengan praktik membaca label pangan.²⁷ Laporan studi lain menyebutkan bahwa jenis kelamin dan *concern* terhadap lingkungan berkaitan dengan praktik membaca label pangan.³⁰ Tingkat pendidikan, usia, dan pendapatan juga dilaporkan berhubungan dengan kepatuhan membaca label

pangan. Konsumen dengan tingkat pendidikan yang rendah, memiliki usia < 35 tahun, dan memiliki pendapatan yang rendah cenderung kurang memperhatikan label pangan.³¹ Dalam penelitian ini, usia responden dan pengeluaran untuk pangan merupakan faktor selain sikap yang juga berhubungan dengan kepatuhan membaca label pangan. Semakin tinggi usia, kepatuhan dalam membaca label pangan semakin meningkat. Demikian pula pengeluaran untuk pangan yang semakin besar berhubungan dengan meningkatnya kepatuhan dalam membaca label pangan.

Penelitian ini tidak menganalisis faktor pendapatan karena responden penelitian adalah kelompok mahasiswa. Selain itu, tempat tinggal sudah homogen yaitu di Kota Semarang sebagai lokasi penelitian, hal ini menyebabkan tidak adanya variasi rural urban dalam penelitian ini. Adapun jenis kelamin tidak berhubungan dengan kepatuhan membaca label pangan berdasarkan hasil penelitian ini. Hal ini dapat disebabkan karena sebagian besar responden berjenis kelamin wanita (87%) sehingga keterwakilan responden laki-laki cenderung rendah. Selain itu, penelitian ini belum membedakan kelompok responden dengan latar pendidikan kesehatan dan non kesehatan secara khusus terkait kepatuhan membaca label pangan. Oleh karena itu, dapat dilakukan penelitian lebih lanjut dengan membedakan klasifikasi mahasiswa dengan latar pendidikan kesehatan dan non kesehatan.

SIMPULAN

Kepatuhan membaca label pangan dipengaruhi oleh sikap, usia responden, dan pengeluaran untuk pangan. Pengetahuan tentang label pangan berhubungan dengan sikap terhadap label pangan.

SARAN

Mahasiswa dapat meningkatkan pengetahuan dan kepatuhannya dalam membaca label pangan. Selain itu, perlu adanya upaya Pendidikan atau kampanye kesehatan untuk mempromosikan praktik membaca label pangan kaitannya dengan kesehatan, khususnya di kalangan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Peraturan Pemerintah RI. Peraturan Pemerintah RI Nomor 86 Tahun 2019 Tentang Keamanan Pangan. Peratur Pemerintah RI Nomor 86 Tahun 2019 Tentang Keamanan Pangan. 2019;
2. Riyanti A, Junita D, Rosalina E. Perbedaan Pengetahuan dan Perilaku Membaca Label Pangan Antara Mahasiswa Prodi Gizi dan Non Gizi Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi. *J Akad Baiturrahim Jambi*. 2020;9(2):225.

3. Kepala BPOM. Badan pengawas obat dan makanan republik indonesia. Bpom Ri. 2017;2010:1–16.
4. Pane PS. Analisis Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan Pada Mahasiswa Gizi. *J Knowl Manag.* 2016;2(2):1–18.
5. Mahdavi AM, Abdolahi P, Mahdavi R. Knowledge , Attitude and Practice between Medical and Non-Medical Sciences Students about Food Labeling. 2012;2(2):173–9.
6. Bandara BES, Silva DAM De, Maduwanthi BCH, Warunasinghe WAAI. Impact of food labeling information on consumer purchasing decision : with special reference to faculty of Agricultural Sciences. *Ital Oral Surg.* 2016;6(Icsusl 2015):309–13.
7. Assifa RR. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Pangan pada Siswa SMA Negeri 68 Jakarta Tahun 2012. 2012;129.
8. Deshmukh N, Goyal R. Morin Inhibiting Photocarcinogenesis by Targeting Ultraviolet-B-Induced Oxidative Stress and Inflammatory Cytokines Expression in Swiss Albino Mice. *Int J Nutr Pharmacol Neurol Dis |.* 2017;7(3):71–2.
9. Oktarini NO, Nadhiroh SR, Nindya TS. Jenis Kelamin dan Pengetahuan dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi di Kalangan Mahasiswa. *Adi Husada Nurs J.* 2016;2(2):49–52.
10. BPOM RI. Label Pangan Olahan. 2018;
11. Sudahono N, Indrawani YM, Gizi DI, Masyarakat FK. Gambaran Perilaku Membaca Label Pangan Dan Reguler Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Angkatan 2013. 2014;1–19.
12. G. Nurliyana, M. N. Norazmir and MIKA. Knowledge Attitude and Behavior of Colledge Students. *Asian J Clin Nutr.* 2011;3.
13. Dahlan S. Statistik untuk kedokteran dan kesehatan. Edisi 6. Jakarta: Salmba Medika; 2014.
14. Saufika A, Retnaningsih, Alfiasari. Gaya Hidup dan Kebiasaan Makan Mahasiswa. *jJurnal Ilmu Kel dan Konsum.* 2012;5(2):157–65.
15. Wawan D. Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika; 2010.
16. Nurul Fitri, Metty EY. Pengetahuan Dan Kebiasaan Membaca Label Informasi Status Gizi Pada Mahasiswa Asrama Kutai Kartanegara. 2020;12(1):45–54.
17. Perceptions of New Zealand Nutrition Labels by maori, pacific and low-income shoppers.
18. Tadesse L, Kefale H. Awareness and Practice of Reading Packed Food Labels and its Associated Factors among Consumers in Addis Ababa, Ethiopia. *Open Accesses [Internet].* 2020;4(August):377–85. Available from: https://www.researchgate.net/profile/Higu_Kefale4/publication/343736194_Awareness_and_Practice_of_Reading_Packed_Food_Labels_and_its_Associated_Factors_among_Consumers_in_Addis_Ababa_Ethiopia/links/5f3cb8ea458515b7292c834f/Awareness-and-Practice-of-Readin
19. Wahab RA. Food Label Use and Awareness of Nutritional Information Among Consumers in Bahrain : An Exploratory Study. 2018;2018:26–36.
20. Cassady DL. Review of the Literature. 2016;207–16.
21. Miller LMS, Cassady DL. The effects of nutrition knowledge on food label use. A review of the literature. *Appetite [Internet].* 2015;92:207–16. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2015.05.029>
22. Soekidjo Notoamdjo. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. 2012th ed. Jakarta: Rineka Cipta;
23. 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).
24. Zahara S, Triyanti T. Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi di Kalangan Mahasiswa. *Kesmas Natl Public Heal J.* 2009;4(2):78.
25. Drichoutis A, Lazaridis P, Nayga Jr R. Consumers' use of nutritional labels: a review of research studies and issues. *Acad Mark Sci Rev.* 2006;2006(January):1.
26. Andreas C Drichoutis, Panagiotis Lazridis, and Rudolfo M. Nayga J. Nutritional Food Label Use A Theoretical and Empirical Perspec - download.pdf.
27. Ljubičić M, Sarić MM, Rumbak I, Barić IC, Sarić A, Komes D, et al. Is Better Knowledge about Health Benefits of Dietary Fiber Related to Food Labels Reading Habits? A Croatian Overview. *Foods.* 2022;11(15):2347.
28. Freire WB, Waters WF, Rivas-Mariño G, Nguyen T, Rivas P. A qualitative study of consumer perceptions and use of traffic light food labelling in Ecuador. *Public Health Nutr.* 2016;20(5):805–13.
29. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012. 260 p.
30. Furlow NE, Knott C. Who's Reading the Label?

Millennials' Use of Environmental Product Labels. *J Appl Bus Econ.* 1996;10:1–12.

31. Nițu CC, Rus V, Nyulas T, Cherhat PM, Nițu I. Consumer profile regarding knowledge of food additives and reading food labels. *ACTA MEDICA Transilv.* 2022;27(38):7–10.