BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Label gizi merupakan sebuah alat komunikasi meliputi takaran saji dan zat gizi yang digunakan oleh produsen makanan kemasan untuk memberikan informasi terkait kandungan gizi dengan tujuan meningkatkan kesehatan dan perilaku makan saat membeli makanan individu. Membaca label gizi pada makanan kemasan berkorelasi terhadap pemilihan makanan yang sehat.Seseorang yang paham dalam membaca label gizi akan lebih memiliki rasa waspada dalam menentukan asupan yang dikonsumsi seperti salah satunya natrium, agar asupannya tidak melebihi batas yang ditentukan (Novitamanda, 2020).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Berdasarkan data Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) menunjukkan bahwa hanya 7,9% konsumen yang memperhatikan dan membaca label informasi nilai gizi pada makanan kemasan (Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN), 2013). Sebanyak 63,2% konsumen mengetahui bahwa informasi nilai gizi pada label makanan kemasan merupakan hal yang penting untuk diperhatikan (Zahara, 2021)

Hasil survei Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) menunjukkan bahwa sebagian besar konsumen (94,3%) di Indonesia mempunyai kebiasaan membaca label produk pangan kemasan yang masih sangat rendah. Dari survei yang telah di lakukan

pada tahun 2022 di Minimarket Kota Bengkulu diketahui 70% konsumen mempunyai pengetahuan dan kebiasaan membaca label produk pangan kemasan pada konsumen masih sangat rendah (Yunita, 2023).

WHO memberikan rekomendasi pemberian label dalam rangka penerapan diet yang lebih sehat. Namun, beberapa studi menunjukkan kebiasaan membaca label yang masih rendah. Studi di Surabaya menghasilkan 53,1% responden tidak membaca label pada kemasan. Penelitian lain di Bekasi menghasilkan bahwa responden yang sering membaca label hanya 27% (Sari 2021). Selain rendahnya perilaku membaca label, pemahaman konsumen terhadap informasi nilai gizi juga rendah. Studi lain melaporkan pemahaman tentang label cukup baik (84,1%) tetapi hanya sebagian kecil (26,9%) responden yang dapat menginterpretasikan persentase kecukupan gizi harian pada label. Penelitian lainnya juga melaporkan 53% konsumen beranggapan bahwa istilah dalam label informasi nilai gizi terlalu ilmiah dan sulit untuk dipahami (Ikrima, 2023).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seseorang dalam kesadaran membaca label pangan diantaranya faktor predisposisi yaitu jenis kelamin, harga, rasa, zat gizi, pengetahuan tentang gizi dan label pangan, faktor pemungkin yaitu pendapatan dan faktor penguat yaitu waktu berbelanja dan keterpaparan informasi tentang label pangan (Fitriana, 2020)

Rendahnya kebiasaan membaca label pangan membuat konsumen memilih makanan yang tidak sehat sehingga menurunkan kondisi kesehatan. Mereka yang tidak membaca label pangan mengonsumsi lebih tinggi lemak kolesterol, dan gula dibandingkan dengan yang membaca label (Fitriana, 2020).

Pentingnya membaca label pangan berhubungan dengan jumlah asupan zat gizi dan non gizi serta keamanan dalam mengonsumsi suatu produk makanan. Makanan kemasan cenderung mengandung gula, garam, dan lemak yang tinggi, sehingga bila tidak cermat dalam membaca label pangan akan menyebabkan risiko penyakit tidak menular seperti obesitas, diabetes melitus, dan hipertensi (Novitamanda, 2020).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa jurusan keperawatan tingkat 1 STR Poltekkes Kemenkes Bengkulu diperoleh hasil sebagai berikut yaitu, yang menghasilkan kategori rendah kebiasaan membaca label gizi yaitu sebanyak (60%), sedangkan kebiasaan membaca label gizi kategori sedang sebanyak (30%), dan kebiasaan membaca label gizi kategori tinggi sebanyak (10%).

Berdasarkan dari latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan mengenai Gambaran Kebiasaan Membaca Label Gizi Pada Kemasan Makanan Pada Mahasiswa Tingkat 1 di Poltekkes Kemenkes Bengkulu 2025.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas permasalahan dalam penelitian ini adalah diketahuinya gambaran kebiasaan membaca label gizi di kemasan makanan Pada Mahasiswa Tingkat 1 di Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2025.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui Gambaran Kebiasaan Membaca Label Gizi Di Kemasan Makanan Pada Mahasiswa Tingkat 1 di Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

a) Mengetahui karakteristik (jenis kelamin, usia, asal, pendidikan) kebiasaan membaca label pada Mahasiswa Tingkat 1 di Poltekkes Kemenkes Bengkulu tahun 2025.

b) Mengetahui kebiasaan membaca label gizi pada Mahasiswa Tingkat 1 di Poltekkes Kemenkes Bengkulu tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu

Sebagai referensi untuk menyosialisasikan pentingnya memiliki kebiasaan membaca kemasan label gizi sebagai upaya meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap kesehatan.

Perpustakaan Poltekkes Bengkulu

2. Manfaat Bagi Praktisi

a. Manfaat Bagi Mahasiswa

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan pengetahuan,wawasan untuk dijadikan sebagai bahan masukan atau informasi tentang gambaran kebiasaan membaca label gizi di kemasan makanan remaja.

b. Manfaat Bagi Peneliti

Dapat sebagai tambahan pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian serta di harapkan dapat digunakan sebagai tambahan (referensi), informasi dan perbandingan untuk penelitian selanjutnya agar bisa meneliti variabel lain yang berhubungan dengan kebiasaan membaca kemasan label gizi pada mahasiswa di kehidupan sehari-hari.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

c. Manfaat Bagi Poltekkes

Diharapkan hasil penelitian ini nantinya dapat menjadi acuan dan referensi serta bermanfaat bagi seluruh Mahasiswa/ Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Persamaan Penelitian	Hasil Penelitian
1	('SHR : Svasta Harena Raflesia', 2023)	Gambaran kebiasaan membaca label pangan berdasarkan status gizi mahasiswa gizi poltekkes kemenkes bengkulu	Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan rancangan penelitian cross sectional	Kebiasaan membaca label pangan	berdasarkan hasil penelitian dari 83 responden diketahui rata-rata menunjukkan bahwa responden hampir seluruh perempuan dengan jumlah 76 orang (91.6%), sedangkan sebagian kecil responden laki-laki berjumlah 7 orang (8.4%)
	(Dellyana, 2019)	Kebiasaan membaca label gizi berhubungan dengan asupan natrium pada wanita dewasa	Penelitian cross sectional	Kebiasaan membaca label gizi	Pada penelitian ini menunjukan hasil yang sama yaitu responden dengan tingkat pendidikan terakhir lebih rendah memiliki wawasan terkait label gizi yang rendah juga

Kemenkes Poltekkes Bengkulu