DAFTAR PUSTAKA

Bella, I. A., MAJID, R., & Prasetya, F. (2023). Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pangan Kemasan Pada Remaja Di Indomaret Piere Tendean Baruga Kota Kendari Tahun 2022. *Jurnal Wawasan Promosi Kesehatan*, *3*(4), 151–156. https://doi.org/10.37887/jwins.v3i4.30043

BPOM RI. (2023). Kenali dan Cermati Label Informasi Nilai Gizi. *Https://Standarpangan.Pom.Go.Id/Dokumen/Pedoman/Informasi-Nilai-Gizi.Pdf*, 10–11.

Christianti, D. F., & Khomsan, A. (2018). Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Pada Remaja Putri Yang Sudah Dan Belum Menstruasi. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, *7*(3), 135. https://doi.org/10.25182/jgp.2012.7.3.135-142

Dewi, N. T., Yunita, L., Sukanty, N. M. W., & Ariani, F. (2023). Edukasi Label Informasi Nilai Gizi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Membaca Label Gizi Siswa di SMAN 5 Mataram. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, *4*(1), 246–252. https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i1.225

Fibrianti, N. (2019). Upaya Pemahaman Pencantuman Label Pada Kemasan Produk Makanan Bagi Siswa SMA 12 Semarang. *Jurnal Pengabdian Hukum Indonesia*, *2*(1), 1–9. https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/JPHI/article/download/27743/17085

Fitri, N. F. N., Metty, M., & 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

Fitri, S. A. (2024). *Media Gizi Ilmiah Indonesia (Media Scientific Nutrition Indonesia)*. *2*(9), 96–108.

Hakim, E. Al, Gizi, D., Masyarakat, F. K., & Airlangga, U. (2024). *Hubungan Kebiasaan Membaca Label Gizi Dengan Gizi Lebih Di Sman 5 Surabaya*. *5*(September), 7243–7251.

Hapsari, A. E. M., & Puspitasari, D. I. (2024). *Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Label Informasi Nilai Gizi di SMA Al Islam 1 Surakarta*. *326*, 1–14.

Herudiansyah, G., Candera, M., & Pahlevi, R. (2019). Penyuluhan Pentingnya Label Pada Kemasan Produk Dan Pajak Pada Usaha Kecil Menengah (Ukm) Desa Tebedak Ii Kecamatan Payaraman Ogan Ilir. *Suluh Abdi*, *1*(2), 84–89. https://doi.org/10.32502/sa.v1i2.2296

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

Imansari, M. A., & Dini, C. Y. (2023). Hubungan Paparan Informasi Dan Pengetahuan Dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi Pada Siswa Di Sman 14 Surabaya. *Jurnal Mitra Kesehatan*, *6*(1), 25–37. https://doi.org/10.47522/jmk.v6i1.219

Juniasari, T., Meriwati, & Rizal, A. (2023). Gambaran Kebiasaan Membaca Label Pangan Berdasarkan Status Gizi Mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu. *Svasta Harena Raflesia*, *2*(2), 92–104.

Maharani, S. K. (2024). Hubungan Kebiasaan Membaca Label Gizi Dengan Status. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *5*(3), 8499–8507.

Masir, S., & Budiono, I. (2024). *Pengetahuan Dan Sikap Tentang Pencegahan Anemia Siswi Kelas X Di Sma N 1 Dan 3 Luwuk Banggai*. *8*, 6372–6379.

Mulia, M. I., Syakurah, R. A., & Ma'mun, A. (2020). Fenomena Membaca Label Informasi Makanan pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Sriwijaya. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, *4*(2), 153–165. https://doi.org/10.22487/ghidza.v4i2.131

Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.

Nuraeni, A., Hastati, D. Y., Ratih L, F., & Kuntari, W. (2022). Penerapan Kemasan Dan Label Untuk Produk Olahan Singkong Di Kelompok Tani Barokah. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *3*(1), 178–183. https://doi.org/10.31004/cdj.v3i1.3647

Pratama, C. I. A. S., & Mardiyati, N. L. (2024). Hubungan antara Kebiasaan Membaca Label Kandungan Gizi Minuman Kemasan Berpemanis dengan Status Gizi pada Pelajar SMP Al Islam 1 Surakarta. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, *8*(1), 127–134. https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i1.1340

Rabiahni, A. N., Effendy, D. S., Iqbal, F., Nur, C. F., & Ita, N. (2025). *Edukasi Pentingnya Label Informasi Nilai Gizi Pada Makanan dan Minuman Kemasan*. *1*(1), 1–9.

Sari.A, F. (2024). Penerapan *Health Belief Model* pada Perilaku Membaca Label Gizi Mahasiswa di Perguruan Tinggi Kesehatan. *Media Gizi Ilmiah Indonesia*, *2*(9), 96–108. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/media-gizi/article/view/52301

Sari, A. E. (2021). Gambaran Kesadaran Membaca Label Kemasan Produk Pangan Pada Masa Pandemi Covid di Wilayah Bekasi. *Jurnal Dunia Gizi*, *4*(1), 36–41. https://ejournal.helvetia.ac.id/jdg

Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, *17*(1), 25. https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362

Setiawati, M., & Mitro Subroto. (2021). Pemenuhan Gizi Berdasarkan AKG Bagi Anak di Lembaga Pemasyarakatan Mengenai Hak Mendapatkan Makanan yang Layak. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, *13*(2), 1–11. https://doi.org/10.35473/jgk.v13i2.108

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

Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, *8*(3), 1917–1928. https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494

Usdeka Muliani, Sumardilah, D. S., & Mindo Lupiana. (2023). Asupan Gizi Dan Pengetahuan Dengan Status Gizi Remaja Putri. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Ma`arif Baturaja*, *8*(1), 35–42. https://doi.org/10.52235/cendekiamedika.v8i1.202

Story, M., Neumark-Sztainer, D., & French, S. (2002). Individual And Environmental Influences On Adolescent Eating Behaviors. Journal Of The American Dietetic Association, 102(3 Suppl), S40–S51. https://doi.org/10.1016/S0002-8223(02)90421-9

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

L A M P I R A N

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 1. Surat Izin Pra Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

27 Mei 2025

Nomor : PP.06.02/F.XXIII.1/ 5722 /2025
Penhal : **Izin Pra Penelitian**

Yth.
Kepala Prodi Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah (KTI) Mahasiswa Progam Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025, dengan ini mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data, Pra Penelitian pada mahasiswa dibawah ini :

Nama Mahasiswa	: Emi Puspita Sari
Nim	: P01730122019
Tempat	: Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Judul	: GAMBARAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL DAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG MAKANAN KEMASAN PADA MAHASISWA JURUSAN TEKNOLOGI LABOLATORIUM MEDIS TINGKAT 1 POLTEKES KEMENKES BENGKULU TAHUN 2025
No Handphone	: 082386644110

Demikianlah, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

Wakil Direktur I Bidang Akademik

Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

27 Mei 2025

Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/ /2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Prodi Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Emi puspita sari
NIM	: P01730122019
Tempat Penelitian	: Poltekkes kemenkes Bengkulu
Waktu Penelitian	: Satu Bulan
Judul	: GAMBARAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL DAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG MAKANAN KEMASAN PADA MAHASISWA JURUSAN TEKNOLOGI LABOLATORIUM MEDIS TINGKAT 1 POLTEKES KEMENKES BENGKULU TAHUN 2025
No Handphone	: 082386644110

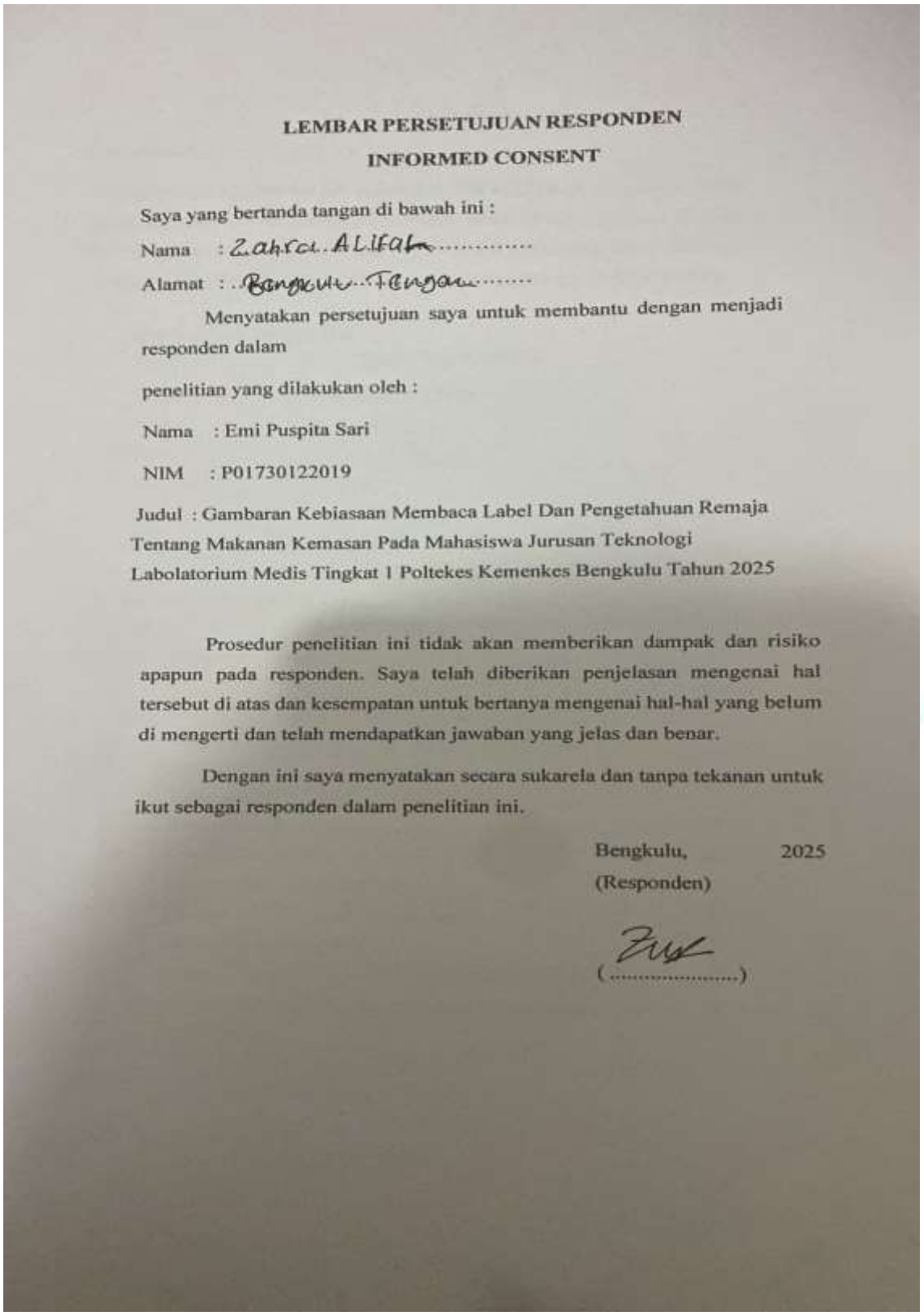
Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur I Bidang Akademik

Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd

BLU

Lampiran 3. Informed Consent



LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zahra Alifah .....

Alamat : Bengkulu Tengah .....

Menyatakan persetujuan saya untuk membantu dengan menjadi responden dalam

penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Emi Puspita Sari

NIM : P01730122019

Judul : Gambaran Kebiasaan Membaca Label Dan Pengetahuan Remaja Tentang Makanan Kemasan Pada Mahasiswa Jurusan Teknologi Labolatorium Medis Tingkat 1 Poltekes Kemenkes Bengkulu Tahun 2025

Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan risiko apapun pada responden. Saya telah diberikan penjelasan mengenai hal tersebut di atas dan kesempatan untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum di mengerti dan telah mendapatkan jawaban yang jelas dan benar.

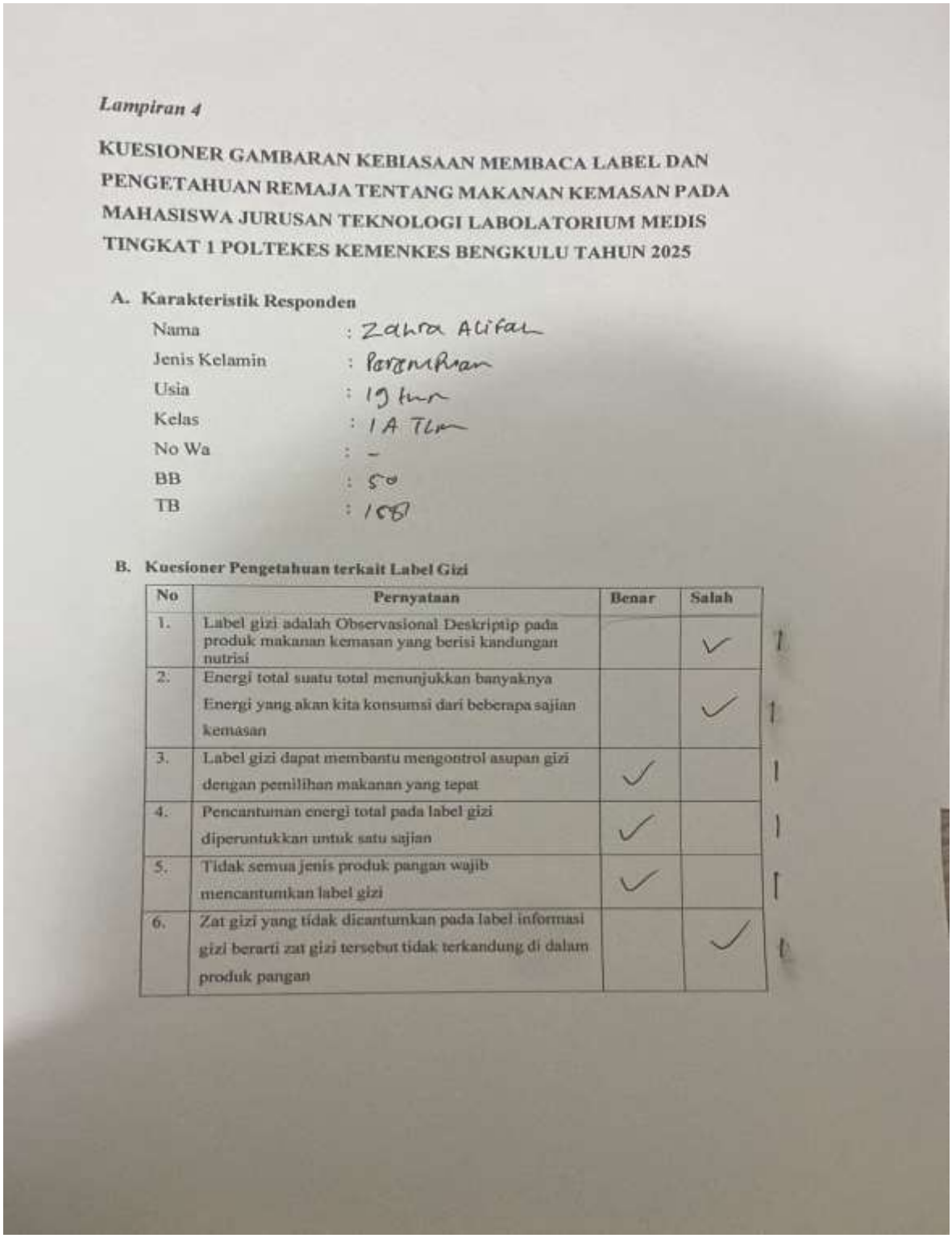
Dengan ini saya menyatakan secara sukarela dan tanpa tekanan untuk ikut sebagai responden dalam penelitian ini.

Bengkulu, 2025

(Responden)

(.....)

Lampiran 4. Kuisioner Gambaran Kebiasaan Membaca Label dan Pengetahuan Remaja Tentang Makanan Kemasan



Lampiran 4

KUESIONER GAMBARAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL DAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG MAKANAN KEMASAN PADA MAHASISWA JURUSAN TEKNOLOGI LABOLATORIUM MEDIS TINGKAT 1 POLTEKES KEMENKES BENGKULU TAHUN 2025

A. Karakteristik Responden

Nama : Zahra Alifah
Jenis Kelamin : Perempuan
Usia : 19 thn
Kelas : 1A TLM
No Wa : -
BB : 50
TB : 158

B. Kuesioner Pengetahuan terkait Label Gizi

No	Pernyataan	Benar	Salah	
1.	Label gizi adalah Observasional Deskriptip pada produk makanan kemasan yang berisi kandungan nutrisi		✓	1
2.	Energi total suatu total menunjukkan banyaknya Energi yang akan kita konsumsi dari beberapa sajian kemasan		✓	1
3.	Label gizi dapat membantu mengontrol asupan gizi dengan pemilihan makanan yang tepat	✓		1
4.	Pencantuman energi total pada label gizi diperuntukkan untuk satu sajian	✓		1
5.	Tidak semua jenis produk pangan wajib mencantumkan label gizi	✓		1
6.	Zat gizi yang tidak dicantumkan pada label informasi gizi berarti zat gizi tersebut tidak terkandung di dalam produk pangan		✓	1

7.	Pencantuman label gizi pada makanan kemasan bertujuan untuk mengetahui bahan tambahan pangan yang digunakan pada suatu produk		✓	1
8.	Gula total merupakan kandungan gula pada makanan kemasan yang berasal dari bahan makanan yang digunakan	✓		1
9.	Label informasi gizi hanya berisi/memberikan keterangan mengenai zat gizi yang terkandung di dalam produk saja		✓	1
10.	Takaran saji adalah jumah produk pangan yang bisa dikonsumsi dalam satu kali makan	✓		1
11.	AKG pada label gizi merupakan singkatan dari Angka Kecukupan Gizi	✓		1
12.	Semua zat gizi yang terkandung pada produk (meskipun dalam jumlah sangat sedikit/jumlah yang tidak berarti) wajib dicantumkan		✓	1
13.	Jumlah sajian per kemasan merupakan informasi yang menunjukkan porsi yang terkandung dalam satu item makanan		✓	0

Sumber : (Bella et al.,2023)

$\frac{12}{13} \times 100\%$

$= 92.3$

C. Kebiasaan Membaca Label Gizi

Keterangan

TP : Tidak Pernah (tidak pernah sama sekali)

J : Jarang (1x seminggu)

Sr : Sering (3x seminggu)

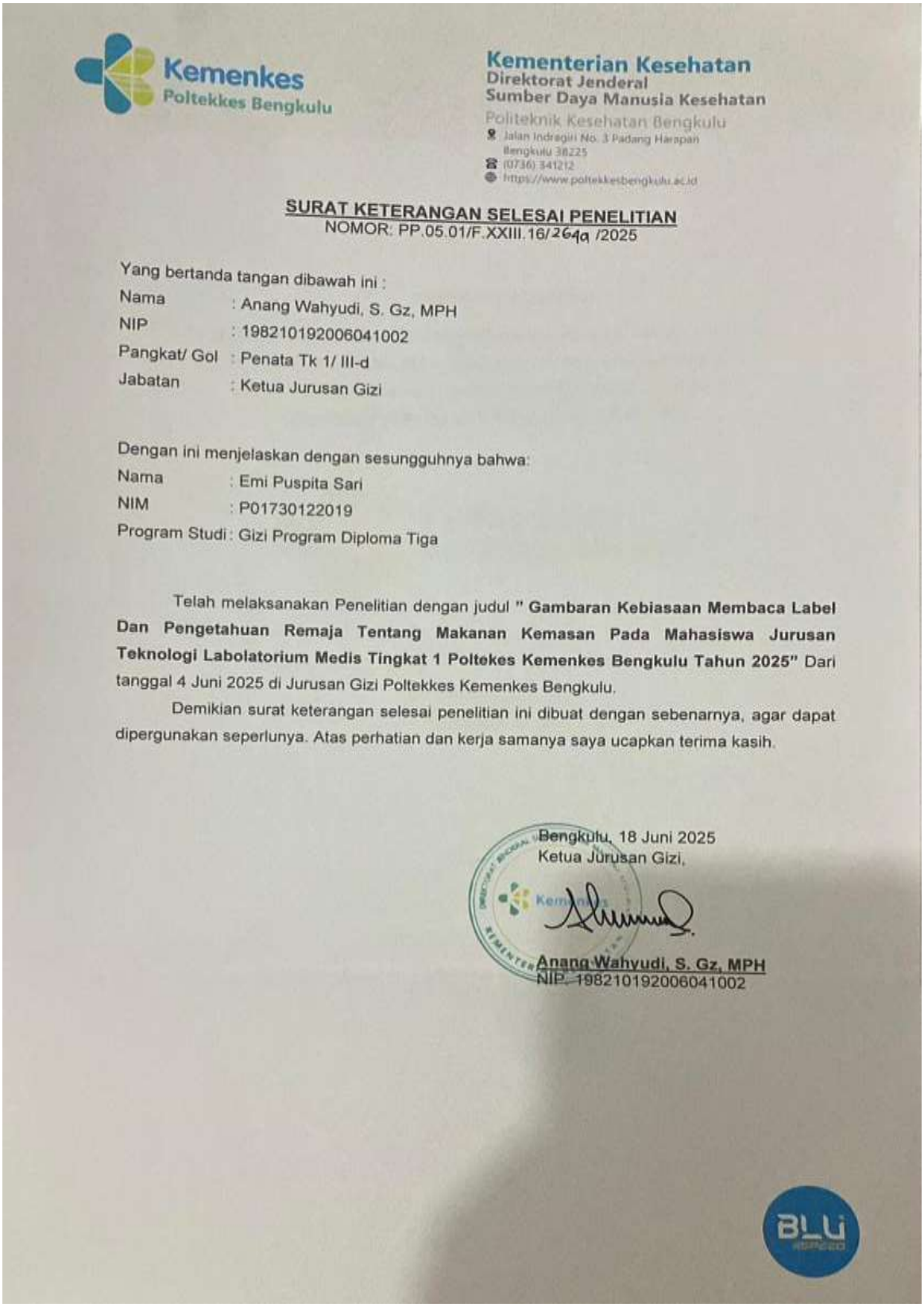
S : Selalu (setiap kali mengkonsumsi)

No	Pernyataan	TP	J	Sr	S	
1	Saya memeriksa ketersediaan label gizi pada produk makanan kemasan sebelum membeli/mengonsumsinya	✓				1
2	Saya terlebih dahulu membaca label gizi produk makanan kemasan sebelum membeli/mengonsumsinya			✓		3
3	Ketika mengonsumsi produk makanan kemasan saya membaca keterangan :					
	a. Takaran saji		✓			2
	b. Jumlah Sajian per Kemasan		✓			2
	c. Persentase AKG		✓			2
	d. Catatan kaki		✓			2
4	Ketika mengonsumsi produk makanan kemasan saya membaca keterangan :					
	a. Energi Total				✓	4
	b. Energi dari Lemak				✓	4
	c. Lemak Total				✓	4
	d. Lemak Jenuh				✓	4
	e. Kolesterol				✓	4
	f. Karbohidrat Total				✓	4
	g. Serat Pangan				✓	4

	h. Gula i. Garam (Natrium) j. Vitamin	✓ ✓ ✓				1 1 1
5	Saya membandingkan nilai gizi pada dua atau lebih produk makanan kemasan sebelum mengonsumsinya		✓			2
6	Saya tetap mengonsumsi suatu produk pangan meskipun produk tersebut tidak mencantumkan informasi nilai gizi	✓				1

Sumber : (Bella et al.,2023)

1. SURAT SELESAI PENELITIAN



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
NOMOR: PP.05.01/F.XXIII.16/264a /2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :
Nama : Anang Wahyudi, S. Gz, MPH
NIP : 198210192006041002
Pangkat/ Gol : Penata Tk 1/ III-d
Jabatan : Ketua Jurusan Gizi

Dengan ini menjelaskan dengan sesungguhnya bahwa:
Nama : Emi Puspita Sari
NIM : P01730122019
Program Studi : Gizi Program Diploma Tiga

Telah melaksanakan Penelitian dengan judul **" Gambaran Kebiasaan Membaca Label Dan Pengetahuan Remaja Tentang Makanan Kemasan Pada Mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Tingkat 1 Poltekes Kemenkes Bengkulu Tahun 2025"** Dari tanggal 4 Juni 2025 di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Demikian surat keterangan selesai penelitian ini dibuat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan seperlunya. Atas perhatian dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 18 Juni 2025
Ketua Jurusan Gizi,

Anang Wahyudi, S. Gz, MPH
NIP. 198210192006041002

Lampiran 6. Master Tabel

No	Nama	JK	Usia	BB	TB	Pengentahuan label gizi	kat_Pengentahuan label Gizi	Kebiasaan Membaca Label Gizi	kat_Kebiasaan Membaca Label Gizi
1	NNS	P	19	50	150	76.9	3	36	2
2	DDS	P	20	60	160	100	3	23	1
3	AK	p	19	50	157	61.5	2	40	2
4	LN	p	18	50	149	61.5	2	18	1
5	ZAP	P	19	55	152	100	3	20	1
6	PS	P	20	60	168	53.8	1	27	1
7	NF	P	18	57	155	84.6	3	38	2
8	AAP	P	18	50	150	100	3	23	1
9	WN	P	19	50	160	69.2	2	48	2
10	VN	P	19	52	160	84.6	3	27	1
11	SN	P	19	60	150	100	3	24	1
12	HS	P	18	55	154	53.8	1	36	3
13	ED	P	19	51	155	100	3	55	3
14	UH	P	19	50	154	53.8	1	55	3
15	BSR	L	20	55	160	100	3	55	3
16	ZA	P	19	50	158	92.3	3	58	3
17	AW	P	19	55	157	100	3	22	1
18	TP	P	19	50	158	76.9	3	19	1
19	RK	L	18	50	152	92.3	3	24	1
20	PA	P	18	50	156	76.9	3	36	2
21	FA	P	19	50	158	92.3	3	54	3
22	ZLP	P	19	55	152	100	3	23	1

Kebiasaan_Membaca_Label Gizi	Pengentahuan label gizi
1. Rendah : Skore < 36	1. Rendah : ≤ 55%
2. Sedang :36 ≤ Skor <54	2. Cukup :56-75 %
3. Tinggi : Skor ≥54	3. Baik : 76-100%

Perpustakaan Poltekkes Bengkulu

23	VM	P	19	48	156	100	3	56	3
24	VNS	P	19	50	155	76.9	3	22	1
25	NA	P	19	50	152	76.9	3	24	1
26	SA	P	18	50	160	76.9	3	46	2
27	ZM	P	19	60	152	100	3	26	1
28	DES	P	19	60	155	53.8	1	26	1
29	HP	P	18	50	157	84.6	3	36	2
30	FN	P	18	60	152	53.8	1	25	1
31	Mb	P	18	55	158	69.2	2	60	3
32	MS	P	19	55	157	76.9	3	21	1
33	NMK	P	19	50	157	69.2	2	58	3
34	EF	P	19	50	152	84.6	3	56	3
35	NZ	P	19	55	152	84.6	3	23	1
36	AI	P	19	52	157	53.8	1	27	1
37	ASS	P	19	65	160	100	3	58	3
38	SJB	P	18	40	150	53.8	1	19	1
39	FA	P	19	48	159	100	3	54	3
40	KT	P	19	52	156	53.8	1	54	3
41	GS	P	19	50	160	100	3	56	3
42	DKR	P	19	80	162	92.3	3	56	3
43	HAH	P	18	43	153	100	3	54	3
44	NSP	P	18	60	155	53.8	1	54	3
45	FF	P	19	42	153	100	3	58	3
46	SB	P	19	58	155	100	3	58	3
47	BP	L	19	60	145	53.8	1	56	3
48	SA	P	19	58	135	69.2	2	36	3
49	SDI	P	18	58	148	100	3	36	3

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

50	EA	P	18	50	160	100	3	26	1
51	DP	P	19	50	153	92.3	3	54	3
52	OS	L	22	60	180	100	3	56	3
53	AIH	P	18	40	160	69.2	2	22	1

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 7. Dokumentasi









Kemenkes





















Kemenkes
Poltekkes Bengkulu





Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 8. *Output* analisis data

kat_Kebiasaan_Membaca_Label_Gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	28	52.8	52.8	52.8
	2	10	18.9	18.9	71.7
	3	15	28.3	28.3	100.0
	Total	53	100.0	100.0	

Pengentahuan_label_makanan_kat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	10	18.9	18.9	18.9
	2	7	13.2	13.2	32.1
	3	36	67.9	67.9	100.0
	Total	53	100.0	100.0	

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu