

JENIS KELAMIN DAN PENGETAHUAN DENGAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI DI KALANGAN MAHASISWA

Nimas Olivia Oktarini¹, Siti Rahayu Nadhiroh², Triska Susila Nindya²

¹Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga Surabaya

²Departemen Gizi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga Surabaya

olivianimas@gmail.com

ABSTRAK

Konsumen di Indonesia masih kurang memperhatikan label pangan. Mahasiswa ternyata juga tidak memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Kebiasaan tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis kelamin, tingkat pendidikan, status diet, keterpaparan media informasi, pengetahuan tentang label informasi nilai gizi, dll. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *observational* dengan *desain cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified random sampling*. Besar sampel penelitian yaitu masing-masing 24 responden dari mahasiswa angkatan 2013 – 2015 S1 reguler Prodi Ilmu Gizi FKM UNAIR dan S1 Prodi Statistika FST UNAIR. Uji statistik yang digunakan adalah *fisher's exact*. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin ($p=0,007$) dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Variabel pengetahuan ($p=0,237$) tidak berhubungan signifikan dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Responden perempuan memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi daripada responden laki-laki. Peningkatan edukasi kepada responden laki-laki mengenai label informasi nilai gizi perlu diadakan.

Kata Kunci : jenis kelamin, pengetahuan, label pangan, label informasi nilai gizi

ABSTRACT

Consumers in Indonesia are still lacking attention to the food label. It turns out that Students were also not have the habit of reading nutrition fact. These habits can be influenced by several factors such as gender, education level, diet status, exposure of media information, knowledge about the nutrition fact, etc. This study was observational study with cross sectional design. This study used stratified random sampling. Each of sample size consist of 24 respondents from 2013-2015 regular S1 Nutrition Department FKM and S1 Statistics FST UNAIR. The statistical test that used was Fisher's exact. The analysis showed that there was a significant relationship between gender ($p = 0.007$) with the habit of reading nutrition fact. Knowledge ($p = 0.237$) was not significantly associated with the habit of reading nutrition fact. Female respondents have the habit of reading nutrition fact than male respondents. Increasing education to male respondents regarding nutrition fact needs to be held.

Keywords : gender, knowledge, food label, nutrition fact

PENDAHULUAN

Hanya 6,7% konsumen di Indonesia yang memperhatikan label dalam memilih produk makanan¹. Konsumen di Indonesia masih kurang memperhatikan label jika dibandingkan dengan konsumen di Amerika. Perhatian konsumen terhadap detil pada label masih kurang. Label kemasan pangan yang paling diperhatikan konsumen antara lain label halal sebanyak 36,5%, waktu kadaluwarsa sebanyak 34,9%, nama produk sebanyak 20,6%, dan komposisi makanan sebanyak 7,9%. Padahal, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan gizi mengenai produk pangan kemasan adalah label produk pangan kemasan tersebut².

Label informasi nilai gizi merupakan salah satu informasi yang wajib dicantumkan apabila label pangan memuat sejumlah keterangan tertentu. Namun, label informasi nilai gizi menjadi salah satu informasi yang sering luput dari pengamatan konsumen. Secara definisi informasi nilai gizi dapat diartikan sebagai daftar kandungan zat gizi pangan pada label pangan sesuai dengan format yang telah ditetapkan. Informasi nilai gizi umumnya berisi nilai-nilai kandungan seperti lemak total, karbohidrat total, gula, dan garam dari makanan. Informasi tersebut memiliki manfaat untuk konsumen, terutama bagi konsumen dengan kondisi medis tertentu yang memerlukan pengendalian asupan zat gizi dan merupakan hal yang penting untuk memastikan

nilai gizi yang diperoleh konsumen sesuai dengan kebutuhan.³

Sebesar 21,5% mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tidak memperhatikan kandungan gizi pada label kemasan pangan.⁴ Tingkat kepatuhan membaca label informasi nilai gizi dan komposisi zat gizi pada mahasiswa FKM UI umumnya masih rendah yakni masing-masing sebesar 39,1% dan 38,9%.⁵ Faktor yang diduga dapat mempengaruhi penggunaan label informasi zat gizi (aktivitas konsumen dalam pencarian informasi yang tertera pada kemasan produk pangan kemasan yang terdiri dari perilaku melihat sebagai usaha pencarian informasi, mengevaluasi informasi yang ada untuk kemudian dijadikan bahan pertimbangan untuk pengambilan keputusan dalam membeli produk makanan) dapat dikelompokkan menjadi beberapa kategori, meliputi karakteristik individu seperti: umur, jenis kelamin dan tingkat pendidikan. Faktor lain yang berpengaruh meliputi pendapatan, status pekerjaan, waktu saat berbelanja, status diet, pengetahuan tentang gizi, motivasi, harga produk, rasa produk dll.⁶

Suatu penelitian menyatakan bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dengan kepatuhan membaca label produk pangan.⁷ Responden wanita ternyata lebih teliti dibandingkan dengan pria dalam memilih makanan kemasan sebelum memutuskan untuk membeli makanan kemasan.⁸ Ternyata mahasiswa yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung patuh dalam membaca label informasi nilai gizi. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan jenis kelamin dan pengetahuan tentang label informasi nilai gizi dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi pada mahasiswa.⁵

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *observasional* karena tidak memberikan perlakuan pada variabel yang diteliti. Peneliti hanya melihat hubungan variabel bebas dan variabel terikat dengan sampel penelitian. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* yaitu pengukuran variabel bebas dan terikat yang dilakukan bersamaan. Populasi yang digunakan yaitu mahasiswa S1 reguler Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM) dan mahasiswa S1 Program Studi Statistika Fakultas Sains dan Teknologi (FST) Universitas Airlangga. Sampel sebesar masing-masing 24 mahasiswa angkatan 2013 – 2015 S1 reguler Program Studi Ilmu Gizi FKM UNAIR dan mahasiswa S1 Program

Studi Statistika FST UNAIR. Pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling*.

Data yang digunakan berupa data primer dan sekunder. Data primer meliputi pengetahuan dan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi yang diperoleh dari pengisian instrument kuesioner oleh responden. Data sekunder yang digunakan meliputi jenis kelamin yang didapatkan melalui bagian akademik Prodi Ilmu Gizi FKM dan Prodi Statistika FST UNAIR. Analisis data yang digunakan meliputi analisis univariat untuk mendapatkan gambaran masing-masing variabel dan analisis bivariat untuk mengidentifikasi variabel yang diduga berhubungan dengan variabel dependen kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Analisis bivariat dilakukan dengan uji *fisher's exact* dengan nilai $\alpha = 0,05$. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan FKM UNAIR dengan No: 264-KEPK.

HASIL

Data Umum

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di Universitas Airlangga Tahun 2016

No	Karakteristik	n	%
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	13	27,1
	Perempuan	35	72,9
2.	Pengetahuan		
	Kurang	21	43,8
	Baik	27	56,2

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Responden laki-laki hanya 13 orang (27,1%). Berdasarkan pengetahuan tentang label informasi nilai gizi, responden dengan pengetahuan baik memiliki persentase lebih besar daripada responden dengan kategori pengetahuan yang kurang. Terbukti bahwa responden yang merupakan mahasiswa telah mengetahui informasi mengenai label informasi nilai gizi sehingga dapat menjawab pertanyaan dengan benar dan memiliki pengetahuan yang baik. Mahasiswa dengan pengetahuan yang kurang kemungkinan cenderung tidak memiliki rasa ingin tahu yang lebih.

Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi

Tabel 2. Distribusi Responden berdasarkan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi

No	Kebiasaan Membaca Label	n	%
1	Ya	19	39,6
2	Tidak	29	60,4
	Total	48	100,0

Sebagian besar responden ternyata tidak memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi sebelum membeli produk pangan kemasan. Tabel 2 menunjukkan bahwa kebiasaan membaca label informasi nilai gizi hanya dimiliki oleh 19 responden. Tingkat kepatuhan membaca label informasi nilai gizi pada mahasiswa FKM UI umumnya masih rendah yakni sebesar 39,1%. Kepatuhan membaca label informasi yang rendah terjadi karena hambatan usaha pencarian informasi. Salah satu penghambat adalah ketidaktertarikan terhadap informasi yang dapat disebabkan oleh pemahaman yang kurang tentang label.

Informasi nilai gizi pada label jauh lebih banyak, kompleks dan menggunakan istilah yang cukup sulit dimengerti.⁵

Jenis Kelamin dan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi

Tabel 3 menunjukkan bahwa ternyata hanya 1 responden laki-laki yang memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Ketika diuji lebih lanjut menggunakan analisis statistik diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Hal ini mengindikasikan bahwa responden perempuan memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi daripada responden laki-laki. Wanita secara umum lebih memungkinkan untuk menggunakan label informasi nilai gizi.⁶ Sedangkan laki-laki jarang menggunakan label informasi nilai gizi dibandingkan dengan perempuan.⁹

Tabel 3 Distribusi Responden berdasarkan Jenis Kelamin dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi tahun 2016

No	Jenis Kelamin	Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi				Total	
		Tidak	%	Ya	%	n	%
1	Laki-laki	12	25,0	1	2,1	13	27,1
2	Perempuan	17	35,4	18	37,5	35	72,9
	Total	29	70,4	19	39,6	48	100,0
Signifikansi ($p < 0,05$) = 0,007							

Tabel 4 Distribusi Responden berdasarkan pengetahuan tentang label informasi nilai gizi dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi tahun 2016

No	Pengetahuan	Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi				Total	
		Tidak	%	Ya	%	n	%
1	Kurang	15	31,2	6	12,5	21	43,8
2	Baik	14	29,2	13	27,1	27	56,2
	Total	29	60,4	19	39,6	48	100,0
Signifikansi ($p < 0,05$) = 0,237							

Sebesar 31,2% responden dengan pengetahuan kurang ternyata tidak memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Tabel 4 menunjukkan bahwa ada kecenderungan bahwa responden dengan pengetahuan kurang ternyata tidak memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi.

Konsumen dengan pengetahuan tentang label pangan yang baik cenderung biasa menggunakan label¹⁰. Suatu penelitian juga menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara tingkat pengetahuan dengan praktek

pemilihan makanan kemasan, dimana semakin tinggi tingkat pengetahuan responden semakin baik pula praktek responden dalam pemilihan makanan⁸. Walaupun setelah diuji lebih lanjut menggunakan statistik diketahui bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang dapat ditarik pada penelitian ini adalah kebiasaan membaca label informasi pada mahasiswa masih tergolong rendah. Ternyata responden perempuan memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi daripada responden laki-laki. Sedangkan variabel pengetahuan tidak berhubungan dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi.

Edukasi mengenai label informasi nilai gizi khususnya pada responden laki-laki sebaiknya perlu diadakan. Untuk penelitian lebih lanjut, pertanyaan mengenai pengetahuan tentang label informasi nilai gizi perlu ditambah sehingga dapat lebih menggambarkan pengetahuan responden.

DAFTAR PUSTAKA

1. BPKN. 2007. *Hasil Kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) di Bidang Pangan terkait Perlindungan Konsumen.* <http://ditjenpspk.kemendag.go.id/files/pdf/2013/06/04/hasil-kajian-badan-perlindungan-konsumen-nasional-bpkn-di-bidang-pangan-terkait-perlindungan-konsumen-id0-1370355071.pdf>. [diakses pada 6 Maret 2016].
2. Tetty. 2013. *Cermati Konsumsi Gula, Garam, Lemak dan Baca Label Kemasan Makanan.* Jakarta.
3. BPOM RI. 2009. *Informasi Nilai Gizi Produk Pangan.* Info POM. Vol. 10 No. 5.
4. Suswanti. 2013. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2012.* <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25931/1/IKA%20SUSWANTI-fkik.pdf>. [diakses pada 6 Maret 2016].
5. Zahara, S. 2009. *Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi di Kalangan Mahasiswa.* Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol. 4 No. 2 Oktober 2009.
6. Drichoutis., Lazaridiz., Nayga. 2006. *Consumer's Use of Nutritional Labels: a review or research studies and issues.* Academy Marketing Science Review.
7. Asmaiyan. 2004. *Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Konsumen Membaca Label Produk Pangan di Pasar Kebayoran Lama Jakarta Selatan Tahun 2003.* Tesis. FKM UI.
8. Devi, V.C., Agus Sartono, Joko Teguh Isworo. 2013. *Praktek Pemilihan Makanan Kemasan Berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang Label Produk Makanan Kemasan, Jenis Kelamin, dan Usia Konsumen di Pasar Swalayan ADA Setiabudi Semarang.* http://download.portalgaruda.org/article.php?article_id=144862&val=421. [diakses pada 26 Juni 2016].
9. Kim, S.Y., Rodolfo M.N., Oral C. 2000. *The Effect of Food Label Use on Nutrient Intakes: An Endogenous Switching Regression Analysis.* Journal Agricultural and Resource Economics 25(1):215-231.
10. Tiziana, D.M., Azucena, G., Jesus, B.H. 2010. *Effects of the Nutritional Labels Use on Healthy Eating Habits in Spain.* Journal Agricultural Economic – Czech, 56, 2010 (11): 540-551. <http://www.agriculturejournals.cz/publicFiles/30932.pdf>. [diakses pada 27 Juni 2016]