

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Label informasi nilai gizi adalah keterangan yang terdapat pada kemasan yang menuliskan tentang daftar kandungan zat gizi dan non gizi pangan olahan sebagaimana produk pangan olahan dijual sesuai dengan format yang dibakukan (BPOM RI, 2019a). Label informasi nilai gizi dapat membantu kita menilai suatu makanan layak dikonsumsi dan sesuai dengan kebutuhan kita. Selain itu label informasi nilai gizi dapat memperkirakan bahaya yang mungkin terjadi pada konsumen yang berisiko tinggi karena memiliki penyakit tertentu (Rachmi *et al.*, 2019).

Salah satu bagian dari sepuluh pesan umum gizi seimbang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang adalah anjuran untuk membaca label pangan yang dikemas terutama keterangan tentang informasi kandungan zat gizi dan tanggal kadaluarsa sebelum membeli atau mengonsumsi suatu produk pangan (Kemenkes RI, 2014). Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (BPOM RI) senantiasa mendukung pola konsumsi sehat melalui penerapan Informasi nilai gizi pada label pangan olahan (BPOM RI, 2020). Berdasarkan survei pada tahun 2016 dan 2017 terkait pembacaan label pangan olahan yang dilakukan BPOM RI menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat Indonesia untuk membaca label masih rendah (BPOM RI, 2019b)

Remaja memiliki potensi yang besar sebagai konsumen pangan kemasan dengan mayoritas pilihan produk lebih tinggi gula, garam dan lemak (Brown, 2016). Masa remaja merupakan salah satu periode dalam daur kehidupan manusia ketika memasuki masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa mulai dari 10 hingga 19 tahun (Damayanti *et al.*, 2017). Usia remaja dapat menjadi periode rentan masalah gizi karena perubahan pertumbuhan dan perkembangan yang cepat pada masa ini berdampak pada kebutuhan zat gizi yang lebih tinggi (Brown, 2016).

Berdasarkan data hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, ditemukan bahwa remaja Indonesia usia 15-19 tahun sebesar 35,3% memiliki kebiasaan konsumsi makanan tinggi gula dan 45,8% memiliki kebiasaan konsumsi minuman tinggi gula ≥ 1 kali per hari. Remaja yang memiliki kebiasaan konsumsi makanan tinggi garam ≥ 1 kali per hari sebanyak 32,2%, dan makanan tinggi lemak ≥ 1 kali per hari sebanyak 39,8%. Sebanyak 44,2% remaja pun tidak tahu bahaya dari konsumsi makanan dan minuman berisiko ini (Kemenkes, 2024).

Data Survei Kesehatan Indonesia 2024 tersebut menunjukkan bahwa konsumsi gula, garam dan lemak pada remaja masih tinggi. Kebiasaan ini dapat timbul salah satunya karena rendahnya kemampuan untuk membaca label informasi nilai gizi. Penting bagi remaja untuk memahami informasi nilai gizi karena perilaku membaca label informasi gizi yang baik dapat menjadi dasar kepedulian untuk mengendalikan perilaku makan sehingga mencegah terjadinya suatu masalah gizi dan penyakit.

Berdasarkan penelitian Miller *et al.* (2016) membuktikan bahwa individu yang sebelumnya memiliki pengetahuan gizi yang baik lebih sering membaca label informasi gizi. Sikap individu terhadap label informasi nilai gizi juga berhubungan secara bermakna dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi (Melinda & Farida, 2021). Penelitian Giró-Candanedo *et al.* (2022) menunjukkan bahwa individu yang mengikuti diet khusus lebih sering membaca label informasi nilai gizi. Penelitian Darajat *et al.* (2016) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kemampuan membaca label informasi nilai gizi dengan kepatuhan membaca label informasi nilai gizi. Penelitian lain oleh Sukmawati & Sartika (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara paparan media tentang label informasi nilai gizi dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perilaku membaca label informasi gizi pada siswa sekolah masih tergolong rendah. Penelitian perilaku membaca label informasi gizi pada siswa SMK Farmasi Harapan Massa Depok tergolong kurang dengan persentase sebesar 78,6% (Sinaga & Simanungkalit, 2019). Penelitian lain SMA Widya Nusantara Kota Bekasi juga menunjukkan perilaku membaca label gizi lebih jarang dengan persentase sebesar 51,2% (Sukmawati & Sartika, 2022).

SMA Negeri 1 Singaparna merupakan salah satu jenjang pendidikan sekolah menengah atas di Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Agustin (2024) SMA 1 Singaparna bahwa mayoritas siswa masih mengonsumsi gula garam

dan lemak yang berlebih dan 38,6% siswa jarang membaca label informasi nilai gizi. Selain itu berdasarkan data Puskesmas Singaparna (2024) ditemukan bahwa masalah gizi yang dominan pada siswa SMAN 1 Singaparna adalah gizi lebih sebanyak 143 orang (11,8%).

Peneliti melakukan studi pendahuluan kepada 21 siswa -siswi ditemukan bahwa mereka pernah melihat label informasi nilai gizi akan tetapi mayoritas 62% siswa -siswi tidak pernah membaca label informasi nilai gizi. Mereka juga tidak pernah membaca secara rinci jenis informasi pada label informasi nilai gizi seperti keterangan takaran saji, jumlah saji, energi, lemak total, karbohidrat, protein, persentase AKG, garam, gula dan acuan AKG. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja dalam membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024.

B. Rumusan Masalah

1. Masalah Umum

Apakah faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja dalam membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024?

2. Masalah Khusus

- a. Apakah terdapat hubungan pengetahuan label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024?

- b. Apakah terdapat hubungan sikap terhadap label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024?
- c. Apakah terdapat hubungan kemampuan membaca label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024?
- d. Apakah terdapat hubungan diet khusus dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024?
- e. Apakah terdapat hubungan antara paparan media tentang label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja dalam membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis hubungan pengetahuan mengenai label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024.
- b. Menganalisis hubungan sikap terhadap label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna Tahun 2024.

- c. Menganalisis hubungan kemampuan membaca label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singapura Tahun 2024.
- d. Menganalisis hubungan diet khusus dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singapura Tahun 2024.
- e. Menganalisis hubungan antara paparan media tentang label informasi nilai gizi dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singapura Tahun 2024.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Masalah yang diteliti adalah faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja dalam membaca label Informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singapura Tahun 2024.

2. Lingkup Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian observasional dan pendekatan desain studi *cross sectional*

3. Lingkup Keilmuan

Topik keilmuan dalam penelitian ini adalah Gizi Masyarakat.

4. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan SMA Negeri 1 Singapura.

5. Lingkup Sasaran

Sasaran subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas X, XI dan XII SMA Negeri 1 Singapura Tahun 2024.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus - Desember 2024.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi/Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi rekomendasi bagi instansi SMA Negeri 1 Singaparna untuk dapat meningkatkan kepatuhan membaca label informasi nilai gizi sebagai upaya dalam meningkatkan derajat Kesehatan siswa.

2. Bagi Program Studi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan bagi Program Studi Gizi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja dalam membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna.

3. Bagi Keilmuan Gizi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi keilmuan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja dalam membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan wawasan keilmuan peneliti mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja dalam membaca label informasi nilai gizi pada siswa SMA Negeri 1 Singaparna.