

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU
MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI PADA
REMAJA MTs ISTIQLAL DELITUA**



**AUDRY GLADISTIYA SITORUS
P01031121105**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2024**

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU
MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI PADA
REMAJA MTs ISTIQLAL DELITUA**

**Karya Tulis Ilmiah diajukan sebagai salah satu syarat untuk
menyelesaikan Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



**AUDRY GLADISTIYA SITORUS
P01031121105**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

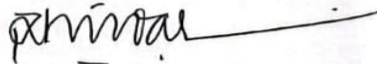
Judul : Hubungan Tingkat Pengetahuan
Dengan Perilaku Membaca Label
Informasi Nilai Gizi Pada Remaja MTs
Istiqlal Delitua

Nama Mahasiswa : Audry Gladistiya Sitorus

Nomor Induk Mahasiswa : P010311121105

Program Studi : Diploma III

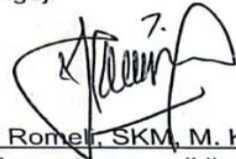
Menyetujui :



Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M. Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Dr. Herta masthalina, SKM, MPH
Anggota penguji I



Fauzi Romel, SKM, M. Kes
Anggota penguji II



Riris Oppusunggu, S. Pd, M. Kes
NIP. 196906231990032001

Tanggal lulus : 30 – Juli – 2024

ABSTRAK

AUDRY GLADISTIYA SITORUS “HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI PADA REMAJA MTs ISTIQLAL DELITUA” (DIBAWAH BIMBINGAN PROF. DR. IR. ZURAIDAH NASUTION, M. KES)

Badan Perlindungan Konsumen Nasional melaporkan bahwa hanya 7,9% konsumen Indonesia yang membaca dan memperhatikan label informasi nilai gizi produk pangan dalam kemasan. Permenkes tahun 2014 menyatakan bahwa sangat penting untuk membaca label makanan yang ada pada kemasan, terutama informasi tentang kandungan zat gizi sebelum membeli dan mengonsumsi makanan. Dampak tidak membaca label informasi nilai gizi yaitu kesulitan memahami kandungan gizi, kurang kesadaran tentang kesehatan, kesulitan mengontrol asupan kalori.

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada remaja MTs Istiqlal Delitua.

Penelitian ini dilakukan di MTs Istiqlal Delitua dilakukan pada bulan Januari 2024. Metode yang digunakan yaitu kuantitatif dengan rancangan penelitian cross sectional. Sampel sebanyak 72 orang didapat dengan teknik Random Sampling. Pengumpulan data pengetahuan dan perilaku menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan membaca label informasi nilai gizi dalam kategori baik sebanyak 75% dan perilaku membaca label informasi nilai gizi dalam kategori baik sebanyak 31,9%. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan membaca label informasi nilai gizi yaitu $p = 0,001 < 0.05$.

Kesimpulan penelitian ini bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku membaca label informasi nilai gizi. Diharapkan sekolah dapat mengedukasi para siswa/ tentang pentingnya membaca label informasi nilai gizi serta membiasakan para siswa membaca label kemasan sebelum membeli dan mengkonsumsinya.

Kata Kunci : Label Informasi Nilai Gizi, Pengetahuan, Perilaku, Remaja

ABSTRACT

AUDRY GLADISTIYA SITORUS "CORRELATION BETWEEN KNOWLEDGE LEVEL WITH READING BEHAVIOR OF NUTRITIONAL INFORMATION LABELS OF ADOLESCENTS IN MTs ISTIQLAL DELITUA" (CONSULTANT: ZURAIDAH NASUTION)

The National Consumer Protection Agency reported that only 7.9% of Indonesian consumers read and pay attention to the nutritional information labels of packaged food products. The 2014 Minister of Health Regulation stated that it is very important to read food labels on packaging, especially information about nutritional content before buying and consuming food. The impact of not reading the nutritional information label is difficulty in understanding nutritional content, lack of health awareness, and difficulty in controlling calorie intake.

The study aimed to determine the correlation between the level of knowledge and the behavior of reading nutritional information labels in adolescents at MTs Istiqlal Delitua.

This study was conducted at MTs Istiqlal Delitua in January 2024. The method used was quantitative with a cross-sectional research design. A sample of 72 people was obtained using the Random Sampling technique. Data collection on knowledge and behavior used a questionnaire.

The study results showed that the level of knowledge of reading nutritional information labels in the good category was 75% and the behavior of reading nutritional information labels in the good category was 31.9%. There was a correlation between the level of knowledge and reading nutritional information labels, namely $p = 0.001 < 0.05$.

This study concludes that there was a correlation between the level of knowledge and the behavior of reading nutritional information labels. It is hoped that schools can educate students about the importance of reading nutritional information labels and get students used to reading packaging labels before buying and consuming them.

Keywords: Nutritional Value Information Label, Knowledge, Behavior, Adolescents



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul **“HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI PADA REMAJA MTs ISTIQLAL DELITUA”**.

Penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dalam menyusun karya ini. Dengan ini, penulis dengan tulus mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Ibu Prof. Dr. Ir . Zuraidah Nasution, M. Kes selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasehat serta motivasi kepada penulis.
3. Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH penguji 1 penulis.
4. Fauzi Romeli, SKM, M. Kes penguji 2 penulis.
5. Bapak Drs.H.Muchtar Effendy selaku kepala sekolah Istiqlal Delitua
6. Bapak Ramlan selaku guru di MTS Istiqlal Delitua yang telah banyak membantu saya.
7. Kedua orang tua saya yang juga telah banyak membantu dan mendukung saya.
8. Teman-teman seperjuangan saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang sudah bersama-sama berjuang dalam penyusunan penelitian.

Penulis menerapkan bahwa hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi yang membaca, penulis menyadari bahwa hasil penelitian ini masih ada kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan sumbang saran dari semua pihak dalam penyempurnaan usulan penelitian ini.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Label Informasi Nilai Gizi.....	5
B. Manfaat Membaca Label Informasi Nilai Gizi	8
C. Fungsi Label Informasi Nilai Gizi.....	9
D. Bahaya Tidak Membaca Label Informasi Nilai Gizi	10
E. Faktor yang Berhubungan dengan Pembacaan Label Informasi Nilai Gizi	11
F. Anak Usia Sekolah Menengah Pertama.....	11
G. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku.....	11
H. Perilaku Membaca Label Nilai Gizi	13
I. Pengetahuan	14
J. Kerangka Konsep	16
K. Definisi Operasional	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian	18
B. Jenis Dan Rancangan Penelitian	18
C. Populasi dan Sampel.....	18

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	20
a. Pengolahan dan Analisis Data.....	21
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	23
A. Hasil Penelitian	23
B. Hasil Analisis Univariat.....	24
C. Hasil Analisis Bivariat	27
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	29
A. Kesimpulan	29
B. Saran.....	29
DAFTAR PUSTAKA.....	30

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Informasi Nilai Gizi Zat Gizi Utama Format Vertikal.....	6
Tabel 2. Tabel Informasi Nilai Gizi Zat Gizi Lengkap Format Vertikal	6
Tabel 3. Informasi Nilai Gizi Zat Gizi Utama Format Horizontal	7
Tabel 4. Informasi Nilai Gizi Zat Gizi Lengkap Format.....	7
Tabel 5. Definisi Operasional	17
Tabel 6. Proporsi Sampel tiap kelas	19
Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Kelas	24
Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	24
Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Umur	25
Tabel 10. Tingkat Pengetahuan Responden dalam Membaca Label Informasi Nilai Gizi.....	25
Tabel 11. Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi.....	26
Tabel 12. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi.....	27

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep.....	17
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent.....	33
Lampiran 2. Kuesioner Penelitian	34
Lampiran 3. Bukti Bimbingan	38
Lampiran 4. Master Tabel.....	41
Lampiran 5. Output Pengolahan SPSS	46
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian	49
Lampiran 7. Surat Balasan	50
Lampiran 8. Ethical Clearence	51
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	52