

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masyarakat harus dapat membaca label pada makanan dan minuman kemasan agar dapat memahami anjuran untuk mengurangi konsumsi makanan seperti gula, garam, dan lemak sebagai akibat dari meningkatnya penjualan makanan dan minuman kemasan. Penelitian lain menunjukkan bahwa kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan kemasan berhubungan dengan penimbunan lemak dalam tubuh serta meningkatkan resiko overweight dan obesitas sentral (Dewi et al. 2023). Pola makan yang tidak sehat menjadi penyebab banyak kematian di seluruh dunia setiap tahunnya dan dapat menyebabkan meningkatnya risiko kematian akibat penyakit tidak menular (Illavina and Kusumaningati 2022).

Mengabaikan label nutrisi pada makanan kemasan juga dapat merugikan kesehatan seseorang. Memahami label informasi gizi merupakan salah satu dari 13 aspek gizi seimbang yang harus dialami konsumen (Tsalissavrina, I., A. Murdiati, S. Raharjo 2022). Pedoman gizi seimbang mencakup 10 pesan, salah satunya adalah "Membiasakan diri membaca label makanan pada makanan dan minuman kemasan." Hal ini juga disertakan dalam pesan tersebut" (PERMENKES 2014).

Karena tidak membaca label nutrisi, konsumen membuat pilihan makanan yang tidak bijaksana yang memperburuk kesehatan mereka. Konsumsi gula dan lemak lebih tinggi di antara mereka yang tidak membaca label nutrisi dibandingkan mereka yang membacanya (Fitri, Metty, and Yulianti 2020).

Berdasarkan dari data BPKN (Badan Perlindungan Konsumen Nasional) Menurut BPOM RI (2011), hanya 7,9% konsumen Indonesia yang membaca dan memperhatikan label informasi gizi pada makanan kemasan. Menurut penelitian Mahfudhin dan Kurnia tahun 2021, masing-masing sebesar 51,7% dan 53,4% responden menunjukkan pemahaman dan perilaku yang baik terhadap label informasi gizi.

Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) Nomor 26 Tahun 2021 Mengenai Data Gizi pada Label Pangan Olahan Menurut Pasal 2, pelaku usaha yang memproduksi atau menjual pangan olahan wajib mencantumkan informasi gizi pada label produk. Edukasi mengenai label informasi gizi merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam membaca label tersebut (Illavina and Kusumaningati 2022).

Karena mereka dapat mendidik individu tentang label informasi gizi yang telah diteliti dan digunakan dalam kehidupan sehari-hari, ahli gizi memainkan peran penting dalam kehidupan Masyarakat (Mahfudhin and Kurnia 2021). Konsumen, terutama mereka yang mengalami obesitas, harus mampu mengatur asupan makanan mereka dengan membaca label informasi nutrisi. Label dengan informasi nutrisi dapat membantu mereka dalam pemilihan dan pengelolaan makanan (BPOM RI 2011).

Untuk memudahkan pelanggan menemukan informasi yang akurat dan mudah dipahami tentang komposisi gizi makanan dan minuman kemasan sebelum mengonsumsinya, label informasi gizi dicantumkan pada kemasan makanan dan minuman (Pane 2021). Jika konsumen membaca label informasi pada kemasan pangan dengan saksama, mereka dapat benar-benar memilih pangan yang sesuai dengan kebutuhan dan membatasi penggunaan pangan tersebut. Setidaknya ada tujuh informasi yang dicantumkan pada label pangan untuk makanan dan minuman kemasan: nama produk, berat bersih dan/atau isi bersih, nama dan alamat perusahaan yang membuat atau mengimpor barang kemasan ke Indonesia, daftar bahan dan komposisi, tanggal atau kode kedaluwarsa, tanggal produksi, dan terakhir, nomor registrasi yang tercantum (Fitri, Nurul, Metty Yuliati 2020).

Menurut Permenkes tahun 2014, sangat penting untuk membaca label makanan yang ada pada kemasan, terutama informasi tentang kandungan zat gizinya, sebelum membeli dan mengonsumsi makanan tersebut. Studi di Sri Lanka menunjukkan bahwa orang-orang di sana lebih

sering membaca label gizi karena penyakit jangka panjang mereka. This is done to assist them in making meal plans (Prathiraja 2018).

Sembilan dari sepuluh siswa MTS Istiqlal Delitua tidak membaca label informasi gizi, menurut hasil survei pendahuluan. Oleh karena itu, peneliti bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara tingkat pengetahuan remaja yang membaca label informasi gizi di MTs Istiqlal Delitua. Madrasah Tsanawiyah (MTs) adalah istilah untuk jenjang pendidikan formal sekolah menengah pertama di Indonesia. Sekolah Menengah Pertama (MTs), yang berlangsung dari kelas 7 hingga 9, diawasi oleh Kementerian Agama dan berlangsung selama tiga tahun. Kurikulum di MTs sama dengan kurikulum di sekolah menengah pertama, kecuali waktu yang lebih banyak untuk pelajaran agama Islam.

Salah satu sekolah yang terdapat MTs adalah di sekolah istiqlal yang berada di daerah perbatasan Delitua-Medan lebih tepatnya di jalan stasiun, suka makmur dan sekolah tersebut mempunyai siswa/ I mulai dari tingkat SMP/MTs hingga SLTA. Pada saat jam istirahat tiba siswa/ I MTs Istiqlal Delitua pergi ke kantin untuk membeli jajanan kemasan, saat membeli jajanan kemasan kebanyakan dari mereka tidak memperhatikan atau membaca label informasi nilai gizi pada produk kemasan yang mereka beli di kantin sekolah, mereka hanya membeli dan langsung memakan jajan kemasan tersebut, hanya sebagian siswa/ I saja yang memperhatikan tanggal kadaluarsanya.

Oleh karena itu peneliti ingin kembali ke sekolah tersebut untuk memberikan pemahaman tentang label informasi nilai gizi kepada siswa MTS Istiqlal tersebut. Disamping itu sebelumnya, belum pernah ada penelitian tentang hubungan Peneliti tertarik melakukan penelitian di MTs Istiqlal Delitua karena tingkat kesadaran remaja terhadap perilaku membaca label informasi gizi di MTS Istiqlal Delitua masih rendah.

B. Perumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Remaja Mts Istiqlal Delitua?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Remaja Mts Istiqlal Delitua

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai tingkat pengetahuan membaca label informasi nilai gizi pada siswa MTS Istiqlal Delitua.
- b. Menilai tingkat perilaku membaca label informasi nilai gizi pada siswa MTS Istiqlal Delitua.
- c. Menilai hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi peneliti

sebagai informasi yang dapat digunakan peneliti untuk mengasah kemampuan praktis dan memperluas perspektif mereka saat mengumpulkan dan menyusun publikasi ilmiah.

2. Bagi institusi

memberikan informasi tentang masalah hubungan antara kebiasaan remaja membaca label nutrisi dan tingkat pengetahuan mereka.

3. Bagi akademik

Sebagai keuntungan yang dapat dimanfaatkan pembaca secara menguntungkan, menjelaskan kepada mereka hubungan antara pengetahuan pembaca dan praktik mereka dalam membaca label nutrisi.