

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia saat ini sedang menghadapi beban ganda permasalahan gizi seperti gizi kurang yang dikaitkan dengan masalah stunting, dan gizi lebih yang dikaitkan dengan Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti kanker, diabetes melitus, obesitas, hipertensi, dan PTM lainnya (Sukmawati dan Sartika, 2022). Hasil survei prevalensi PTM oleh Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 menunjukkan prevalensi PTM mengalami kenaikan dari hasil Riskesdas Tahun 2013. PTM yang mengalami kenaikan antara lain kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus, dan hipertensi. Prevalensi kanker di Indonesia naik dari 1,4% menjadi 1,79%, prevalensi stroke naik dari 7% menjadi 10,9%, prevalensi penyakit ginjal kronis naik dari 2% menjadi 3,8%. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, penyakit hipertensi naik dari 25,8% menjadi 34,11. Prevalensi diabetes melitus cenderung tetap yakni 1,5% (Riskesdas, 2018).

Prevalensi PTM Tahun 2018 di Jawa Timur juga mengalami kenaikan dari hasil Riskesdas Tahun 2013. Prevalensi kanker dari 1,6% menjadi 2,17%, prevalensi stroke dari 9,1% menjadi 12,4%, dan prevalensi hipertensi dari 26,8% menjadi 36,32%. Prevalensi penyakit ginjal kronis cenderung tetap yakni 3% dan prevalensi diabetes melitus turun dari 2,1% menjadi 2,02%. Kabupaten Jember sendiri prevalensi kanker sebesar 2%, prevalensi stroke 20,8%, dan prevalensi penyakit ginjal kronis 5% di Tahun 2013. Prevalensi diabetes melitus naik dari 1,2% menjadi 1,45%, dan penyakit hipertensi dari 27,4% menjadi 39,18% (Riskesdas, 2018). Data tersebut menunjukkan bahwa prevalensi PTM di Kabupaten Jember cenderung mengalami kenaikan.

Peningkatan permasalahan gizi salah satunya disebabkan oleh kurangnya perhatian masyarakat dalam memerhatikan keamanan mutu pangan, gizi, dan kecukupannya termasuk pola konsumsi pangan tiap individu. Pola konsumsi masyarakat saat ini cenderung memilih mengonsumsi makanan kemasan. Makanan kemasan dianggap lebih praktis, mudah didapatkan, dan mudah dibawa sehingga semakin diminati oleh masyarakat. Tanpa disadari, makanan kemasan

yang beredar saat ini mengandung gula, garam, dan lemak yang berlebih (Novitamanda *et al.*, 2020). Selain itu, makanan kemasan juga mengandung sodium, asam lemak jenuh, lemak trans, maupun bahan pengawet yang sengaja ditambahkan pada produk makanan kemasan (Widiawati dan Komalasari, 2020). Data nasional terkait prevalensi makanan yang paling banyak dikonsumsi masyarakat berusia lebih dari 10 tahun adalah pangan yang berpenyedap sebesar 77,8%, manis 68,1%, berkafein 36,5%, dan asin 24,5% (Fitri *et al.*, 2020). Mengonsumsi makanan kemasan secara berlebihan mampu mempengaruhi peningkatan prevalensi penyakit degeneratif. Kecenderungan pola konsumsi masyarakat yang mengonsumsi pangan kemasan disebabkan karena faktor kesibukan, gaya hidup, dan sebagainya (Widiawati dan Komalasari, 2020).

Pola konsumsi pangan yang tidak tepat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan terkait gizi, sehingga pengetahuan terhadap pemilihan makanan kemasan yang sehat juga rendah. Setiap makanan kemasan, pasti memuat label pangan yang berisi informasi produk. Label pangan berpengaruh terhadap pemilihan makanan yang aman dan sesuai dengan kebutuhan konsumen. Salah satu label informasi pada label pangan adalah label gizi yang bertujuan dalam memberikan informasi/keterangan nilai gizi produk sehingga dapat membantu konsumen dalam memilih pangan kemasan yang sehat (Sukmawati dan Sartika, 2022). Konsumen yang tidak membaca label gizi cenderung mengonsumsi produk pangan yang lebih tinggi lemak, kolesterol, dan gula dibandingkan dengan konsumen yang membaca label gizi (Fitri *et al.*, 2020). Terkait hal ini, Badan POM mengajak untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam memahami dan mendukung pola konsumsi yang sehat melalui regulasi pelabelan gizi produk pangan. Pelabelan gizi pada produk pangan merupakan salah satu strategi dalam mencegah PTM dan risiko permasalahan gizi (BPOM, 2019).

Sebesar 55% dari 2.992 subjek pada penelitian di Malaysia tidak pernah membaca label gizi dan hanya 23% subjek yang selalu membaca label gizi pada produk pangan berkemasan (Ambak *et al.*, 2018). Badan Perlindungan Konsumen Nasional Indonesia mengungkapkan bahwa kesadaran masyarakat dalam memperhatikan komposisi dan nilai gizi pada produk pangan masih sangat rendah

yakni hanya 7,9% di tahun 2013 (BPKN Depdag RI, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Sinaga dan Simanungkalit (2019) menunjukkan bahwa sebesar 78,6% perilaku membaca label informasi nilai gizi responden tergolong kurang. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Melinda dan Farida, 2021) bahwa sebesar 61% perilaku membaca label informasi nilai gizi responden tergolong kurang. Padahal, membiasakan membaca label informasi gizi merupakan salah satu pesan umum gizi seimbang yang harusnya dilakukan oleh konsumen. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat Indonesia terhadap pentingnya membaca label informasi nilai gizi pada makanan kemasan masih rendah (Kementrian Kesehatan RI, 2014).

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi individu dalam membaca label informasi gizi diantaranya umur, pendidikan, jenis kelamin, sikap terhadap kesehatan, pengetahuan gizi, dan waktu berbelanja (Sukmawati dan Sartika, 2022). Pendidikan dikaitkan dengan penggunaan dan pemahaman label gizi pangan tiap individu. Konsumen yang memiliki pendidikan tinggi biasanya lebih mudah dalam memahami informasi gizi produk pangan dan mudah membandingkan produk kemasan menggunakan label yang tertera dibandingkan dengan konsumen yang memiliki pendidikan lebih rendah (Dumoitier *et al.*, 2019). Meningkatnya pengetahuan mengenai label gizi produk pangan dapat meningkatkan kepedulian terhadap membaca label gizi produk pangan sebelum seseorang memutuskan untuk mengonsumsi produk kemasan (Novitamanda *et al.*, 2020). Jenis kelamin mampu mempengaruhi seseorang dalam mengambil sikap terkait pemilihan makanan. Perempuan lebih memungkinkan menggunakan label informasi dalam produk pangan kemasan. Hal ini berkaitan dengan perempuan peduli terhadap kesehatan dan pengaturan diet yang dijalaninya (Melinda dan Farida, 2021). Namun, laki-laki tidak menutup kemungkinan bahwa laki-laki justru tergolong lebih baik dalam perilaku membaca label gizi (Sinaga dan Simanungkalit, 2019).

Sikap individu terhadap kesehatan dapat memengaruhi individu dalam meningkatkan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi produk. Individu yang memiliki sikap baik terhadap kesehatan cenderung memiliki kebiasaan yang

baik dalam membaca label gizi produk pangan. Individu yang memiliki masalah kesehatan cenderung membaca label gizi pada produk yang akan dikonsumsi (Novitamanda *et al.*, 2020). Diet khusus yang dilakukan seseorang memengaruhi dalam kebiasaan membaca label informasi gizi. Orang dewasa dengan persepsi kualitas diet yang baik lebih sering membaca label informasi gizi dibandingkan dengan orang dewasa yang tidak sedang menjalankan diet khusus (Buyuktuncer *et al.*, 2018).

Ady dan Sumarmi (2019) menyatakan alasan subjek jarang membaca serta memperhatikan label gizi pada produk kemasan adalah karena kurangnya waktu untuk memperhatikan label gizi kemasan. Selain itu, sebagian besar subjek beralasan bahwa membaca label gizi membuat subjek malas karena tidak memahami bagaimana cara membaca dan memahami label gizi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Cina bahwa label informasi gizi pada produk pangan tidak mudah untuk dipahami (Huang *et al.*, 2021). Alasan lain seseorang tidak membaca label gizi adalah malas, lupa, tidak tertarik, dan label gizi produk tidak menarik (Yaumu *et al.*, 2022). Tidak memperhatikan label gizi dapat menimbulkan perkembangan penyakit yang berhubungan dengan gizi berlebihan atau kurang. Kelebihan mengonsumsi zat gizi tertentu dan kelebihan kalori berpengaruh terhadap kualitas kesehatan yang jika tidak diperhatikan menyebabkan obesitas dan penyakit degeneratif lainnya (Yaumu *et al.*, 2022).

Berdasarkan data yang ada, diperlukan analisis mengenai faktor-faktor yang memengaruhi individu dalam memilih bahan pangan yang akan dikonsumsi khususnya pada produk pangan kemasan. Perilaku membiasakan diri untuk membaca label informasi nilai gizi produk pangan kemasan sangat penting untuk dilakukan guna mempermudah konsumen memilih produk pangan yang aman dan sesuai dengan kebutuhannya, terutama terkait pembatasan gula, garam, dan lemak (Melinda dan Farida, 2021). Perilaku membaca label produk pangan khususnya label informasi gizi dapat digunakan sebagai salah satu usaha dalam tindakan preventif dan promotif dalam memelihara kesehatan individu. Mahasiswa sebagai konsumen aktif terhadap produk pangan kemasan diharapkan mampu memahami dan memilih produk pangan dengan mempertimbangkan kesehatannya.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan kepada mahasiswa di Perguruan Tinggi Kabupaten Jember menunjukkan bahwa sebanyak 75,2% mahasiswa sering membeli produk pangan kemasan. Sebanyak 41,6% mahasiswa membeli produk pangan kemasan sebanyak 1-3 kali dalam seminggu, 46,6% sebanyak 4-6 kali dalam seminggu, dan 12,4% sebanyak >7 kali dalam seminggu. Saat membeli produk pangan kemasan, sebanyak 62,7% mahasiswa jarang bahkan tidak pernah membaca label gizi produk pangan kemasan yang dibeli. Adapun alasan mahasiswa tidak membaca label gizi pada produk pangan kemasan adalah karena tidak memiliki cukup waktu untuk membacanya. Selain itu, mahasiswa menganggap harga produk jauh lebih penting dibandingkan zat gizi dalam produk. Sebanyak 39% mahasiswa tidak membaca label gizi produk karena tidak paham dan tidak mengerti fungsinya, 10,5% merasa tidak penting untuk dibaca, dan 17,1% tidak tertarik untuk membaca label gizi dari produk yang dibeli. Dari hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti terkait determinan perilaku membaca label gizi produk pangan pada mahasiswa di Kabupaten Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Determinan Perilaku Membaca Label Gizi Produk Pangan Kemasan pada Mahasiswa di Kabupaten Jember?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui determinan perilaku membaca label gizi produk pangan kemasan pada mahasiswa di Kabupaten Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengkaji gambaran karakteristik individu yaitu jenis kelamin mahasiswa di Kabupaten Jember.
- b. Mengkaji gambaran diet khusus mahasiswa di Kabupaten Jember.
- c. Mengkaji gambaran pengetahuan terkait gizi dan label gizi mahasiswa di Kabupaten Jember.

- d. Mengkaji gambaran sikap individu terhadap label gizi mahasiswa di Kabupaten Jember.
- e. Menganalisis hubungan karakteristik individu yaitu jenis kelamin dengan perilaku membaca label gizi produk pangan kemasan oleh mahasiswa di Kabupaten Jember.
- f. Menganalisis hubungan diet khusus dengan perilaku membaca label gizi produk pangan kemasan oleh mahasiswa di Kabupaten Jember.
- g. Menganalisis hubungan pengetahuan terkait gizi dan label gizi dengan perilaku membaca label gizi produk pangan kemasan oleh mahasiswa di Kabupaten Jember.
- h. Menganalisis hubungan sikap individu terhadap label gizi dengan perilaku membaca label gizi produk pangan kemasan oleh mahasiswa di Kabupaten Jember.
- i. Menganalisis faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perilaku membaca label gizi produk pangan kemasan oleh mahasiswa di Kabupaten Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Peneliti dapat menerapkan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan selama kuliah, mendapatkan pengalaman, pengetahuan, dan keterampilan aplikatif dalam melakukan penelitian ilmiah.

1.4.2 Bagi Masyarakat atau Subjek

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada mahasiswa sebagai usia dewasa awal agar lebih memerhatikan pola pemilihan produk pangan dengan memilih produk pangan yang aman dan sesuai dengan kebutuhannya melalui kebiasaan membaca label gizi.

1.4.3 Bagi Program Studi

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan referensi bagi mahasiswa lain dalam perkembangan ilmu dan dapat dipergunakan sebagai data dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut.