

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan informasi statistik menyatakan bahwa nilai penjualan pangan kemasan di Indonesia mengalami pertumbuhan yaitu bernilai 56 miliar dolar AS pada tahun 2020, meningkat dari 33 miliar dolar pada tahun 2015 (Statista, 2020). Hal ini sejalan dengan konsumsi makanan kemasan yang terus meningkat yang berakibat pada tingginya produksi pangan kemasan. World Health Organization (2022) menyatakan bahwa saat ini pola makan masyarakat mengalami perubahan karena produksi pangan olahan yang meningkat dan gaya hidup. Rasa ketergantungan terhadap makanan kemasan semakin marak terjadi, terutama di kalangan pelajar. Sedikitnya satu bungkus pangan kemasan dikonsumsi per hari (Riyanti *et al.*, 2020). Peningkatan konsumsi makanan kemasan terjadi karena kesibukan masyarakat dan gaya hidup. Berdasarkan pola konsumsi tersebut, kita perlu menyadari bahwa makanan kemasan mengandung tinggi natrium, gula, asam lemak jenuh, asam lemak trans, dan bahan pengawet (WHO, 2004). Orang-orang yang mengonsumsi makanan kemasan maupun makanan cepat saji dalam ukuran lebih besar dari takaran saji dapat memaksimalkan angka penyakit degeneratif di dunia (WHO, 2022). Hal tersebut dibuktikan dengan hasil Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 yang memperlihatkan lonjakan prevalensi penyakit degeneratif, antara lain, diabetes melitus, hipertensi, dan obesitas masing-masing pada angka 1,7%, 29,2%, dan 23,4% (Kementerian Kesehatan, 2023).

WHO (2022) merekomendasikan pemberian label pada makanan kemasan untuk penerapan pola makan yang lebih sehat. Strategi ini juga telah pemerintah keluarkan untuk menurunkan prevalensi penyakit tidak menular. Akan tetapi, beberapa studi menunjukkan kebiasaan membaca label gizi tergolong rendah. Menurut survei Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) pada tahun 2013, menyampaikan bahwasanya rendahnya kesadaran masyarakat untuk memperhatikan kelengkapan label pada pangan yaitu hanya 7,9%. Padahal membaca label makanan adalah anjuran yang terkandung dalam

Pedoman Gizi Seimbang (Kemenkes, 2014), namun pesan ini belum banyak diterapkan oleh masyarakat.

Selain perilaku membaca label yang kurang baik, pemahaman masyarakat terhadap label pangan juga masih rendah. BPOM melakukan survei di tahun 2015 pada 450 mahasiswa di DKI Jakarta mengemukakan bahwa hanya 33% yang memahami dengan jelas label pangan dan sebagian besarnya yaitu 67% tidak memahami dengan jelas label pangan (Widiawati & Komalasari, 2020). Padahal memahami dan menerapkan kaidah pemilihan label pangan merupakan hal yang seharusnya dilakukan oleh setiap orang, khususnya mahasiswa. Mahasiswa sebagai agen perubahan harus mampu memahami dan menerapkan pemilihan label pangan yang tepat agar dapat menjadi contoh bagi masyarakat (Widiawati & Komalasari, 2020).

Informasi yang sangat dibutuhkan bagi konsumen pada label pangan salah satunya adalah label informasi nilai gizi. Informasi nilai gizi ialah daftar kandungan zat gizi dan non zat gizi pangan kemasan yang dijual sesuai dengan format yang telah dibakukan (BPOM, 2021). Label informasi nilai gizi ini didalamnya mengandung informasi pada kemasan agar masyarakat dapat memilih pangan olahan sesuai kebutuhan gizi. Perilaku membiasakan diri untuk membaca label informasi nilai gizi pada kemasan pangan sangat diperlukan untuk memudahkan masyarakat dalam memilih pangan sesuai dengan kebutuhannya, terutama terkait dengan kandungan dalam pangan yang perlu dibatasi seperti gula, garam, dan lemak (Kemenkes, 2014).

Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya merupakan salah satu institusi kesehatan yang terdapat Jurusan Gizi. Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui survei *online* pada 26 mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Tasikmalaya di bulan Desember 2023 dapat diketahui bahwa 96,2% dari mereka suka mengonsumsi makanan ataupun minuman kemasan. Alasan memilih makanan kemasan yaitu karena keterbatasan waktu untuk membeli makanan lain dan juga lebih praktis untuk dibawa dan dikonsumsi. Akan tetapi, 38,5% mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Tasikmalaya tidak terbiasa membaca label informasi nilai gizi sebelum mengonsumsi makanan kemasan. Kandungan zat gizi pada pangan kemasan bukan menjadi pertimbangan utama mahasiswa

gizi dalam memilih makanan kemasan, melainkan citarasa dan harga produk tersebut. Mahasiswa sebagai konsumen penting bagi pelaku bisnis dalam menjual berbagai makanan termasuk makanan kemasan. Oleh karena itu, mahasiswa sebagai konsumen diharapkan bijak dalam memilih produk pangan terutama kandungan gizi pada pangan kemasan tersebut.

Pengetahuan tentang label informasi nilai gizi merupakan bagian dari materi perkuliahan mahasiswa gizi di kurikulum pembelajaran pendidikan gizi. Mahasiswa gizi yang sudah dibekali pengetahuan tentang informasi label gizi, diharapkan mahasiswa gizi mampu memahami, mengawasi, dan mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan agar dapat memberikan contoh yang baik bagi masyarakat. Hal tersebut dapat tercermin melalui kemampuan yang baik dalam membaca label informasi gizi serta sudah terbiasa membaca label informasi nilai gizi. Oleh karena itu, untuk membuat kesimpulan mengenai sejauh mana pemahaman dan praktik mahasiswa Jurusan Gizi terhadap label informasi nilai gizi diperlukan penelitian mengenai bagaimana kemampuan dan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi pada mahasiswa Jurusan Gizi di Poltekkes Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana kemampuan dan kebiasaan membaca label informasi gizi pada Mahasiswa Jurusan Gizi di Poltekkes Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran bagaimana kemampuan dan kebiasaan membaca label informasi gizi pada mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran kemampuan membaca label informasi gizi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Tasikmalaya
- b. Mengetahui gambaran kebiasaan membaca label informasi gizi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Tasikmalaya

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran kemampuan dan kebiasaan membaca label informasi gizi pada mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Tasikmalaya serta dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman nyata dalam melakukan penelitian serta sebagai media pembelajaran untuk mengimplementasikan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama masa perkuliahan.

b. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat menambah sumber kepustakaan untuk pengembangan penelitian selanjutnya dan menambah informasi serta pemahaman mengenai gambaran kemampuan dan kebiasaan membaca label informasi gizi pada mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Tasikmalaya serta dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

c. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan pada mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Tasikmalaya mengenai gambaran kemampuan dan kebiasaan membaca label informasi gizi.