

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Label Pangan

Menurut Peraturan Pemerintah No 69 Tahun 1999 tentang Label dan Iklan Pangan, menyebutkan bahwa label pangan ialah keterangan mengenai pangan berupa tulisan, gambar, maupun kombinasi keduanya yang disertakan pada pangan dimasukkan ke dalam, di tepelkan pada, atau dicetak maupun bagian dari kemasan. Pelabelan dipersyaratkan sedemikian rupa sehingga :

- 1) Tidak mudah lepas dari kemasannya
- 2) Tidak mudah luntur atau rusak
- 3) Terletak pada bagian yang mudah untuk dilihat dan dibaca dengan jelas.
- 4) Keterangan yang dicantumkan tidak menyesatkan

Memberikan informasi mengenai asal, mutu, keamanan, kandungan gizi serta keterangan lain yang benar dan jelas kepada masyarakat terkait setiap produk makanan yang telah dikemas mengenai asal, keamanan, mutu, kandungan gizi dan keterangan lain merupakan tujuan dari pemberian label pada kemasan pangan (UU, 2012).

Regulasi yang mengatur tentang pelabelan pangan di Indonesia diantaranya PP No. 69 Tahun 1999 tentang Label, UU No. 18 Tahun 2012 tentang Pangan, Peraturan BPOM Nomor 31 Tahun 2018 tentang Label Pangan Olahan, dan Peraturan BPOM Nomor 22 Tahun 2019 tentang Informasi Nilai Gizi pada Label Pangan Olahan.

Menurut Kotler (2002) fungsi label diantaranya label mengidentifikasi produk atau merek, label menentukan kelas produk, label menggambarkan beberapa hal mengenai produk (siapa pembuatnya, dimana dibuat, kapan dibuat, apa isinya, bagaimana menggunakannya, dan bagaimana menggunakan secara aman) serta label mempromosikan produk lewat aneka gambar yang menarik.

Jenis- jenis label menurut Basu Swastha (1984) dalam Irrubai (2015) terbagi dalam 3 jenis yang sering digunakan diantaranya :

- 1) *Brand label* merupakan label yang semata-mata sebagai brand. Misalnya pada kain atau tekstil, kita dapat mencari tulisan berbunyi: "sanforized, berkolin, tetoron", dan sebagainya. Nama-nama tersebut digunakan oleh semua perusahaan yang memproduksinya. Selain

brand label ini, masing–masing perusahaan juga mencantumkan merk yang dimilikinya pada tekstil yang diproduksi.

- 2) *Grade label* merupakan label yang menunjukkan tingkat kualitas tertentu dari suatu barang. Label ini dinyatakan dengan suatu tulisan atau kata-kata.
- 3) *Descriptive label* atau juga disebut informative label merupakan label yang menggambarkan tentang cara penggunaan, susunan, pemeliharaan, hasil kerja dari suatu barang.

Label pangan terdiri dari dua bagian yaitu bagian utama dan bagian informasi. Bagian utama memuat keterangan penting yang dibutuhkan masyarakat. Bagian kedua ditempatkan di sisi kemasan yang mudah dilihat, diamati atau dibaca oleh masyarakat, pada bagian ini memuat nama/produk, berat bersih, nama alat produksi dan nomor pendaftaran. Sedangkan bagian informasi memuat informasi nilai gizi, daftar bahan atau komposisi dan bila ada hal-hal yang belum tercantum pada bagian utama (Republik Indonesia, 1999).

Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM) dalam peraturan Badan POM Nomor 31 Tahun 2018 menyebutkan bahwa informasi pada label pangan olahan adalah sebagai berikut:

Gambar 1. Contoh Label Pangan Olahan



Sumber : Badan Pengawas Obat dan Makanan (2020)

1) Nama produk

Menurut BPOM No 31 tahun 2018 nama produk terdiri atas nama jenis dan nama dagang. Nama jenis pangan merupakan pernyataan atau keterangan identitas mengenai pangan. Sedangkan nama dagang berupa

gambar, kata, huruf, angka, susunan warna, dan/atau bentuk lain tersebut yang memiliki daya pembeda.

Nama dagang tidak dapat digunakan apabila memuat unsur sebagai berikut:

- a. bertentangan dengan ketentuan peraturan perundang-undangan, moralitas agama, budaya, kesusilaan, dan/atau ketertiban umum;
- b. tidak memiliki daya pembeda;
- c. telah menjadi milik umum;
- d. menggunakan nama jenis atau nama umum/generik terkait Pangan Olahan yang bersangkutan;
- e. menggunakan kata sifat yang secara langsung atau tidak langsung dapat memengaruhi penafsiran terhadap Pangan Olahan;
- f. menggunakan kata yang terkait aspek keamanan pangan, gizi, dan/atau kesehatan; dan/atau menggunakan nama dagang yang telah mempunyai sertifikat merek untuk pangan olahan sejenis atas nama orang dan/atau badan usaha lain.

2) Daftar bahan yang digunakan

Menurut BPOM No 31 tahun 2018 Daftar bahan yang digunakan merupakan daftar bahan yang digunakan dalam kegiatan atau proses produksi pangan. Komposisi bahan dapat mempengaruhi keamanan konsumen dalam mengonsumsi pangan kemasan tersebut (Pratiwi, 2019). Dalam mencantumkan daftar bahan yang digunakan biasanya dituliskan dengan “daftar bahan”; “bahan yang digunakan”; “bahan-bahan”; atau “komposisi”.

Gambar 2. Contoh daftar bahan yang digunakan



Sumber : Penulis

Ketentuan nama bahan yang dicantumkan dalam daftar bahan yang digunakan sebagai berikut (BPOM, 2018):

- a. merupakan nama lazim yang lengkap dan tidak berupa singkatan; dan
- b. disusun secara berurutan dimulai dari bahan yang digunakan paling banyak.

Peningkatan mutu makanan yang baik dari segi rasa, aroma, tekstur, maupun warna dapat diperoleh dengan komposisi atau bahan alami sebagai bahan utama. Selain bahan utama, bahan yang sering digunakan adalah bahan tambahan. Bahan ini berasal dari proses kimiawi bahan alami maupun proses kimiawi bahan sintetik (Asri, 2016). Daftar bahan yang digunakan terdiri dari bahan baku, bahan tambahan pangan dan bahan penolong (tidak termasuk bagian daftar bahan yang digunakan) (BPOM, 2019).

a. Bahan baku

- Bahan-bahan ditulis secara berurutan dimulai dari presentase kandungan bahan yang paling banyak, kecuali vitamin, mineral dan atau BTP.
- Air yang ditambahkan harus dicantumkan dalam daftar bahan yang digunakan, kecuali air tersebut merupakan bagian dari kandungan bahan yang digunakan. Air yang ditambahkan yang seluruhnya mengalami penguapan selama proses pengolahan dapat dicantumkan dalam daftar bahan yang digunakan.
- Pangan olahan yang ditambahkan alkohol wajib mencantumkan kadar alkohol pada bagian yang mudah dilihat, dan/atau dibaca.

b. Bahan Tambahan Pangan (BTP)

- Bahan-bahan ditulis secara berurutan dimulai BTP melalui penambahan langsung lalu BTP ikutan (*Carry Over*)
- Dituliskan berupa nama golongan BTP
- Nama jenis untuk BTP antioksidan, pemanis (pemanis alami atau pemanis buatan), pengawet, pewarna (pewarna alami atau pewarna sintetik), dan/atau penguat rasa. BTP pewarna harus disertakan nomor indeks pewarna; dan nama kelompok perisa untuk BTP perisa meliputi perisa alami dan/atau perisa sintetik.

c. Bahan Penolong

Bahan Penolong (*Processing Aids*) adalah bahan, tidak termasuk peralatan, yang lazimnya tidak dikonsumsi sebagai Pangan, sengaja digunakan dalam proses pengolahan Pangan untuk memenuhi tujuan teknologi tertentu dan tidak meninggalkan residu pada produk akhir, tetapi apabila tidak mungkin dihindari, residu dan/atau turunannya dalam produk akhir tidak menimbulkan risiko terhadap kesehatan serta tidak mempunyai fungsi teknologi.

Pada Label untuk Bahan Penolong yang diperdagangkan wajib dicantumkan:

- tulisan “Bahan Penolong”;
- golongan Bahan Penolong;
- jenis Bahan Penolong; dan
- tulisan “TARA PANGAN”.

Bahan Penolong merupakan golongan enzim, wajib mencantumkan nomor *enzyme commission* (EC) dan sumber jenis Bahan Penolong. Bahan Penolong Golongan Enzim yang menggunakan penjerap enzim wajib dicantumkan nama jenis penjerap enzim.

3) Berat bersih

Berat bersih atau isi bersih merupakan informasi mengenai jumlah Pangan Olahan yang terdapat di dalam kemasan atau wadah dicantumkan dalam satuan metrik (BPOM, 2018).

Penulisan satuan berat bersih atau isi bersih untuk makanan padat dinyatakan dalam ukuran berat (miligram (mg), gram (g), kilogram (kg)), untuk makanan cair dengan ukuran volume/isi (mililiter (ml atau mL), liter (l atau L)), untuk makanan semi padat atau kental dinyatakan dalam ukuran berat atau bisa juga volume/isi, sedangkan dalam hal produk berupa butir/biji/sachet/pcs, selain berat bersih dapat dicantumkan jumlah butir/biji/sachet/pcs dan berat per butir/biji/sachet/pcs. Pada pangan padat yang menggunakan medium cair dan pangan yang disalut atau dilapis dengan medium padat, pada label selain dicantumkan berat bersih, harus dicantumkan pula bobot tuntas atau berat tuntas. Bobot tuntas atau berat tuntas dihitung dengan cara pengurangan berat bersih dengan berat

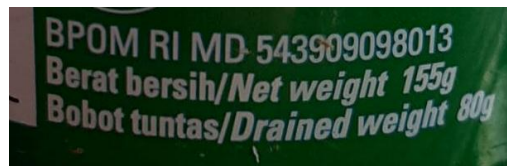
medium cair/ berat bahan penyalutnya, dan dibuktikan dengan hasil analisa serta dilampirkan perhitungannya (BPOM, 2020).

Gambar 3. Contoh penulisan berat isi pangan berupa butir/biji/sachet/pcs



Sumber : Penulis

Gambar 4. Contoh penulisan berat isi pangan padat yang menggunakan medium cair



Sumber : penulis

4) Nama dan alamat pihak yang memproduksi atau mengimpor

Pihak yang memproduksi, pihak yang mengimpor, pihak pemberi kontrak, pihak penerima kontrak dan/atau pihak pemberi lisensi Pangan Olahan wajib mencantumkan nama dan alamat yang meliputi nama kota, kode pos, dan Indonesia untuk produk dalam negeri dan untuk Pangan Olahan Impor paling sedikit harus mencantumkan nama kota dan negara serta pihak yang mengimpor dan/atau distributor yang mendapatkan penunjukan dari negara asal wajib juga mencantumkan nama dan alamat pihak yang mengimpor (BPOM, 2018).

5) Keterangan kedaluwarsa

Keterangan kedaluwarsa merupakan batas akhir suatu Pangan dijamin mutunya, sepanjang penyimpanannya mengikuti petunjuk yang diberikan produsen. Keterangan kedaluwarsa dinyatakan tanggal, bulan, dan tahun (BPOM, 2018).

Istilah- istilah umur simpan yang biasa dituliskan pada label kemasan pangan (Asiah et al., 2018):

- *Best before date* memberikan informasi tanggal dimana produk pangan masih aman dikonsumsi namun secara

kualitas sudah mulai turun atau tidak sama lagi dengan kondisi awal yang dijanjikan oleh produsen.

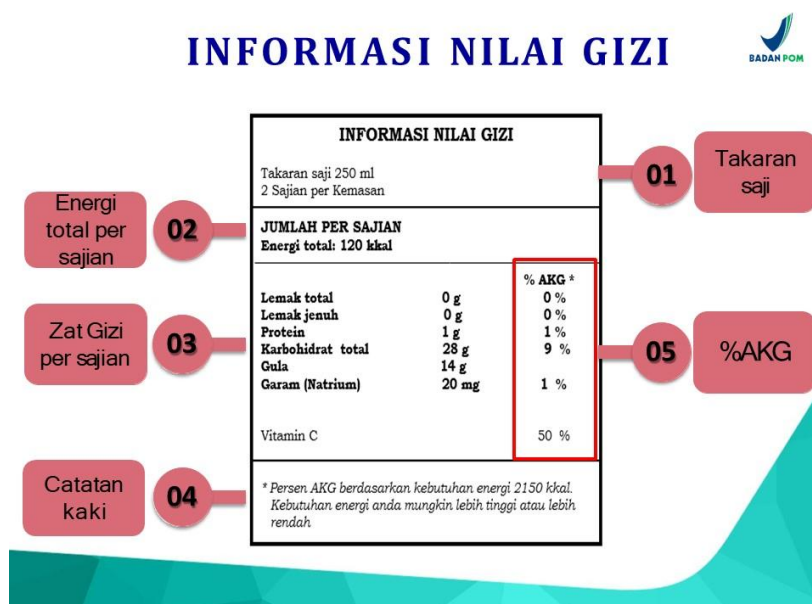
- *Expiry date* merupakan tanggal yang ditampilkan dalam kemasan yang menunjukkan batasan tingkat keamanan produk. Setelah melewati tanggal tersebut kemungkinan produk akan mengalami kerusakan dan sudah tidak layak/aman untuk dikonsumsi

6) Tanggal dan kode produksi

Tanggal dan kode produksi berupa nomor bets (*batch*) dan/atau waktu produksi wajib dicantumkan pada label dan diletakkan pada bagian yang mudah dilihat dan dibaca dan paling sedikit memuat informasi mengenai riwayat produksi pangan pada kondisi dan waktu tertentu (BPOM, 2018).

7) Informasi Nilai Gizi

Gambar 5. Informasi Nilai Gizi



Sumber : ppt webinar gizi berseri ke-10

Label informasi nilai gizi biasa dikenal *Nutrition Information* atau *Nutrition Fact* atau *Nutrition labeling* memuat daftar kandungan zat gizi pangan sesuai format yang telah di bakukan (BPOM, 2018). Pencantuman zat gizi tertentu pada tabel informasi nilai gizi telah diatur pada Peraturan Badan Pengawasan Obat Dan Makanan (BPOM) Nomor 22 Tahun 2019 tentang Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan Olahan. Dalam peraturan tersebut memuat informasi

mengenai takaran saji, jumlah sajian per kemasan, jenis dan jumlah kandungan zat gizi, jenis dan jumlah kandungan zat non gizi, persentase AKG (Angka Kecukupan Gizi); dan catatan kaki.

a. Takaran saji

Tabel informasi nilai gizi memuat per satu takaran saji. Takaran Saji dicantumkan berupa jumlah zat gizi dalam Satuan Metrik (antara lain mg, g, ml) dan dapat diikuti satuan URT, seperti berikut :

“Takaran saji ... g (... sendok makan)” atau

“Takaran saji ... ml (... gelas)

b. Jumlah sajian per kemasan,

Jumlah sajian per kemasan menunjukkan jumlah Takaran Saji yang terdapat dalam satu kemasan Pangan. Pencantuman jumlah sajian per kemasan sebagai berikut :

- Jika kemasan Pangan berisi lebih dari 1 (satu) Takaran Saji, maka pencantuman jumlah sajian per kemasan adalah:
”... sajian per kemasan”
- Jika kemasan Pangan berisi sajian tunggal, maka Pangan tersebut tidak wajib mencantumkan informasi mengenai jumlah sajian per kemasan.

Uraian tentang zat Gizi yang dicantumkan dalam ING merupakan kandungan masing-masing zat Gizi per sajian. Oleh karena itu sebelum uraian tentang zat Gizi, tulisan sebagai berikut harus dicantumkan dengan huruf besar (kapital) dan tebal (bold)

c. Jenis dan jumlah kandungan zat gizi dan non gizi

Jenis dan jumlah kandungan zat gizi dan non gizi yang dicantumkan pada tabel ING terdiri dari:

- Zat gizi yang harus dicantumkan
- Zat gizi yang harus dicantumkan dengan persyaratan tertentu
- Zat gizi atau komponen lain yang dapat dicantumkan
- Zat gizi atau komponen lain yang belum ditetapkan dalam ALG.

d. Persentase AKG (Angka Kecukupan Gizi)

Persentase AKG merupakan persentase kontribusi zat gizi dalam satu sajian produk dibandingkan dengan jumlah kebutuhan zat gizi tersebut dalam sehari. Persentase AKG dihitung berdasarkan ALG sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan

e. Catatan kaki

Catatan kaki merupakan informasi yang menerangkan bahwa persentase AKG yang ditunjukkan dalam ING dihitung berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal untuk kelompok umum. Kebutuhan energi tersebut dapat lebih tinggi atau lebih rendah, disesuaikan dengan kebutuhan.

Lebih lanjut mengenai jenis zat gizi yang harus dicantumkan dalam label informasi nilai gizi terdiri atas energi total, lemak total, lemak jenuh, protein, karbohidrat total, gula, dan garam (natrium) (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2019).

a. Energi total,

Energi total merupakan jumlah energi yang berasal dari lemak total, protein, dan karbohidrat.

b. Lemak total,

Lemak total menggambarkan kandungan semua asam lemak dalam Pangan dan dinyatakan sebagai trigliserida.

c. Lemak jenuh,

Lemak jenuh merupakan jumlah keseluruhan asam lemak yang tidak mengandung ikatan rangkap. Ketentuan khusus untuk lemak jenuh dikecualikan untuk Pangan Olahan yang ditujukan bagi bayi dan anak sampai usia 3 tahun.

d. Protein,

Kandungan protein menggambarkan kandungan semua asam amino dalam Pangan Olahan.

e. Karbohidrat total,

Karbohidrat total meliputi gula, pati, serat pangan dan komponen karbohidrat lain.

f. Gula,

Gula merupakan jumlah semua monosakarida dan disakarida (seperti glukosa, fruktosa, laktosa dan sukrosa) yang terdapat dalam Pangan Olahan.

g. Garam (natrium)

Jumlah garam (natrium) dicantumkan sebagai natrium total.

Sedangkan untuk zat gizi yang harus dicantumkan dengan persyaratan tertentu diantaranya seperti lemak trans, kolesterol, serat pangan. Untuk zat Gizi tidak wajib untuk dicantumkan dalam ING, namun jika akan dicantumkan maka harus memenuhi ketentuan yang berlaku seperti energi dalam lemak, energi dari lemak jenuh, lemak tidak jenuh tunggal, lemak tidak jenuh ganda, serat pangan larut, serat pangan tidak larut, gula alkohol, vitamin dan mineral.

Dengan pengecualian untuk tabel ING Formula Bayi, Formula Lanjutan, Pangan Olahan yang wajib fortifikasi, PKMK, dan Pangan Olahan antara

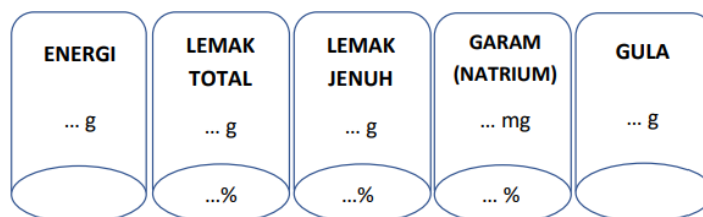
- a. Formula Bayi dan Formula Lanjutan harus dicantumkan:
 - per 100 gram dan per 100 kilokalori; atau
 - per 100 mililiter dan per 100 kilokalori.
- b. Pangan Olahan yang wajib fortifikasi dan Pangan Olahan antara harus dicantumkan per 100 gram atau per 100 mililiter.
- c. PKMK harus dicantumkan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Format pencantuman ING pada bagian utama Label

- a. Format umum ing pada bagian utama label

Per sajian (... g/ ml) atau per kemasan (... g/ ml)

Gambar 6. Format umum ing pada bagian utama label



Sumber : Badan Pengawas Obat dan Makanan (2020)
Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal

Format Ing Pada Bagian Utama Label Untuk Pangan Olahan Yang Tidak Mengandung Salah Satu Zat Gizi

Gambar 7. Format Ing Pada Bagian Utama Label Untuk Pangan Olahan Yang Tidak Mengandung Salah Satu Zat Gizi

ENERGI	LEMAK TOTAL	LEMAK JENUH	GARAM (NATRIUM)
... g	... g	... g	... g
	...%	...%	...%

Sumber : Badan Pengawas Obat dan Makanan (2020)

Contoh : Pangan Olahan tidak mengandung gula (*)

Per sajian (... g) atau per kemasan (... g/ ml)

Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal

(*) Disesuaikan dengan karakteristik produk Pangan Olahan

Pangan Olahan yang mencantumkan tabel ING dapat mencantumkan logo tertentu dengan tulisan "pilihan lebih sehat" pada bagian utama Label.

Gambar 8. Logo "pilihan lebih sehat"



Sumber: <https://standarpangan.pom.go.id/produk-standardisasi/lain-lain/logo-pilihan-lebih-sehat>

Pencantuman logo diterapkan secara bertahap berdasarkan kajian risiko. Untuk pertama kali diterapkan pada:

- minuman siap konsumsi yang dilarang menggunakan bahan tambahan pangan pemanis.
- pasta instan dan mi instan.

8) Petunjuk atau cara penyimpanan dan penanganan

Petunjuk cara penyimpanan merupakan keterangan cara penyimpanan produk yang dapat mempertahankan mutu pangan tersebut. Misalnya “simpan di tempat yang kering”.

9) Halal bagi yang dipersyaratkan

Label halal menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keputusan konsumen dalam pembelian suatu produk. Label halal dianggap penting dikarenakan dapat memberikan keyakinan terhadap konsumen dalam pengambilan keputusan (Syahputra & Hamoraon, 2013). Label halal merupakan bentuk promosi untuk menarik konsumen baik kalangan muslim maupun kalangan non muslim (Desmayonda & Trenggana, 2019). Menurut PP No 69 Tahun 1999 tentang Label dan Iklan Pangan, Pasal 10 menyebutkan bahwa setiap orang yang memproduksi atau memasukkan pangan yang dikemas ke dalam wilayah Indonesia untuk diperdagangkan dan menyatakan bahwa pangan tersebut halal bagi umat Islam, bertanggung jawab atas kebenaran pernyataan tersebut dan wajib mencantumkan keterangan atau tulisan halal pada label (Republik Indonesia, 1999).

10) Nomor izin edar

Nomor izin edar atau nomor pendaftaran merupakan nomor persetujuan keamanan pangan, mutu, dan gizi serta label pangan dalam rangka peredaran pangan yang diberikan oleh Badan POM RI/Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota. Ada dua jenis nomor pendaftaran (BPOM, 2020)

- a) MD dan SP/P-IRT untuk nomor pendaftaran dalam negeri setelah melalui penilaian oleh pemerintah produk itu dijamin aman. MD adalah Makanan Dalam Negeri yang dikeluarkan oleh BPOM RI. SP adalah Sertifikat Penyuluhan/P-IRT adalah Pangan Industri Rumah Tangga yang dikeluarkan Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota.
- b) ML untuk nomor pendaftaran produk impor, setelah melalui penilaian, pemerintah menjamin produk itu aman. ML adalah Makanan Luar Negeri.

11) Asal usul bahan pangan tertentu

Asal usul bahan pangan tertentu merupakan bahan yang bersumber atau mengandung atau berasal dari hewan atau tanaman, baik dalam bentuk tunggal atau campuran atau produk olahan atau produk turunannya yang terkait dengan status kehalalan produk. Keterangan tentang asal usul bahan pangan tertentu harus dicantumkan pada daftar bahan berupa nama bahan diikuti dengan asal bahan. Contoh: “pengemulsi lesitin kedelai”, “penstabil nabati”, “minyak babi”, “minyak nabati” (BPOM, 2020).

B. Kebiasaan Membaca Label Kemasan Pangan

Kebiasaan membaca label pada kemasan pangan merupakan salah satu dari sepuluh pesan gizi seimbang. Dengan membaca label kemasan pada pangan akan membantu konsumen mengetahui bahan-bahan yang terkandung dalam makanan tersebut. Membiasakan membaca label informasi nilai gizi merupakan bentuk perilaku preventif dan promotif dalam upaya memelihara kesehatan.

Hasil kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) tahun 2007 menyebutkan bahwa 6,7% konsumen di Indonesia yang membaca label pada kemasan produk pangan. Penelitian lain menunjukkan bahwa 36,5% masyarakat Indonesia lebih memperhatikan label halal sebesar 34,9%, memperhatikan waktu kedaluwarsa sebesar 20,6% memperhatikan pencantuman nama produk sebesar 7,9% serta memperhatikan komposisi makanan dan informasi nilai gizi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia belum sadar akan pentingnya membaca atau memperhatikan komposisi yang tertera pada label makanan (BKPN, 2013).

Dalam penelitian Devi et al., (2013) yang dilakukan terhadap konsumen di Pasar Swalayan ADA Setiabudi Semarang menyebutkan bahwa praktek pemilihan makanan kemasan masih banyak yang salah dilihat dari lebih dari 50 persen (51,5%) responden termasuk dalam kategori salah, responden tidak memperhatikan label berat bersih bahan dan label informasi gizi kemasan pangan.

C. Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Membaca

Label Kemasan Pangan

Label Informasi nilai gizi digunakan konsumen untuk mempermudah dalam mencari informasi mengenai zat gizi yang terkandung dalam produk kemasan sebelum dilakukan pembelian produk konsumen. Tahapan tindakan tersebut berawal pada proses membaca informasi nilai gizi yang terdapat pada kemasan produk kemudian mengevaluasi informasi yang ada serta selanjutnya dibuatlah suatu keputusan pembelian, tindakan tersebut sebagai upaya dalam pemilihan makanan yang baik untuk pola makan yang lebih sehat serta kesehatan yang lebih baik.

Terdapat berbagai faktor yang memengaruhi individu untuk membaca label pangan di antaranya adalah umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pendapatan, status gizi (Drichoutis et al., 2006 dalam Zahara, 2009) keterpapara informasi mengenai label kemasan, dan pengetahuan (Nurhasanah, 2013)

1. Faktor umur atau usia

Umur atau usia merupakan rentang kehidupan yang diukur dengan tahun. Daya tangkap dan pola pikir seseorang dipengaruhi oleh usia, dimana bertambahnya usia diikuti berkembangnya pola pikir dan daya tangkap sehingga pengetahuan yang diperoleh juga bertambah banyak. Peningkatan usia mempengaruhi pengetahuan dan kesadaran akan kesehatan.

Pengelompokan usia dikatakan remaja apabila < 19 tahun, masa awal dewasa adalah usia 19 tahun sampai 40 tahun, dewasa Madya adalah 41 sampai 60 tahun, dewasa lanjut >60 tahun (Meilisa, 2018).

Survei yang dilakukan oleh International Food Information Council Foundation tahun 2012 di Amerika Serikat menunjukkan, informasi dalam label pangan mempengaruhi keputusan dalam membeli produk pangan. Masa kedaluwarsa, informasi nilai gizi serta daftar ingredien adalah informasi utama yang menjadi perhatian konsumen. Data tersebut juga menyebutkan, orang tua (usia 65-80 tahun) adalah golongan yang paling peduli terhadap hal tersebut (Cody et al., 2012). Konsumen usia lanjut, memiliki kecenderungan melihat informasi tersebut dikarenakan pengalaman yang dimilikinya, sehingga lebih

berhati-hati dalam menjaga kesehatan dan memilih makanan yang akan dibeli.

2. Faktor jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan ciri biologis yang membedakan perempuan atau laki-laki. Beberapa studi menyebutkan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan dengan kebiasaan membaca label kemasan pangan, wanita lebih dominan dalam membaca label kemasan pangan. Penelitian Devi et al., (2013) menyebutkan bahwa, konsumen dengan jenis kelamin perempuan memiliki pengetahuan mengenai label komposisi yang lebih baik dibandingkan laki-laki.

Studi menemukan bahwa wanita lebih memperhatikan label kemasan. Hal tersebut mungkin disebabkan oleh banyak laki-laki yang tidak setuju menggunakan informasi zat gizi penting dalam memilih makanan (Drichoutis et al., 2006) selain itu aktivitas berbelanja untuk produk pangan disebagian banyak keluarga dilakukan oleh perempuan (Nurhasanah, 2013).

3. Faktor tingkat pendidikan

Karakteristik individu salah satunya tingkat pendidikan merupakan tolak ukur seberapa jauh tingkat pengetahuan responden. Sebab semakin tinggi tingkat pendidikan, maka semakin tinggi pula pengetahuannya (Suhardjo, 1988 dalam Nurhasanah, 2013). Tingkatan pendidikan dikategorikan dalam menurut Undang-Undang Republik Indonesia No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional disebutkan bahwa jenjang pendidikan formal terdiri atas (Nasional, 2003) :

- a) Pendidikan Dasar meliputi Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP)
- b) Pendidikan menengah meliputi Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) atau sekolah yang lain yang sederajat.
- c) Pendidikan Tinggi mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis dan dokter yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi.

4. Faktor pendapatan

Pendapatan ataupun uang saku memiliki hubungan dengan kemampuan daya beli seseorang. Karena bahan makanan yang dikonsumsi mempengaruhi seberapa banyak uang yang akan dikeluarkan untuk membeli bahan makanan tersebut. Semakin tinggi pendapatan seseorang maka semakin tinggi kemampuan dalam membeli sehingga orang dengan penghasilan tinggi cenderung tidak melihat harga melainkan kandungan gizi yang terdapat pada produk yang akan dibeli selain itu kesukaan dan tingkat kepercayaan terhadap produk pangan juga menjadi faktor yang tidak kalah terpenting dalam memilih produk pangan (Nurhasanah, 2013).

Berdasarkan penggolongannya, Badan Pusat Statistik (BPS, 2014) membedakan pendapatan menjadi 4 golongan adalah:

- a) Golongan pendapatan sangat tinggi,
adalah jika pendapatan rata-rata lebih dari Rp. 3.500.000,00 per bulan.
- b) Golongan pendapatan tinggi
adalah jika pendapatan rata-rata antara Rp. 2.500.000,00 – s/d Rp. 3.500.000,00 per bulan.
- c) Golongan pendapatan sedang
adalah jika pendapatan rata-rata antara Rp. 1.500.000,00 s/d Rp. 2.500.000,00 per bulan.
- d) Golongan pendapatan rendah
adalah jika pendapatan rata-rata 1.500.000,00 per bulan.

5. Faktor Status Gizi

Status gizi merupakan tingkatan kecukupan individu yang diukur berdasarkan tinggi badan dan berat badan. Menurut Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013 Batas Ambang kategori IMT (Indeks Massa Tubuh) umur ≥ 18 tahun sebagai berikut (Riskesdas, 2013) :

Tabel 1. Batas Ambang kategori IMT (Indeks Massa Tubuh) umur ≥ 18 Tahun

Klasifikasi	Kategori IMT Klasifikasi
Kurus	IMT < 18,5
Normal	IMT $\geq 18,5 - 24,9$
Berat badan lebih	IMT $\geq 25,0 - 26,9$
Obesitas	IMT $\geq 27,0$

Sumber : Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013

Label informasi zat gizi digunakan konsumen untuk memudahkan dalam pemilihan makanan kemasan sesuai kebutuhan zat gizinya. Dalam hal ini pengetahuan konsumen mengenai cara membaca label informasi zat gizi diperlukan karena dampaknya terhadap status gizi yang dimiliki. Salah satunya peningkatan terjadinya risiko status gizi obesitas (Nurhasanah, 2013). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 prevalensi obesitas di Indonesia mengalami peningkatan 11,3% mulai tahun 2007 sampai 2018. Seseorang memiliki status gizi obesitas dapat terjadi akibat berlebihan dalam mengonsumsi gula, lemak, ataupun energi yang terkandung pada makanan kemasan tersebut (Arsenault, 2010 dalam Anggarini et al., 2018).

Penelitian Nurhasanah (2013) dalam persepsi dan perilaku konsumen terhadap label gizi pangan berdasarkan status gizi di DKI Jakarta, menyebutkan bahwa, sebagian besar responden yang termasuk kedalam kategori dengan status gizi normal memiliki perilaku membaca label gizi yang baik sebesar 54.7%, sedangkan sebagian besar responden yang termasuk ke dalam kategori kurang dan gemuk memiliki perilaku yang kurang baik dalam membaca label gizi, yaitu masing-masing sebesar 58.3% dan 73.3%. Sehingga secara tidak langsung perilaku seseorang dalam membaca label gizi memberi pengaruh pada status gizi mereka.

6. Faktor Keterpaparan Informasi mengenai label kemasan

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Mediani, 2014) yang menjadi sumber informasi label meliputi pernah tidaknya mendapatkan informasi mengenai label produk pangan, jenis sumber informasi dan jumlah sumber informasi. Untuk sumber informasi dapat berupa internet, media cetak (koran majalah, atau tabloid), media elektronik (televisi dan radio) teman, keluarga, atau kerabat, serta penyuluhan, seminar atau ceramah.

7. Faktor Pengetahuan mengenai gizi dan label kemasan

Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa ingin tahu melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu (Putra & Manalu, 2020) Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor pendidikan, dengan pendidikan yang tinggi besar kemungkinan wawasan atau ilmu pengetahuan yang dimilikinya luas. Pengetahuan

menjadi hal penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengalaman dan penelitian merupakan perilaku yang didasari oleh pengetahuan. Menurut (Notoatmodjo & S, 2014) pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda yaitu :

a. Tahu (Know)

Tahu (know) merupakan mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Dalam hal ini *recall* atau mengingat kembali terhadap apa yang telah dipelajari atau dirangsang dari keseluruhan yang telah diterima. Maka dari itu tahu merupakan tingkatan terendah dalam pengetahuan. Kata kerja sebagai pengukur bahwa orang tersebut tahu apa yang dipelajari diantaranya mampu untuk menyatakan, menyebutkan, mendefinisikan, menguraikan dan sebagainya.

b. Memahami (Comprehension)

Memahami (Comprehension) merupakan suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang telah diketahui, dan memiliki kemampuan untuk menginterpretasikannya secara benar. Ciri-ciri seseorang dikatakan telah paham terhadap suatu objek atau materi adalah mampu untuk meramalkan, menjelaskan, menyimpulkan, menyebutkan contoh, dan sebagainya.

c. Aplikasi (Application)

Aplikasi (Application) merupakan suatu kemampuan untuk dapat menggunakan materi yang telah dipelajari pada keadaan atau kondisi yang sesungguhnya. Aplikasi dalam hal ini dapat diartikan sebagai penggunaan hukum-hukum, prinsip, rumus, metode, dan lain sebagainya.

d. Analisis (Analysis)

Analisis (Analysis) merupakan kemampuan untuk menjabarkan dan atau memisahkan, selanjutnya mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam masalah atau objek yang telah diketahui. Indikasi pengetahuan seseorang dapat dikatakan telah sampai tahap analisis apabila orang tersebut mampu membedakan, atau

memisahkan, menggolongkan serta membuat diagram (bagan), terhadap pengetahuan atas objek.

e. Sintesis (Synthesis)

Sintesis (Synthesis) menunjukkan suatu kemampuan seseorang merangkum atau meletakkan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki. Dengan kata lain sintesis merupakan suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada.

f. Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi (Evaluation) merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penilaian dilakukan berdasarkan pada norma-norma yang berlaku di masyarakat.

D. Dampak Tidak Membaca Label Kemasan Pangan

Resiko yang dapat terjadi pada kesehatan apabila konsumen tidak membaca label pangan diantaranya, alergi makanan dan keracunan makanan, obesitas, hipertensi, alergi makanan dan keracunan makanan (Suhadono, 2014 dalam Meilisa, 2018)

1. Obesitas dan Hipertensi

Penyakit degeneratif masyarakat di Indonesia diantaranya obesitas dan hipertensi. Hasil penelitian Kim (2018) bahwa prevalensi obesitas secara signifikan berhubungan dengan kesadaran label gizi, dan prevalensi obesitas 1,22 kali lebih tinggi pada mereka yang tidak mengetahui label nutrisi dibandingkan mereka yang sadar. Penelitian Dellyana et al., (2019) mengenai kebiasaan membaca label gizi berhubungan dengan asupan natrium pada wanita dewasa usia 40-59 tahun di Desa Modong, Kecamatan Tulangan, Kabupaten Sidoarjo menunjukkan bahwa sebagian besar responden (40%) jarang memperhatikan label gizi dan 30% responden mengonsumsi natrium dalam jumlah yang berlebihan.

2. Alergi Makanan

Alergi makanan atau dikenal sebagai hipersensitivitas terhadap makanan, mencangkup reaksi imunologik yang berasal dari makanan

sehari-hari maupun mikroorganisme patogen (Jeffrie & M, 2018). Untuk melindungi masyarakat dari alergi makanan, BPOM No 13 Tahun 2018 tentang label pangan olahan telah mengeluarkan peraturan yang mewajibkan perusahaan makanan mencantumkan bahan-bahan pada makanan dan minuman kemasan yang mengandung alergen. Untuk makanan atau zat tertentu yang menyebabkan alergi atau reaksi hipersensitivitas lainnya, ada persyaratan pelabelan yang lebih spesifik. Keterangan mengenai alergen wajib dicantumkan pada Label yang mengandung alergen dan berdekatan dengan daftar bahan atau komposisi dan bahan yang mengandung alergen tulisan dicetak tebal (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2018).

3. Keracunan Makanan

Keracunan makanan (food borne disease) adalah penyakit yang disebabkan oleh konsumsi makanan yang mengandung bakteri, parasit, virus, dan zat racun berbahaya yang dapat merusak kerja tubuh (Assifa, 2012). Keracunan pada makan dapat terjadi akibat adanya kontaminan dalam makanan atau kondisi makanan yang telah kadaluarsa. Laporan tahunan pusat data dan informasi obat dan makanan tahun 2019, keracunan karena makanan olahan kemasan tercatat 25 kasus, tertinggi ke 4 setelah keracunan akibat makanan olahan rumah tangga, makanan olahan jajanan pedadang kaki lima, dan makanan olahan jasa boga (Pusat Data dan Informasi Obat dan Makanan, 2019).