

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka kejadian obesitas didunia diperkirakan meningkat dari 38% tahun 2020 menjadi 42% tahun 2025 (World Obesity Federation, 2022). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan prevalensi obesitas pada orang dewasa (> 18 tahun) di Indonesia meningkat dari 14,8% tahun 2013 menjadi 21,8% tahun 2018. Pada RPJMN 2020 – 2024 target angka obesitas tetap sama 21,8% upaya ini dimaksudkan untuk mempertahankan agar prevalensi obesitas tidak mengalami kenaikan pada tahun selanjutnya (Kemenkes RI, 2020). Obesitas sebagai faktor utama resiko Penyakit Tidak Menular (PTM) tetap harus dikendalikan dengan tujuan memutus rantai terjadinya komplikasi terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM) terutama diabetes melitus (DM), jantung iskemik, kanker, kematian mendadak sewaktu tidur (*sleep apnue*), hipertensi serta penyakit lainnya (Kemenkes RI, 2016). Penderita obesitas berisiko 8,3 kali lebih tinggi terkena DM dibandingkan non-obesitas (Sari, 2019).

Pola makan yang salah sebagai penyebab obesitas seperti kebiasaan mengkonsumsi *junk food* dengan energi tinggi >300 Kkal/hari berisiko 3,2 kali menderita obesitas (Prmono dan Sulchan, 2014). Selain *junk food*, mengkonsumsi makanan rendah kandungan serat (< 4,7 g/hari) berpengaruh secara signifikan ($p = 0,000$) terhadap peningkatan kejadian obesitas (Rahmawati, 2015). Penyebab lain seperti aktivitas fisik rendah (rerata 600 – < 1500 METs-menit) berisiko 4 kali lebih tinggi terkena obesitas dibandingkan dengan aktivitas fisik (≥ 1500 METs-menit) tinggi (Fathimah dan Mulyati, 2015). Obesitas merupakan salah satu masalah gizi yang terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan energi dengan energi yang digunakan. Langkah pemerintah untuk menekan kejadian obesitas dengan Permenkes No 41 Tahun 2014 mengenai Pedoman Gizi Seimbang (PGS) yang berisi anjuran untuk melakukan aktivitas fisik, pengaturan pola makan, dan menjaga BB ideal.

Anjuran latihan fisik bagi penderita obesitas yaitu dengan melakukan latihan fisik selama 30 menit setiap hari minimal 3-5 hari dalam seminggu (Kemenkes RI, 2014). Sebanyak 3-4 kali/minggu dengan rata-rata durasi 60 menit tiap sesi (Oroh dkk, 2021). Latihan fisik berguna untuk menjaga dan menurunkan berat badan.

Anjuran makan bagi penderita obesitas dengan mengurangi energi 300 – 500 Kkal/hari dan untuk karbohidrat 50 – 55%, protein 15 – 25%, lemak tidak lebih dari 30% dari total energi, serat tinggi yaitu ≥ 25 gram/hari (Mahan dan Raymond, 2016). Lebih lanjut penelitian Nabila dkk. (2021) menunjukkan, diet tinggi serat terutama serat larut air antara lain seperti kacang-kacangan, biji-bijian, jeruk, brokoli dapat menambah rasa kenyang di dalam tubuh sehingga menekan keinginan untuk makan. Perkembangan dalam pengaturan pola makana saat ini sudah sangat maju salah satunya dengan inovasi makanan pengendalian obesitas yaitu *snack*sehat sebagai makanan pengganti *junk food* dan cemilan kurang menyehatkan. Jenis *snack*sehat yang trend saat ini yaitu *snackbar* dengan klaim tinggi/sumber serat, tinggi/sumber protein, rendah lemak sebagai cemilan sehat yang dapat membuat rasa kenyang lebih lama. Penelitian Fathimah dan Mulyati (2015), Makanan tinggi protein (25 gram) dapat menjadi alternatif untuk mengontrol rasa lapar dan mencegah ngemil secara berlebihan sehingga dapat menjaga kenaikan berat badan.

Anjuran pada PGS selain aktivitas fisik dan pola makan pada pesan gizi seimbang pesan ke – 8 juga dianjurkan untuk membiasakan membaca label pada kemasan pangan terutama bagi penderita obesitas. Penelitian Asgha (2016), menunjukkan bahwa 75% responden setuju membaca label pangan dapat membuat pemilihan terhadap makanan menjadi lebih baik. Adanya label dan informasi gizi mempermudah untuk memilih dan mengontrol zat gizi yang akan dikonsumsi terutama bagi penderita obesitas (Kemenkes RI, 2020). Penelitian Anggraini (2018), terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,004$) antara pengetahuan membaca informasi label gizi dengan pemilihan makanan pada penderita obesitas. Namun, Hasil dari evaluasi yang dilakukan ditemukan bahwa terdapat produk pangan yang tidak sesuai dengan regulasi. Terdapat 23% produk pangan kering tanpa registrasi dan 29% produk tidak memiliki label pada *e-commerce* di Indonesia (Ernawanti dkk, 2018). Beberapa kasus mengenai klaim gizi dan komposisi zat gizi produk ditemukan bahwa terdapat 15% produk *snack*sehat yang teridentifikasi tidak sesuai dengan klaim gizi dan mengelabui konsumen (Emeralda Dyar, 2020). Sebanyak 18 dari 21 produk susu penurunan berat badan dengan klaim “tinggi kalsium” tidak memenuhi klaim gizi dengan 7 produk melebihi batas maksimum dan 11 produk dibawah batas minimum (Kania, 2020). Ditemukan sebanyak 85,7% produk biskuit tidak sesuai dengan teknis pencantuman label, 87% tulisan pada lebel, 82,2% keterangan bagian utama,

68,5% unsur pada bagian lain, 99% keterangan yang dilarang (Ekadipta dkk, 2021). Hasil evaluasi dari penelitian pendahulu ditemukan fakta bahwa masih kurang kesadaran pelaku usaha di Indonesia terhadap pelabelan dan klaim gizi terutama Informasi Nilai Gizi (ING) pada label produk pangan serta terbatasnya penelitian mengenai pencantuman label, klaim gizi, dan ING. Bagi penderita obesitas keterangan pada label klaim gizi, ING sangat berperan memberikan informasi mengenai makanan yang dikonsumsi sehingga penderita obesitas dapat memilih produk pangan yang sesuai dengan kebutuhan. Oleh karena itu, diperlukan kajian penelitian lebih lanjut mengenai label dan klaim gizi terutama pada produk *snackbar* sebagai *snack* sehat bagi penderita obesitas yang sesuai dengan peraturan terbaru yaitu BPOM Nomor 31 Tahun 2018 tentang Label Pangan Olahan, BPOM No. 26 Tahun 2021 tentang Informasi Nilai Gizi pada Makanan Olahan, dan BPOM Nomor 1 Tahun 2022 tentang Pengawasan Klaim pada Label dan Iklan Pangan Olahan. Pembuatan label makanan, kebenaran klaim gizi, dan izin edar produsen harus sesuai dengan regulasi yang ada serta harus memberikan informasi yang benar dan tidak menyesatkan (Bandara dkk, 2016). Apabila terdapat pencantuman label, ING, klaim pangan pada label tidak sesuai dan menyesatkan maka pihak produsen melanggar Undang-Undang No 8 Tahun 1999 tentang Perlindungan Konsumen. Pemerintah membuat Undang-Undang No 8 Tahun 1999 tentang Perlindungan Konsumen untuk melindungi masyarakat dari mengkonsumsi makanan yang membahayakan kesehatan dan informasi yang salah.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana kesesuaian label dan klaim gizi pada *snackbar* sebagai makanan sehat bagi penderita obesitas ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis kesesuaian label dan klaim gizi pada *snackbar* sebagai makanan sehat bagi penderita obesitas.

2. Tujuan Khusus

- a) Menganalisis kesesuaian label produk *snackbar* sebagai makanan sehat bagi penderita obesitas dengan peraturan BPOM Nomor 31 Tahun 2018 dan UU No 8 Tahun 1999.

- b) Menganalisis kesesuaian informasi nilai gizi *snackbar* sebagai makanan sehat bagi penderita obesitas dengan peraturan BPOM Nomor 26 Tahun 2021 dan UU No 8 Tahun 1999.
- c) Menganalisis kesesuaian klaim gizi *snackbar* sebagai makanan sehat bagi penderita obesitas dengan peraturan BPOM Nomor 1 Tahun 2022 dan UU No 8 Tahun 1999.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada para pembaca mengenai pentingnya kesesuaian pencantuman label, ING dan klaim gizi *snackbar* sebagai makanan sehat bagi penderita obesitas sehingga masyarakat dapat lebih teliti dan bijak dalam memperhatikan label produk untuk pertimbangan dalam pembelian produk tersebut.

2. Manfaat Bagi Keilmuan

Dapat memberikan manfaat untuk dijadikan bahan kajian pustaka, sumber literatur dan perbandingan dalam penyusunan penelitian baru.

E. Kerangka Konsep

