

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TERHADAP PERILAKU MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI PADA MAKANAN RINGAN KEMASAN DI SMA ISLAM AL MARUF JAKARTA



OLEH

**NAMA : FARA MUSTIKA DEWI SINAGA
NIM : 10021282126057**

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025**

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TERHADAP PERILAKU MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI PADA MAKANAN RINGAN KEMASAN DI SMA ISLAM AL MARUF JAKARTA

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat Memperoleh gelar (S1)
Sarjana Gizi Pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : FARA MUSTIKA DEWI SINAGA
NIM : 10021282126057

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025**

PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, Maret 2025

Fara Mustika Dewi Sinaga; Dibimbing oleh Ns. Erike Septa Prautami, S.Kep.,
M.Kes.

Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Terhadap Perilaku Membaca Label
Informasi Nilai Gizi Pada Makanan Ringan Kemasan Di SMA Islam Al Maruf
Jakarta.

xvii + 82 Halaman + 21 Tabel + 5 Gambar + 9 Lampiran

ABSTRAK

Kebiasaan membaca label kandungan gizi pada remaja saat ini masih sangat rendah, hal ini berpengaruh pada pola makan yang tidak sehat seperti memilih produk tanpa memperhatikan nilai kandungan gizinya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan dan sikap remaja dengan perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi pada siswa SMA Islam Al Maruf. Desain penelitian yang digunakan adalah cross-sectional dengan teknik pengambilan sampel simple random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 84 sampel dengan kriteria siswa / siswi aktif di SMA Islam Al Maruf, berusia 15 – 18 tahun dan bersedia berpartisipasi dalam menjadi sampel penelitian. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mencakup aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki pengetahuan yang cukup yaitu 37 siswa (44%), sikap positif yaitu Sebanyak 45 siswa (53,6%), dan perilaku tidak baik yaitu sebanyak 43 siswa (51,2%). Analisis statistik dengan uji Chi-Square menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi ($P=0,538$) dan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi ($p=0,004$). Sekolah diharapkan dapat membuat media promosi sederhana seperti banner terkait label informasi nilai gizi. Diharapkan dukungan lingkungan sosial dan pertemanan sehari hari untuk membiasakan membaca label informasi nilai gizi.

Kata kunci : Label Informasi Nilai Gizi, Pengetahuan, Perilaku, Remaja,
Sikap

Kepustakaan : 80 (2007 – 2024)

*NUTRITION PROGRAM
FACULTY OF PUBLIC HEALTH, SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, March 2025*

*Fara Mustika Dewi Sinaga; Mentoring by: Ns. Erike Septa Prautami, S.Kep.,
M.Kes.*

*The Relationship Between Adolescents' Knowledge and Attitudes Toward the
Behavior of Reading Nutrition Facts Labels on Packaged Snacks at SMA Islam
Al Maruf Jakarta.*

xvii + 82 Pages + 21 Tables + 5 Figures + 9 Attachments

ABSTRACT

The habit of reading nutritional content labels in adolescents is currently still very low, this affects unhealthy eating patterns such as choosing products without paying attention to the value of their nutritional content. This study aims to analyze the relationship between knowledge and attitudes of adolescents with the behavior of reading Nutritional Value Information Labels in Al Maruf Islamic High School students. The research design used was cross-sectional with simple random sampling technique with a total sample of 84 samples with the criteria of active students at Al Maruf Islamic High School, aged 15-18 years and willing to participate in being a research sample. Data were collected through questionnaires covering aspects of knowledge, attitudes, and behavior. The results showed that the majority of students had sufficient knowledge, namely 37 students (44%), positive attitudes, namely 45 students (53.6%), and poor behavior, namely 43 students (51.2%). Statistical analysis with Chi-Square test showed no significant relationship between knowledge and behavior of reading Nutrition Value Information Label ($P=0.538$) and a significant relationship between attitude and behavior of reading Nutritional Value Information Label ($p=0.004$). Schools are expected to create simple promotional media such as banners related to nutritional value information labels. It is expected that the support of the social environment and daily friendships to get used to reading nutritional value information labels.

*Keywords : Nutritional Value Information Label, Knowledge, Behavior,
Adolescents, Attitudes*

Literature : 80 (2007 – 2024)

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas Plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar etika maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus atau gagal.

Indralaya, 21 Maret 2025

Yang Bersangkutan



Fara Mustika Dewi Sinaga

10021282126057

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TERHADAP PERILAKU MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI PADA MAKANAN RINGAN KEMASAN DI SMA ISLAM AL MARUF JAKARTA

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi

Oleh :

FARA MUSTIKA DEWI SINAGA
10021282126057

Indralaya, 24 April 2025

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

Pembimbing



Prof. Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.KM
NIP. 197606092002122001

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Ns. Erike Septa Prautami", written in a cursive style.

Ns. Erike Septa Prautami, S.Kep., M.Kes
NIP. 198912152023212046

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa skripsi ini dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Makanan Ringan Kemasan Di SMA Islam Al Maruf Jakarta“ telah di pertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 21 Maret 2025.

Indralaya, 24 April 2025

Tim Penguji Skripsi

Ketua:

Fatmalina Febry, S.K.M., M.Si
NIP. 197802082002122003

()

Anggota:

1. Widya Lionita, S.K.M., M.PH.
NIP. 199004192020122014

()

2. Ns. Erike Septa Prautami, S.Kep., M.Kes
NIP. 198912152023212046

()

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

Ketua Jurusan Gizi



Prof. Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M
NIP. 197606092002122001



Indah Purnama Sari, S.K.M., M.K.M
NIP. 198604252014042001

RIWAYAT HIDUP

Nama : Fara Mustika Dewi Sinaga
Tempat/ Tanggal Lahir : Jakarta, 20 Agustus 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jl. Kramat Lontar X No J42, RT 03 RW 01
Kecamatan Senen, Kelurahan Paseban, Jakarta
Pusat.
Email : faramustikasinagaa20@gmail.com
No. Hp/WA : 081345282011

Riwayat Pendidikan

2010 – 2015 SD Muhammadiyah 2 Jakarta
2015 – 2018 SMP Negeri 216 Jakarta
2018 – 2021 SMA Negeri 1 Jakarta
2021 – 2025 Universitas Sriwijaya / S1 Gizi

Pengalaman Organisasi/Komunitas

2021 – 2022 Anggota Humas KPU Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
2021 – 2023 Anggota Himpunan Mahasiswa Banten, Jawa, Jakarta dan Luar Sumatera (HIMABAJAJ)
2022 – 2024 Anggota Himpunan Keluarga Gizi (HIKAGI) Divisi Media Center

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat, rahmat, nikmat, taufik dan karunia – Nya lah penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Terhadap Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Makanan Ringan Kemasan Di SMA Islam Al Maruf Jakarta” dengan baik. Untuk itu, penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada seluruh pihak yang terlibat dan turut andil dalam proses penyelesaian skripsi ini. Penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Allah SWT, sang pencipta dan penolong yang telah memberikan nikmat kesehatan, rejeki, kemudahan dan kelancaran kepada penulis.
2. Orang tua, bapak dan mama yang telah memberikan semangat, dukungan, serta doa yang tiada hentinya. Terimakasih atas segala pengorbanan, dan kasih sayang tulus yang diberikan hingga sampai di titik ini dan selalu menjadi tempat ternyaman bagi penulis untuk pulang dan bersandar.
3. Almh mbah, Lutiyah binti Djohari yang telah ikut kebersamai perjalanan penulis, menjadikan semangat bagi penulis untuk segera menyelesaikan studi ini agar beliau dapat ikut dan menyaksikan penulis menjadi seorang sarjana, meskipun di pertengahan perjalanan ini beliau tidak bisa mendampingi hingga akhir.
4. Ibu Prof. Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
5. Ibu Indah Purnama Sari, S.K.M., M.K.M selaku Ketua Jurusan S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
6. Ibu Ns. Erike Septa Prautami, S.Kep., M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan, membimbing, memberikan motivasi, dukungan serta saran yang membangun selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Fatmalina Febry, S.K.M., M.Si dan Ibu Widya Lionita, S.KM., M.PH selaku Dosen Penguji yang telah mengarahkan, memberi bimbingan dan saran yang membangun selama proses penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh dosen, staff dan karyawan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

9. Kepala sekolah, seluruh guru, staff dan para siswa di SMA Islam Al Maruf yang telah meluangkan waktu untuk membantu lancarnya penelitian ini.
10. Sahabat di bangku perkuliahan, Msy Aulia Ramadhani, Ayu Dwi Oktaviani, Dwi Ayu Sugiarti dan Virrani Ega Tritami yang telah menjadi keluarga kedua selama di perantauan dan berjuang bersama, terimakasih telah memberikan *support*, banyak bantuan, dan telah menemani penulis dalam *ups and down* serta menerima penulis untuk menjadi bagian dari cerita perkuliahan.
11. Sahabat penulis yang masih mengejar impiannya di Bali, terimakasih telah mau menyisihkan waktu untuk selalu siap menjadi tempat berkeluh kesah, dan menjadi pendengar terbaik serta terus membersamai dan mendukung sejak penulis duduk di bangku SMA hingga sekarang.
12. Seseorang yang saat ini bersama penulis. Terimakasih telah selalu hadir dan memberikan cerita baru dalam masa perkuliahan penulis. Terimakasih sudah selalu mengusahakan, menghibur, memberikan semangat, waktu, tenaga, serta pikiran kepada penulis selama ini. Terimakasih sudah menjadi alasan bagi penulis untuk semangat menjalani hari hari.
13. Dan terakhir terimakasih kepada diri sendiri yang telah bekerja keras dan berjuang sejauh ini. Terimakasih telah mampu berproses dan menjadi manusia yang mau berusaha menyelesaikan apa yang sudah menjadi pilihannya sejak awal.

Selama penyusunan skripsi, penulis menyadari bahwa skripsi yang telah disusun masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis memohon maaf atas kekurangan dalam penulisan skripsi ini serta penulis akan terbuka menerima masukan, saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi. Akhir kata, besar harapan penulis agar skripsi yang telah disusun ini dapat memberikan manfaat kepada pembacanya.

Indralaya, Maret 2025

Penulis



Fara Mustika Dewi Sinaga

10021282126057

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Bagi Peneliti	5
1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat	6
1.4.3 Bagi SMA Islam Al Maruf Jakarta	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	6
1.5.1 Ruang Lingkup Lokasi	6

1.5.2 Ruang Lingkup Waktu	6
1.5.3 Ruang Lingkup Materi	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Pengetahuan	7
2.1.1 Pengetahuan Gizi	8
2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Gizi	9
2.1.3 Pengukuran Pengetahuan	10
2.2 Sikap.....	10
2.2.1 Faktor yang mempengaruhi sikap	10
2.2.2 Pengukuran Sikap.....	11
2.2.3 Kategori Sikap.....	12
2.3 Perilaku.....	13
2.3.1 Klasifikasi perilaku	13
2.3.2 Faktor yang mempengaruhi perilaku	13
2.3.3 Pengukuran Perilaku	14
2.4 Makanan Kemasan	14
2.5 Label Kemasan	15
2.5.1 Informasi Dalam Label Kemasan.....	16
2.6 Label Informasi Nilai Gizi	18
2.6.1 Cara Membaca Label Informasi Nilai Gizi	19
2.6.2 Informasi Dalam Label Informasi Nilai Gizi	19
2.7 Remaja.....	28
2.8 Kerangka Teori.....	29
2.9 Kerangka Konsep	30
2.10 Penelitian Terdahulu	31
2.11 Definisi Operasional.....	35

2.12	Hipotesis.....	36
BAB III. METODE PENELITIAN		37
3.1	Desain Penelitian.....	37
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian	37
3.2.1	Waktu Penelitian	37
3.2.2	Tempat Penelitian.....	37
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	37
3.3.1	Populasi	37
3.3.2	Sampel.....	37
3.3.3	Teknik Sampling	38
3.3.4	Besaran Sampel	38
3.4	Pengumpulan Data	39
3.5	Pengolahan Data.....	41
3.6	Validitas dan Realibilitas Data.....	42
3.6.1	Validitas Data.....	42
3.6.2	Realibilitas Data	44
3.7	Analisis dan Penyajian Data.....	45
3.7.1	Analisis Data	45
BAB IV. HASIL PENELITIAN.....		47
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	47
4.2	Hasil Analisis Univariat	47
4.2.1	Gambaran Karakteristik Responden	47
4.2.2	Gambaran Karakteristik Siswa Berdasarkan Pendidikan Terakhir Orang Tua.....	48
4.2.3	Gambaran Karakteristik Siswa Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua...	49

4.2.4	Gambaran Kategori Pengetahuan Siswa Mengenai Label Informasi Nilai Gizi	50
4.2.5	Gambarann Kategori Sikap Siswa Mengenai Label Informasi Nilai Gizi.....	52
4.2.6	Gambaran Kategori Perilaku Siswa Mengenai Label Informasi Nilai Gizi.....	55
4.3	Hasil Analisis Bivariat	59
4.3.1	Hubungan Pengetahuan remaja dengan Perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Makanan Ringan Kemasan di SMA Islam Al Maruf Jakarta	59
4.3.2	Hubungan Sikap remaja dengan Perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Makanan Ringan Kemasan di SMA Islam Al Maruf Jakarta.....	60
BAB V. PEMBAHASAN		62
5.1	Keterbatasan Penelitian	62
5.2	Pembahasan Analisis Univariat.....	62
5.2.1	Gambaran Pengetahuan terkait Label Informasi Nilai Gizi Siswa SMA Islam Al Maruf	62
5.2.2	Gambaran Sikap terkait Label Informasi Nilai Gizi Siswa SMA Islam Al Maruf	65
5.2.3	Gambaran Perilaku kebiasaan membaca Label Informasi Nilai Gizi Siswa SMA Islam Al Maruf	66
5.3	Pembahasan Analisis Bivariat.....	68
5.3.1	Hubungan Pengetahuan remaja dengan Perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Makanan Ringan Kemasan di SMA Islam Al Maruf Jakarta	68
5.3.2	Hubungan Sikap Remaja dengan Perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Makanan Ringan Kemasan di SMA Islam Al Maruf Jakarta.....	71

BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN.....	73
6.1 Kesimpulan.....	73
6.2 Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Contoh Informasi dalam label kemasan	16
Gambar 2. 2 Bagian Label Informasi Nilai Gizi	19
Gambar 2. 3 Contoh Label Informasi Nilai Gizi.....	20
Gambar 2. 4 Kerangka Teori Modifikasi Teori Teori Lawrence Green	29
Gambar 2. 5 Kerangka Konsep	30

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Daftar Penelitian terdahulu.....	31
Tabel 2. 2 Tabel Definisi Operasional.....	35
Tabel 3. 1 Hasil Validitas Kuisisioner Pengetahuan	42
Tabel 3. 2 Hasil Validitas Kuesioner Sikap	43
Tabel 3. 3 Hasil Validitas Kuesioner Perilaku	44
Tabel 3. 4 Tabel Hasil Realibilitas Data.....	45
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden	47
Tabel 4. 2 Distribusi Pendidikan Terakhir Orang Tua Siswa di SMA Islam Al Maruf Jakarta.....	48
Tabel 4. 3 Distribusi Pekerjaan Orang Tua Siswa di SMA Islam Al Maruf Jakarta.....	49
Tabel 4. 4 Distribusi Pengetahuan Siswa di SMA Islam Al Maruf Jakarta	50
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Jawaban Pengetahuan Siswa.....	51
Tabel 4. 6 Distribusi Sikap Siswa di SMA Islam Al Maruf Jakarta	52
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Jawaban Sikap Siswa.....	53
Tabel 4. 8 Distribusi Perilaku Siswa di SMA Islam Al Maruf Jakarta	55
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Jawaban Perilaku Siswa.....	57
Tabel 4. 10 Hubungan Pengetahuan Remaja dengan Perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Makanan Ringan Kemasan di SMA Islam Al Maruf Jakarta.....	59
Tabel 4. 11 Hubungan Sikap Remaja dengan Perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Makanan Ringan Kemasan di SMA Islam Al Maruf Jakarta.....	60

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2 Surat Kaji Etik
- Lampiran 3 Lembar Bimbingan
- Lampiran 4 *Informed Consent*
- Lampiran 5 Kuisisioner Penelitian
- Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 7 Hasil Uji Validasi dan Realibilitas
- Lampiran 8 Hasil Analisis Univariat
- Lampiran 9 Hasil Analisis Bivariat

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS

AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fara Mustika Dewi Sinaga
NIM : 10021282126057
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Makanan Ringan Kemasan Di SMA Islam Al Maruf
Jakarta

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan mengelola dalam bentuk pangkala data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : di Indralaya

Pada tanggal : 14 Mei 2025



Yang Menyatakan,

(Fara Mustika Dewi Sinaga)

BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan investasi masa depan bangsa dimana generasi muda ini memiliki peranan penting untuk melanjutkan pembangunan dan perkembangan. Maka dari itu kesehatan dan status gizi remaja harus di persiapkan (Yuningsih, 2023). Menurut *World Health Organization (WHO)* remaja merupakan individu yang berusia 10 hingga 19 tahun, definisi remaja menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 definisi remaja adalah individu yang berada dalam rentang 10 – 18 tahun. Sementara menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), remaja adalah individu yang berusia antara 10 hingga 24 tahun dan belum menikah (Diananda, 2019). Banyaknya kasus masalah gizi pada remaja sering di sebabkan oleh perilaku gizi yang tidak tepat, ketidakseimbangan antara asupan makanan dan kecukupan gizi yang dianjurkan (Hafiza, Utmi and Niriyah, 2021). Faktor individu penyebab terjadinya masalah gizi diantaranya pendidikan dan perilaku makan atau pola makan. Pendidikan dalam hal ini mencangkup pengetahuan gizi yang berhubungan dengan status gizi pada remaja (Rahma and Putriningtyas, 2023).

Semakin bertambahnya jumlah produk pangan yang dikemas beredar dipasaran menyebabkan konsumen dihadapkan pada banyak pilihan yang tersedia (Zerlina and Humayrah, 2023). Kemasan harus menciptakan kesan yang positif pertama kali bagi konsumen, karena secara signifikan dapat mempengaruhi apakah konsumen akan membeli produk tersebut atau memilih untuk tidak membeli produk tersebut (Apriyanti, 2018). Pesan tentang gizi seimbang pada poin kedelapan, "biasakan membaca label pada kemasan pangan," bertujuan agar konsumen dianjurkan untuk memperhatikan label saat memilih makanan, baik untuk konsumsi pribadi, dari orang lain, maupun makanan yang akan diberikan kepada orang lain. Ini sangat penting, terutama untuk mengurangi konsumsi makanan yang tinggi lemak, gula, dan garam, guna menurunkan risiko masalah kesehatan (Sudiman, 2022).

Label kemasan adalah alat terpadu dalam pendidikan pangan dan gizi masyarakat yang mengutamakan pilihan yang lebih sehat dan memadai untuk

pengecahan gangguan gizi dan penyakit (Veríssimo *et al.*, 2019). Label pada pangan adalah suatu penjas yang terdapat pada produk makanan dengan berupa gambar, teks, maupun gabungan dua bentuk tersebut yang disertakan dalam pangan olahan dan dimasukan kedalam, ditempelkan pada kemasan, ataupun bagian dari kemasan itu sendiri (Widiawati and Komalasari, 2020). Menurut UU No.,18 Tahun 2012 tentang Pangan (Pasal 96 ayat 1) menyebutkan bahwa fungsi dari label pangan untuk memberikan informasi yang jelas kepada masyarakat mengenai produk pangan dikemas sebelum membeli ataupun mengkonsumsi pangan. Menurut Kemenkes RI isi dari label makanan meliputi merek dagang, nama produk, daftar bahan yang digunakan, pesan kesehatan, berat / isi , keterangan halal, Informasi Nilai Gizi, nama dan alamat yang memproduksi, tanggal, bulan dan tahun kedaluwarsa, dan izin edar (Kemenkes RI, 2018).

BPOM mendefinisikan Informasi Nilai Gizi atau disebut dengan *nutrition facts* sebagai sajian penjelasan terkait informasi yang terdapat dan dicantumkan dalam kemasan makanan (Melinda and Farida, 2021). Dalam pengertiannya, Informasi Nilai Gizi memiliki arti sebagai isi kandungan dari zat yang terdapat dalam suatu makanan. Komposisi dari banyak zat dalam makanan ini dicantumkan pada kemasan makanan dengan berdasarkan format yang telah disepakati. Pencantuman Informasi Label Gizi ini memiliki tujuan dalam memberikan bantuan kepada pembeli produk dalam menilai adakah kekurangan atau kelebihan asupan zat gizi yang mungkin mengakibatkan masalah gizi, serta membantu dalam menentukan pilihan bahan makanan yang aman unntuk dikonsumsi (Dewi *et al.*, 2023). Informasi Label Gizi memuat Takaran saji, Jumlah Sajian per kemasan, Jenis dan Jumlah Kandungan Zat Gizi dan Non Gizi, Persentase AKG (UMKM, 2022).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh *The Food and Drug* (FDA) di tahun 2005, di Amerika 60 – 80% konsumen membaca label produk sebelum membelinya dan 30 – 40% dari hasil tersebut menyatakan bahwa label produk menjadi salah satu pertimbangan dalam membeli jenis produk pangan. Di Indonesia sendiri hanya sekitar 6,7% pembeli produk yang melakukan pengecekan label pada kemasan pangan sebelum memutuskan untuk membeli produk tersebut. Sementara itu, hasil penelitian di tahun berbeda menunjukkan bahwa 36,5% masyarakat

Indonesia memiliki kecenderungan terhadap label halal yang tertera. Selain itu, sebanyak 34,9% konsumen lebih fokus pada tanggal kedaluwarsa produk, sementara 20,6% memperhatikan pencantuman nama produk. Sedangkan, konsumen yang melakukan pengecekan pada kandungan dari makanan dan juga cantuman kandungan zat gizi yang terdapat pada kemasan produk makanan hanya sebesar 7,9% (Islamiati and Sumarmi, 2023). Studi Yang dilakukan di Wilayah Kota Jakarta dan sekitarnya juga menunjukkan hanya 37,5% dari konsumen yang menggunakan Label Informasi Nilai Gizi, sementara 41,4% dari konsumen yang memiliki pemahaman terhadap Label Informasi Nilai Gizi (Maemunah and Sjaaf, 2020).

Pengetahuan gizi merupakan pemahaman mengenai makanan dan nutrisi, sumber zat gizi serta keamanan konsumsi makanan sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara pengolahan makanan yang optimal untuk menjaga kandungan nutrisinya serta praktik hidup sehat (Lestari, 2020). Perilaku membangun kesadaran untuk beraktivitas sehat dapat dilakukan dengan memahami gizi dan menjaga kestabilan bobot tubuh karena kedua perilaku ini memiliki kepentingan yang sama. Perilaku dalam memahami pengetahuan perihal gizi dan membiasakan diri dengan perilaku hidup sehat dapat dilakukan melalui cara yang sederhana. Cara sederhana ini dapat berupa kebiasaan membaca label makanan dan memahami kandungan gizi yang tertera pada informasi nilai gizi pada kemasan produk makanan (Mahfudhin and Kurnia, 2021). Perilaku hidup sehat dengan membiasakan diri membaca label yang mengandung kandungan gizi sulit dilakukan oleh remaja saat ini karena masih sangat rendah dan tidak semua bagian pada label khususnya informasi nilai gizi dapat dimengerti oleh remaja. Hal ini berpengaruh pada pola makan yang tidak sehat seperti memilih produk tanpa memperhatikan nilai kandungan gizinya (Ikrima, Giriwono and Rahayu, 2023).

Sikap seseorang juga berpengaruh terhadap motivasi dalam melaksanakan suatu perilaku. Sikap adalah reaksi atau respons internal seseorang terhadap suatu objek, yang belum tampak secara langsung dan belum menunjukkan kesiapan untuk bertindak terhadap objek tersebut. Setelah seseorang memahami objek tersebut, langkah berikutnya adalah menilai atau membentuk sikap terhadapnya (Al Hidayah and Soeyono, 2023). Sebagai contoh dalam memilih makanan, faktor gizi hanya

merupakan salah satu pertimbangan di antara aspek lain (Huda and Andrias, 2018). Beberapa faktor yang memengaruhi perilaku seseorang dalam kesadaran membaca label pangan meliputi faktor predisposisi, seperti jenis kelamin, harga, rasa, kandungan gizi, serta pengetahuan tentang gizi dan label pangan. Selain itu, terdapat faktor pemungkin, yaitu pendapatan, dan faktor penguat, yang meliputi waktu berbelanja dan paparan informasi mengenai label pangan (Herviana Herviana *et al.*, 2024).

Perilaku membaca label dapat berfungsi sebagai langkah preventif dan promotif dalam menjaga kesehatan gizi. Rendahnya kepatuhan dalam membaca label informasi dan kandungan gizi disebabkan oleh hambatan dalam pencarian informasi. Rendahnya perilaku dalam pembacaan label gizi dapat berasal dari rendahnya motivasi masyarakat dalam membaca. Hal ini juga didasari pada pemahaman masyarakat tentang gizi dan istilah ilmiah kandungan gizi yang tidak dimengerti oleh khalayak umum. Atas dasar inilah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan memahami Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Makanan Ringan Kemasan Di SMA Islam Al Maruf Jakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Perilaku memahami kandungan gizi dengan melakukan pembacaan label pada remaja saat ini masih sangat rendah dan tidak semua bagian pada label khususnya informasi nilai gizi dapat dimengerti oleh remaja. Hal ini berpengaruh pada pola makan yang tidak sehat seperti memilih produk tanpa memperhatikan nilai kandungan gizinya (Ikrima, Giriwono and Rahayu, 2023). Sementara itu, penelitian mendapatkan fakta bahwa label halal yang tercantum pada kemasan makanan cenderung lebih diperhatikan oleh masyarakat dengan menunjukkan angka sebesar 36,5%, sebesar 34,9% konsumen lebih fokus pada tanggal kedaluwarsa produk, dan 20,6% memperhatikan pencantuman nama produk. Di sisi lain, terdapat temuan bahwa pembeli produk yang melakukan pengecekan terhadap kandungan makanan dan juga kandungan gizi yang tertera pada kemasan makanan hanya sebesar 7,9% (Islamiati and Sumarmi, 2023). Studi Yang dilakukan

di Wilayah Kota Jakarta dan sekitarnya hanya 41,4% dari konsumen yang mengerti perihal pemahaman pada Label Informasi Gizi (Maemunah and Sjaaf, 2020).

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Makanan Ringan Kemasan Di Sma Islam Al Maruf Jakarta

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui pengetahuan remaja mengenai label informasi nilai gizi yang tertera pada produk makanan ringan pada remaja di SMA Islam Al Maruf Jakarta.
2. Diketahui sikap remaja mengenai Label Informasi Nilai Gizi pada makanan ringan kemasan di SMA Islam Al Maruf Jakarta
3. Diketahui perilaku remaja mengenai Label Informasi Nilai Gizi di SMA Islam Al Maruf Jakarta
4. Diketahui bagaimana hubungan antara pengetahuan remaja terhadap perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi pada makanan ringan kemasan di SMA Islam Al Maruf Jakarta
5. Diketahui bagaimana hubungan antara sikap remaja terhadap perilaku membaca Label Informasi Nilai Gizi pada makanan ringan kemasan di SMA Islam Al Maruf Jakarta

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi pengetahuan dan wawasan tambahan bagi peneliti serta menerapkan ilmu gizi yang telah di pelajari selama berkuliah di fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Penelitian ini bisa menjadi masukan bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian terkait Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pada Makanan Ringan Kemasan Di SMA Islam Al Maruf Jakarta

1.4.3 Bagi SMA Islam Al Maruf Jakarta

Menjadikan pertimbangan kepada pihak sekolah untuk memberikan informasi mengenai pengetahuan gizi dalam kegiatan belajar sehingga akan terbentuk kebiasaan pada remaja untuk sadar akan pentingnya membaca Informasi Nilai Gizi dalam pemilihan makanan ringan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan derajat kesehatan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Ruang Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilakukan di SMA Islam Al Maruf Jakarta.

1.5.2 Ruang Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember – Februari 2025

1.5.3 Ruang Lingkup Materi

Penelitian ini memiliki batasan lingkup materi meliputi pengetahuan remaja, sikap remaja dan perilaku remaja serta kebiasaan remaja dalam membaca Label Informasi Nilai Gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M. *et al.* (2022) 'Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif', *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer*, 3, pp. 31–39. Available at: <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>.
- Akhfa, A.N. (2021) 'Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Gizi, Dan Tingkat Pemahaman Dengan Perilaku Membaca Label Gizi'.
- Al Hakim, E. (2024) 'Hubungan Kebiasaan Membaca Label Gizi Dengan Gizi Lebih Di Sman 5 Surabaya | *Jurnal Kesehatan Tambusai*'. Available at: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/31225> (Accessed: 8 February 2025).
- Al Hidayah, A.N. and Soeyono, R.D. (2023) 'Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Label Informasi Gizi Dengan Praktik Membaca Label Informasi Gizi Pada Minuman Kemasan', (*Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*), 8(3). Available at: <https://doi.org/10.37887/jimkesmas.v8i3.42432>.
- Amalia, R., Ismoyowati, D. and Mulyati, G.T. (2022) 'Nutritional Content in Snack Food: Consumer Perceptions and Behaviors', *Agroindustrial Journal*, 8(2), pp. 560–566. Available at: <https://doi.org/10.22146/aij.v8i2.76731>.
- Amdadi, Z. *et al.* (2021) 'Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Perkawinan Dini Dalam Kehamilan Di Sman 1 Gowa', *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(7), pp. 2067–2074. Available at: <https://doi.org/10.47492/jip.v2i7.1053>.
- Amperatmoko, A.S. *et al.* (2022) 'Perbedaan Efektivitas Penggunaan Jenis Media Edukasi Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan, Sikap, Efikasi Diri Remaja Putri Desa Sirnagalih', *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(1), pp. 146–153. Available at: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss1.1161>.
- Anggraini, S., Handayani, D. and Kusumastuty, I. (2018) 'Tingkat Pengetahuan Cara Membaca Label Informasi Gizi Mahasiswa Status Gizi Normal Lebih Baik dibandingkan Mahasiswa Obesitas', *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2), pp. 74–84. Available at: <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.2>.
- Apriyanti, M.E. (2018) 'Pentingnya Kemasan terhadap Penjualan Produk Perusahaan', *Sosio e-kons*, 10(1), p. 20. Available at: <https://doi.org/10.30998/sosioekons.v10i1.2223>.
- Arikunto, S. (2013) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

- Aura, Y. and Noerfitri, N. (2021) 'Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Siswa Sma Korpri Bekasi Di Masa Pandemic Covid-19', *Jurnal Mitra Kesehatan*, 3(2), pp. 94–97. Available at: <https://doi.org/10.47522/jmk.v3i2.83>.
- Azwar, S. (2015) *Sikap Manusia(Teori dan Pengukurannya)*. Apress.
- Badri, P.R. (2020) 'Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Masyarakat Tentang Faktor Risiko Hiperurisemia', *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 10(2). Available at: <https://doi.org/10.32502/sm.v10i2.2236>.
- Badriyah, L. and Syafei, A. (2019) 'Persepsi dan Perilaku Membaca Label Pangan dan Informasi Gizi pada Siswa SMK Wijaya Kusuma', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(04), pp. 167–174. Available at: <https://doi.org/10.33221/jikm.v8i04.401>.
- Bariyyah Hidayati, K. and . M.F. (2016) 'Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja', *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02). Available at: <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>.
- Bariyyah Hidayati, K. and Farid, M. (2016) 'Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja', *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02). Available at: <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>.
- Bella, I.A., Majid, R. and Prasetya, F. (2023) 'Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi Pangan Kemasan Pada Remaja Di Indomaret Piere Tendeand Baruga Kota Kendari Tahun 2022', *Jurnal Wawasan Promosi Kesehatan*, 3(4). Available at: <https://doi.org/10.37887/jwins.v3i4.30043>.
- BPOM RI (no date) *Bijak dalam Menggunakan Kemasan Pangan | Badan Pengawas Obat dan Makanan*. Available at: <https://www.pom.go.id> (Accessed: 15 March 2024).
- Burhani, P.A., Oenzil, F. and Revilla, G. (2016) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dan Tingkat Ekonomi Keluarga Nelayan dengan Status Gizi Balita di Kelurahan Air Tawar Barat Kota Padang', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3). Available at: <https://doi.org/10.25077/jka.v5i3.569>.
- Damayanti, M. and Sofyan, O. (2022) 'Hubungan Tingkat Pendidikan Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat di Dusun Sumberan Sedayu Bantul Tentang Pencegahan Covid-19 Bulan Januari 2021', *Majalah Farmaseutik*, 18(2). Available at: <https://doi.org/10.22146/farmaseutik.v18i2.70171>.

- Dewanti, R.P. *et al.* (2021) 'Desain Kemasan Produk UMKM Makanan Ringan sebagai Peningkatan Daya Beli Konsumen Keripik Singkong', *UN PENMAS (Jurnal Pengabdian Masyarakat untuk Negeri)*, 1(2), pp. 50–56. Available at: <https://doi.org/10.29138/un-penmas.v1i2.1593>.
- Dewi, N.T. *et al.* (2023) 'Edukasi Label Informasi Nilai Gizi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Membaca Label Gizi Siswa di SMAN 5 Mataram: Education on Nutritional Value Information Labels as an Effort to Increase Knowledge and Ability to Read Nutrition Labels for Students at SMAN 5 Mataram', *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(1), pp. 246–252. Available at: <https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i1.225>.
- Diananda, A. (2019) 'Psikologi Remaja Dan Permasalahannya', *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 1(1), pp. 116–133. Available at: <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>.
- Emilia, E., Juliarti, J. and Akmal, N. (2021) 'Analisis Konsumsi Makanan Jajanan Terhadap Pemenuhan Gizi Remaja', *Jurnal Gizi dan Kuliner (Journal of Nutrition and Culinary)*, 1(1), p. 23. Available at: <https://doi.org/10.24114/jnc.v1i1.20697>.
- Ernawati, E., Kusnandar, F. and Wulandari, N. (2019) 'Pemenuhan Persyaratan Label Produk Pangan yang Dijual Secara Online terhadap Peraturan Label Pangan | *Jurnal Mutu Pangan: Indonesian Journal of Food Quality*'. Available at: <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jmpi/article/view/26190> (Accessed: 28 February 2024).
- Firmansyah, D. and Dede (2022) 'Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1, pp. 85–114. Available at: <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>.
- Gayatri, S. and Ida Bagus Canirartha Satwika (2022) 'Peran Media Sosial Sebagai Media Sarana Informasi Politik', *Anubhava: Jurnal Ilmu Komunikasi Hindu*, 2(1), pp. 273–282. Available at: <https://doi.org/10.25078/anubhava.v2i1.1050>.
- Gifari, N. *et al.* (2024) 'Hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi sayur, buah dan suplemen pada masa pandemi Covid-19', *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(2), pp. 193–202. Available at: <https://doi.org/10.35842/ilgi.v7i2.425>.
- Hafiza, D., Utmi, A. and Niriyah, S. (2021) 'Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru', *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2), pp. 86–96. Available at: <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.671>.

- Hasanah, L. (2022) *Gizi Dalam Siklus Kehidupan*.
- Herudiansyah, G., Candra, M. and Pahlevi, R. (2019) 'Penyuluhan Pentingnya Label Pada Kemasan Produk Dan Pajak Pada Usaha Kecil Menengah (Ukm) Desa Tebedak Ii Kecamatan Payaraman Ogan Ilir', *Suluh Abdi*, 1(2). Available at: <https://doi.org/10.32502/sa.v1i2.2296>.
- Herviana Herviana *et al.* (2024) 'Analisis Pengaruh Sikap terhadap Kesehatan dan Label Kepada Kepatuhan Membaca Label Produk Pangan pada Mahasiswa Gizi Provinsi Kepulauan Riau', *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Umum dan Farmasi (JRIKUF)*, 2(1), pp. 137–143. Available at: <https://doi.org/10.57213/jrikuf.v2i1.159>.
- Huda, Q.A. and Andrias, D.R. (2018) 'Sikap Dan Perilaku Membaca Informasi Gizi Pada Label Pangan Serta Pemilihan Pangan Kemasan', *Media Gizi Indonesia*, 11(2), p. 175. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgi.v11i2.175-181>.
- Husna, H.N. *et al.* (2022) 'Penggunaan Video Sebagai Media Edukasi Kesehatan Mata Di Media Sosial', *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), p. 636. Available at: <https://doi.org/10.24198/kumawula.v5i3.37644>.
- Ikrima, I.R., Giriwono, P.E. and Rahayu, W.P. (2023) 'Pemahaman dan Penerimaan Label Gizi Front of Pack Produk Snack oleh Siswa SMA di Depok', *Jurnal Mutu Pangan : Indonesian Journal of Food Quality*, 10(1), pp. 42–53. Available at: <https://doi.org/10.29244/jmpi.2023.10.1.42>.
- Imansari, M.A. and Dini, C.Y. (2023) 'Hubungan Paparan Informasi Dan Pengetahuan Dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi Pada Siswa Di Sman 14 Surabaya', *Jurnal Mitra Kesehatan*, 6(1), pp. 25–37. Available at: <https://doi.org/10.47522/jmk.v6i1.219>.
- Islamiati, L. and Sumarmi, S. (2023) 'Hubungan Pengetahuan terkait Label Gizi dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi pada Siswa SMA Al-Islam', *Media Gizi Kesmas*, 12, pp. 833–839. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i2.2023.833-839>.
- Izzuddin, A. (2018) 'Pengaruh Label Halal, Kesadaran Halal Dan Bahan Makanan Terhadap Minat Beli Makanan Kuliner', 3(2).
- Jacobs, S.A., De Beer, H. and Larney, M. (2019) 'Adult consumers' understanding and use of information on food labels: a study among consumers living in the Potchefstroom and Klerksdorp regions, South Africa', *Public Health Nutrition*, 14(03), pp. 510–522. Available at: <https://doi.org/10.1017/S1368980010002430>.

- Jailani, M.S. and Jeka, F. (2023) 'Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis', 7.
- Jannah, N.F., Ulfiana, E. and Wahyuni, S.D. (2020) 'The Relationship between Family Support and Mother's Behavior in Implementing Nutritional Family Programs (KADARZI) in the Case of Children with Malnutrition', *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 5(2), pp. 88–95. Available at: <https://doi.org/10.20473/ijchn.v5i2.20847>.
- Kemendikbud (2024) *Data Pokok SMAS ISLAM AL-MARUF - Pauddikdasmen*. Available at: <https://dapo.kemdikbud.go.id/sekolah/D5F11AC66C136440ECD8> (Accessed: 25 September 2024).
- Kemenkes RI (2018) *Label Makanan, Apa yang perlu Anda ketahui? - Direktorat P2PTM*. Available at: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/label-makanan-apa-yang-perlu-anda-ketahui> (Accessed: 28 February 2024).
- Kusumarani, A., Noviardhi, A. and Susiloretne, K.A. (2018) 'Pengaruh Media Komik Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Sayur Dan Buah Di Sd Aisyiyah Dan Sdn Kalicilik 2 Demak', *JURNAL Riset Gizi*, 6(2), pp. 124–128. Available at: <https://doi.org/10.31983/jrg.v6i2.4311>.
- Lestari, P. (2020) 'Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Makanan dengan Status Gizi Siswi Mts Darul Ulum', *Sport and Nutrition Journal*, 2(2), pp. 73–80. Available at: <https://doi.org/10.15294/spnj.v2i2.39761>.
- Ma, J. *et al.* (2018) 'A cross-sectional survey of nutrition labelling use and its associated factors on parents of school students in Shanghai, China', *Public Health Nutrition*, 21(8), pp. 1418–1425. Available at: <https://doi.org/10.1017/S1368980018000332>.
- Maemunah, S. and Sjaaf, A.C. (2020) 'Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi, Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi Dan Frekuensi Konsumsi Mi Instan Pada Konsumen Jakarta Dan Sekitarnya'.
- Mahfudhin, A. and Kurnia, P. (2021) 'Hubungan pengetahuan dengan perilaku membaca label informasi nilai gizi pada ahli gizi di Surakarta', *Ilmu Gizi Indonesia*, 5(1), p. 47. Available at: <https://doi.org/10.35842/ilgi.v5i1.209>.
- Maslakhah, N.M. and Prameswari, G.N. (2022) 'Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Makan, dan Kebiasaan Olahraga dengan Status Gizi Lebih Remaja Putri Usia 16-18 Tahun', *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), pp. 52–59. Available at: <https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i1.52200>.

- Mawarni, A. and Nugroho, D. (2019) 'Hubungan Pengetahuan, Budaya, Lingkungan Tempat Tinggal dan Sosial Ekonomi dengan Pernikahan Dini pada Wanita', 13(1).
- Melinda, A. and Farida, E. (2021) 'Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Mahasiswa FIK UNNES Dalam Membaca Label Informasi Nilai Gizi', *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), pp. 491–498. Available at: <https://doi.org/10.15294/ijphn.v1i3.47863>.
- Muhammad, D.W., Kautsar, I.A. and Latifah, E. (2023) 'Pencantuman Label Alergen dalam Pelabelan Produk Pangan Sebagai Bentuk Perlindungan Konsumen', *Jurnal Hukum Ius Quia Iustum*, 30(2), pp. 420–441. Available at: <https://doi.org/10.20885/iustum.vol30.iss2.art9>.
- MUI, L. (2023) 'Sejarah Dan Peran LPPOM MUI Dalam Merintis Sertifikasi Halal Menuju Wajib Sertifikasi Halal 2024 | LPPOM MUI', 16 January. Available at: <https://halalmui.org/sejarah-dan-peran-lppom-mui-dalam-merintis-sertifikasi-halal-menuju-wajib-sertifikasi-halal-2024/> (Accessed: 6 March 2024).
- Muntaza, Y. and Adi, A.C. (2020) 'Hubungan Sumber Informasi dan Pengalaman dengan Tingkat Pengetahuan tentang Penggunaan Monosodium Glutamate (MSG) pada Ibu Rumah Tangga', *Amerta Nutrition*, 4(1), p. 72. Available at: <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i1.2020.72-78>.
- Notoatmodjo, S. (2007) *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2015) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurfitriani, J. and Kurniasari, R. (2023) 'Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi dan Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Remaja', *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(3), pp. 503–506. Available at: <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i3.2929>.
- Pantaleon, M.G. (2019) 'Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Sma Negeri Ii Kota Kupang', *Chmk Health Journal*, 3(3), Pp. 69–76.
- pitaloka, A. and et al (2018) *PSIKOLOGI SOSIAL: Pengantar dalam Teori dan Penelitian*. Salemba Humanika.
- Pourmoradian, S. et al. (2020) 'Consumers' knowledge, attitude, and practice regarding Front-of-package (FOP) labels at the point of purchase'.

Research Square. Available at: <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-129608/v1>.

- Pratama, C.I.A.S. and Mardiyati, N.L. (2024) 'Hubungan antara Kebiasaan Membaca Label Kandungan Gizi Minuman Kemasan Berpemanis dengan Status Gizi pada Pelajar SMP Al Islam 1 Surakarta', *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(1), pp. 127–134. Available at: <https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i1.1340>.
- Putra, D.P.T., Ferdiana, S. and Hidayati, N. (2022) 'PENGETAHUAN DAN SIKAP MEMBACA LABEL INFORMASI NILAI GIZI DENGAN PERILAKU PEMILIHAN PANGAN KEMASAN PADA GENERASI MILENIAL'.
- Putri Oktariani, F., Setiadi Putra, E. and Pramudya, A. (2022) 'Perancangan Snack Plate Stoneware Sebagai Wadah Penyajian Snack Untuk Aktivitas Santai Di Rumah', *Jurnal Desain Indonesia*, pp. 60–74. Available at: <https://doi.org/10.52265/jdi.v4i2.178>.
- Rahayu, N.K.S. and Wiarta, I.W. (2021) 'Hubungan Tingkat Pendidikan dan Perhatian Orang Tua dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IV SD', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 4(2), pp. 308–318. Available at: <https://doi.org/10.23887/jippg.v4i2.33044>.
- Rahma, S.N. and Putriningtyas, N.D. (2023) 'Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Taruna dan Taruni', *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, 3(3), pp. 47–57. Available at: <https://doi.org/10.15294/nutrizione.v3i3.72571>.
- Ridwan, M., Syukri, A. and Badarussyamsi, B. (2021) 'Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya', *Jurnal Geuthèë: Penelitian Multidisiplin*, 4(1), p. 31. Available at: <https://doi.org/10.52626/jg.v4i1.96>.
- Sari, A. (2021) 'Gambaran Kesadaran Membaca Label Kemasan Produk Pangan dan Pengetahuan Asupan Gula, Garam dan Lemak Pada Masa Pandemi Covid di wilayah Bekasi', *Jurnal Dunia Gizi*, 4, pp. 36–41. Available at: <https://doi.org/10.33085/jdg.v4i1.4793>.
- Sari, A.E. (2021) 'Overview Awareness Reading Labels Of Food Product, in the pandemic covid in Bekasi', 4(1).
- Septian, J. (2014) 'Pengetahuan Pelabelan Produsen Industri Rumah Tangga Pangan di Kota Bogor', 1.
- Suantika, P.I.R., Indriana, N.P.R.K. and Megayanti, S.D. (2024) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Masyarakat Tentang Cara Pencegahan Hepatitis', *Jurnal Persatuan Perawat Nasional*

Indonesia (JPPNI), 8(3), pp. 177–187. Available at: <https://doi.org/10.32419/jppni.v8i3.496>.

Sudiman, H. (2022) ‘Hubungan Pengetahuan Dan Kebiasaan Membaca Label Gizi Dengan Konsumsi Pangan Kemasan Pada Remaja Sman 89 Jakarta Tahun 2021’.

Syafei, A. and Badriyah, L. (2019) ‘Literasi Gizi (Nutrition Literacy) dan Hubungannya dengan Asupan Makan dan Status Gizi Remaja’, *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(04), pp. 182–190. Available at: <https://doi.org/10.33221/jikm.v8i04.402>.

UMKM, I. (2022) *Pencantuman Informasi Nilai Gizi (ING) pada Label Pangan Olahan, Istana UMKM*. Available at: <http://istanaumkm.pom.go.id/artikel-pangan/pencantuman-informasi-nilai-gizi-ing-pada-label-pangan-olahan> (Accessed: 28 February 2024).

Veríssimo, A.C. *et al.* (2019) ‘Association between the habit of reading food labels and health-related factors in elderly individuals of the community’, *Revista de Nutrição*, 32, p. e180207. Available at: <https://doi.org/10.1590/1678-9865201932e180207>.

Widiawati, D. and Komalasari, E. (2020) ‘Gambaran Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan pada Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Al Azhar Indonesia’, *JURNAL AL-AZHAR INDONESIA SERI SAINS DAN TEKNOLOGI*, 5(3), pp. 151–157. Available at: <https://doi.org/10.36722/sst.v5i3.378>.

Wijayanti, D., Purwati, A. and Retnaningsih, R. (2024) ‘Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Buku KIA’, *Jurnal Asuhan Ibu dan Anak*, 9(2), pp. 67–74. Available at: <https://doi.org/10.33867/c2byzp04>.

Yani, E.D. *et al.* (2023) ‘Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) di MAN 1 Banda Aceh’, *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(2), pp. 95–100. Available at: <https://doi.org/10.56338/promotif.v13i2.4308>.

Yuningsih, D.E. (2023) *Masalah Gizi pada Remaja*. Available at: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2214/masalah-gizi-pada-remaja (Accessed: 22 May 2024).

Zerlina, M. and Humayrah, W. (2023) ‘Hubungan Kesadaran dan Pengetahuan Gizi serta Kesadaran Kesehatan terhadap Status Gizi Remaja Jakarta’, *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12, p. 220. Available at: <https://doi.org/10.36565/jab.v12i1.722>.