



HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, STATUS GIZI, DAN TINGKAT PEMAHAMAN DENGAN PERILAKU MEMBACA LABEL GIZI

The relationship of nutrition knowledge, nutrition status, and level of understanding with the behavior of reading nutrition labels

Alfi Nur Akhfa

Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka, Jakarta, Indonesia
Email korespondensi: alfinurakhfa@gmail.com

Submitted: 7 Februari 2021

Revised: 6 April 2021

Accepted: 18 Juni 2021

How to cite: Akhfa, A. N. (2021). The relationship of nutrition knowledge, nutrition status, and level of understanding with the behavior of reading nutrition labels. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 6(1), 52-62.

ABSTRACT

The purpose of this study was to identify and to analyze the relationship between nutrition knowledge, nutrition status, and level of understanding with University Muhammadiyah Prof Dr Hamka (UHAMKA). This study used a cross sectional method with total sample of 133 students. The results showed that there was a relationship between nutrition knowledge, nutrition status, and level of understanding with the behavior of reading nutrition labels. Further research is needed to examine other factors that can influence the behavior of reading nutrition labels.

Keywords: Level of Understanding, Nutrition Knowledge, Nutrition Label, Nutrition Status, Reading Behavior

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dan menganalisis hubungan pengetahuan gizi, status gizi, dan tingkat pemahaman dengan perilaku membaca label gizi pada mahasiswa Prodi Studi Ilmu Gizi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka (UHAMKA). Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dengan jumlah sampel 133 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan gizi, status gizi, dan tingkat pemahaman dengan perilaku membaca label gizi. Penelitian lanjutan diperlukan untuk mengkaji faktor lain yang dapat memengaruhi perilaku membaca label gizi.

Kata kunci: Label Gizi, Perilaku Membaca, Pengetahuan Gizi, Status Gizi, Tingkat Pemahaman

PENDAHULUAN

Label gizi merupakan sebuah alat informasi gizi yang diberikan kepada

subjek untuk menentukan pilihan yang lebih sehat saat membeli produk makanan kemasan. Membaca label

gizi dapat digunakan untuk menjaga kesehatan dengan membantu subjek untuk menentukan pilihan makanan kemasan yang lebih sehat dan lebih baik sehingga dapat mencegah penyakit di masa yang akan datang (Verissimo et al., 2019). Meskipun label gizi bertujuan untuk memberikan informasi kepada subjek mengenai pilihan makanan yang sehat, masih banyak yang belum memanfaatkan label gizi untuk menentukan pilihan produk makanan.

Faktor-faktor yang memengaruhi pembacaan label gizi yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi lingkungan, budaya, dan ekonomi (Sumarwan et al., 2017). Adapun faktor internal terdiri atas usia, jenis kelamin, sikap, perilaku, status gizi, pemahaman label gizi, motivasi, dan pengetahuan (Drichoutis et al., 2006; Bonanno et al., 2018). Faktor yang dianggap sebagai awal kebiasaan yaitu terkait sikap dan perilaku. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Montazeri et al. (2013) bahwa sikap merupakan faktor yang penting dan efektif untuk sebuah perubahan perilaku subjek.

Perilaku merupakan sebuah reaksi dari sikap yang dimiliki oleh subjek (individu). Dalam hal ini, perilaku membaca label gizi merupakan proses untuk pencarian informasi gizi dan membuat keputusan berdasarkan informasi yang didapat (Ha & Dung, 2017). Perilaku membaca label gizi belum menjadi perhatian di masyarakat Indonesia karena

kurangnya kesadaran untuk memerhatikan komposisi gizi yang tertera pada label makanan kemasan (BPKN, 2013). Selain itu, penelitian di Semarang untuk pengguna label gizi yang menyatakan selalu membaca hanya 8%, 21% untuk yang sering membaca, 50% kadang-kadang membaca, sementara 14,5% jarang membaca, dan 1% untuk yang tidak pernah membaca label gizi (Asgha, 2016).

Sebuah perilaku membaca label gizi yang dilakukan merupakan hasil dari pengetahuan yang dimiliki seorang subjek. Pengetahuan gizi menjadi penting karena dapat memiliki efek langsung pada pemilihan makanan yang ingin dibeli subjek (Miller & Cassady, 2015). Namun, pengetahuan gizi saja tidak cukup, apabila tidak diimbangi dengan pemahaman. Pemahaman label gizi yang rendah, kurang memberikan manfaat pada pembacanya karena banyak yang dapat menemukan informasi tersebut, namun subjek tidak sepenuhnya dapat mengartikan informasi yang terdapat pada label gizi. Hal ini juga dapat menyebabkan kesalahan penafsiran dalam pembacaan membaca label gizi (Sinclair et al., 2013).

Faktor lain yang memengaruhi untuk membaca label gizi yaitu status gizi. Hasil penelitian menyebutkan bahwa mereka yang memiliki berat badan berlebih atau obesitas akan cenderung tidak membaca label gizi dibandingkan mereka yang memiliki

IMT normal (Bonanno et al., 2018; Kim, 2018). Subjek yang mengalami obesitas perlu diberikan edukasi penggunaan label nutrisi yang tepat agar mendorong subjek obesitas untuk memilih makanan yang bermanfaat bagi kesehatannya.

Menggunakan label gizi merupakan salah satu perilaku hidup sehat yang dapat dimulai ketika usia dewasa muda yaitu pada usia 18-24 tahun. Kalangan usia tersebut rata-rata didominasi oleh mahasiswa. Suatu penelitian menyatakan bahwa mahasiswa dianggap dapat menimbulkan kebiasaan sehat karena masa kuliah merupakan masa transisi dari remaja ke dewasa muda (Tallant, 2017).

Oleh karena itu, mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi dianggap memiliki konsep kesehatan yang dapat ditanamkan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui hubungan pengetahuan gizi, status gizi, dan tingkat pemahaman dengan perilaku membaca label gizi pada mahasiswa Prodi Ilmu Gizi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan (FIKES) UHAMKA pada bulan September 2020. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Prodi Ilmu Gizi FIKES UHAMKA yang masuk dalam

tahun angkatan 2016-2019 yang berjumlah 1.823 orang. Perhitungan jumlah subjek minimal menggunakan rumus uji hipotesis beda proporsi *two tail* dan menghasilkan subjek yang berjumlah 133 orang. Cara pengambilan subjek menggunakan *quota sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner melalui *Google Form* dan data sekunder berupa jumlah mahasiswa yang diperoleh dari sekretariat FIKES UHAMKA. Untuk variabel pengetahuan gizi dan tingkat pemahaman dikategorikan menjadi baik jika nilai skor $\geq 76\%$ dan kurang jika nilai skor $\leq 75\%$. Selain itu, untuk variabel status gizi dikategorikan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kategori status gizi kurus $< 18,5 \text{ kg/m}^2$, normal $18,5 - 25 \text{ kg/m}^2$ dan status gizi lebih $\geq 25 \text{ kg/m}^2$. Untuk kategori perilaku membaca label gizi digunakan perhitungan skala likert dan dikelompokkan menjadi kategori baik dan kurang baik. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi-square*.

HASIL

Sebagian besar subjek pada penelitian ini adalah perempuan (88,7%). Selain itu, rata-rata usia subjek yaitu 20 tahun dengan rentang usia 19-24 tahun. Untuk tempat tinggal, subjek lebih banyak berada di rumah (94,7%). Subjek lebih banyak pada angkatan 2017 yakni 55,6%, sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 1.

Dalam penelitian ini, pengetahuan gizi merupakan pengetahuan subjek terhadap zat gizi yang terdapat dalam produk makanan kemasan. Diperoleh hasil pengetahuan gizi sebanyak 52,6% dalam kategori kurang, sedangkan sebanyak 47,4% memiliki pengetahuan gizi yang baik. Selanjutnya terdapat status gizi yang dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu kurus, normal, dan lebih. Rata-rata status gizi subjek terdapat pada kategori normal sebanyak 68,4%, sedangkan untuk subjek yang memiliki status gizi kurus sebanyak 16,5% dan yang memiliki status gizi lebih sebanyak 15%.

Pada penelitian ini terdapat variabel tingkat pemahaman untuk mengetahui kemampuan subjek dalam mengartikan informasi yang terdapat pada label gizi produk kemasan. Subjek yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 61,7%,

sedangkan subjek yang memiliki tingkat pemahaman baik sebanyak 38,3%. Selanjutnya, subjek yang memiliki perilaku membaca label gizi kurang sebanyak 43,6% dan yang memiliki perilaku membaca label gizi baik sebanyak 56,4% (Tabel 2).

Hasil analisis hubungan antara pengetahuan gizi, status gizi, dan tingkat pemahaman dengan perilaku membaca label gizi dapat dilihat pada Tabel 3. Hasil uji tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan ($p=0,000$) antara pengetahuan gizi dengan perilaku membaca label gizi. Dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki pengetahuan kurang cenderung memiliki perilaku membaca label gizi yang kurang baik (72,9%) dan subjek yang memiliki pengetahuan gizi baik cenderung memiliki perilaku membaca label gizi yang baik (88,9%).

Tabel 1.
Gambaran distribusi subjek berdasarkan jenis kelamin, usia, tempat tinggal, dan angkatan

Variabel	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	15	11,3
Perempuan	118	88,7
Usia		
19	16	12
20	59	44,4
21	44	33,1
22	11	8,3
23	2	1,5
24	1	0,8
Tempat Tinggal		
Kos	7	5,3
Rumah	126	94,7
Angkatan		
2017	74	55,6
2018	59	44,4
Total	133	100

Tabel 2.
Distribusi subjek berdasarkan pengetahuan gizi, status gizi, tingkat pemahaman, dan perilaku membaca label gizi

Variabel	n	%
Pengetahuan Gizi		
Kurang	70	52,6
Baik	63	47,4
Status Gizi		
Kurus	22	16,5
Normal	91	68,4
Lebih	20	15,1
Tingkat Pemahaman		
Kurang	82	61,7
Baik	51	38,3
Perilaku membaca label gizi		
Kurang baik	58	43,6
Baik	75	56,4
Total	133	100

Tabel 3.
Hubungan pengetahuan gizi, status gizi, dan tingkat pemahaman dengan perilaku membaca label gizi

	Perilaku membaca label gizi				Total		<i>p</i>
	Kurang baik		Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Pengetahuan gizi							
Kurang	51	72,9	19	27,1	70	100	0,000
Baik	7	11,1	56	88,9	63	100	
Status Gizi							
Kurang	8	36,4	14	63,6	22	100	0,034
Normal	36	39,7	55	60,4	91	100	
Obesitas	14	70	6	30	20	100	
Tingkat pemahaman							
Kurang	48	82	34	41,5	82	100	0,000
Baik	10	19,6	41	80,4	51	100	

Hasil uji hubungan status gizi dengan perilaku membaca label gizi pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan ($p=0,034$). Subjek yang memiliki perilaku baik dalam membaca label gizi proporsinya lebih besar pada subjek

yang memiliki status gizi normal (60,4%). Perilaku membaca label gizi yang kurang baik terdapat pada status gizi lebih sebanyak 70% dan untuk status gizi kurus proporsinya lebih besar pada perilaku membaca label gizi yang baik (63,6%). Selanjutnya pada

hasil uji hubungan tingkat pemahaman dengan perilaku membaca label gizi menunjukkan adanya hubungan signifikan ($p=0,000$). Subjek dengan perilaku membaca label gizi baik proporsinya lebih besar pada tingkat pemahaman yang baik pula (80,4%).

DISKUSI

Pengetahuan diperlukan sebagai dorongan sikap dan perilaku setiap hari sehingga dapat dikatakan, pengetahuan merupakan stimulus terhadap tindakan seorang individu (Notoatmodjo, 2010). Hal ini dapat memengaruhi pada usaha yang dilakukan subjek dalam proses pencarian informasi sehingga subjek tidak memerlukan banyak waktu untuk membaca label gizi. Pada hasil penelitian ini diketahui bahwa sebanyak 63 subjek (47,4%) dikategorikan pada pengetahuan gizi baik, sedangkan 70 subjek (52,6%) termasuk dalam kategori pengetahuan gizi kurang. Jika dibandingkan dengan penelitian Nurhasanah (2013) pada mahasiswa IPB, penelitian tersebut memiliki hasil pengetahuan gizi yang lebih tinggi yaitu 52,7% pada kategori pengetahuan gizi baik dan 7,3% memiliki pengetahuan gizi kurang. Selain itu terdapat penelitian yang dilakukan oleh Nadhiroh & Nindya (2016) pada mahasiswa gizi UNAIR yang menyatakan bahwa sebagian besar subjek memiliki pengetahuan gizi baik yaitu 56,2% dan 43,8% mahasiswa dengan pengetahuan gizi kurang.

Pengetahuan yang dimiliki subjek akan memengaruhi proses keputusan

pembelian pada suatu produk. Ketika subjek memiliki pengetahuan baik pada label gizi, maka untuk mengambil keputusan dalam membeli produk akan lebih baik. Dalam penelitian ini subjek yang memiliki pengetahuan baik masih rendah dikarenakan subjek cenderung malas untuk membaca label gizi karena tidak adanya waktu untuk membaca label gizi dan tidak tertarik untuk membaca label gizi. Hal ini disebabkan karena masih kurangnya rasa peduli terhadap produk makanan yang dikonsumsi sehat atau tidak.

Status gizi merupakan faktor penting untuk menentukan derajat kesehatan karena dapat menggambarkan keseimbangan antara keutuhan tubuh terhadap asupan zat gizi. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa subjek yang memiliki status gizi kurus sebanyak 22 subjek (16,5%), selanjutnya yang memiliki status gizi normal sebanyak 91 subjek (68,4%), dan yang memiliki status gizi lebih sebanyak 20 subjek (15%). Hasil penelitian ini memiliki hasil yang tidak jauh berbeda dengan penelitian yang dilakukan Nurhasanah (2013) pada mahasiswa IPB yakni subjek yang memiliki status gizi kurang sebanyak 13,2%, status gizi normal sebanyak 70,3%, dan 16,5% subjek mengalami status gizi gemuk.

Pada penelitian ini, subjek yang paling banyak yaitu subjek yang berstatus gizi normal. Subjek yang memiliki status gizi normal dapat didasari oleh pengetahuan yang baik dan adanya kesadaran yang dimiliki karena akan memudahkan dalam

memilih makanan yang lebih sehat, sehingga dapat membentuk pola diet yang baik (Mardiah et al., 2020). Untuk menjaga status gizi agar tetap normal, maka perlu didukung sikap hidup yang sehat.

Tingkat pemahaman label gizi merupakan suatu kemampuan individu untuk meningkatkan informasi kuantitatif pada label gizi, menghitung informasi kuantitatif, dan kemampuan dalam memilih makanan. Untuk menggunakan informasi pada label gizi dibutuhkan pemahaman untuk menentukan pilihan makanan yang sehat (Moore et al., 2018). Hasil penelitian ini menyatakan bahwa subjek yang memiliki tingkat pemahaman baik sebanyak 51 subjek (38,3%), sedangkan 82 subjek (61,7%) memiliki tingkat pemahaman kurang.

Tingkat pemahaman sejalan dengan pengetahuan yang dimiliki subjek. Oleh karena itu, untuk memahami label gizi diperlukan pengetahuan mengenai gizi agar mendapatkan informasi secara benar. Menurut sebuah penelitian, tingkat literasi gizi yang baik memungkinkan seseorang dapat memahami label gizi sehingga dapat memilih produk makanan yang lebih sehat (Mardiah et al., 2020). Subjek yang memiliki pemahaman yang kurang dikarenakan subjek kesulitan untuk menjawab pertanyaan mengenai istilah yang terdapat dalam informasi nilai gizi dan zat gizi yang perlu diperhatikan saat mengonsumsi. Hal ini merupakan masalah yang umum ditemukan di masyarakat (Safitri & Rahayu, 2018).

Masih kurangnya pemahaman mengenai istilah yang terdapat dalam label gizi menyebabkan subjek tidak memahami betul informasi yang disajikan label gizi pada produk kemasan.

Membaca label gizi merupakan sebuah perilaku yang dilakukan oleh individu untuk mendapatkan informasi dalam menentukan keputusan saat membeli produk (Zepeda et al., 2013). Perilaku membaca label gizi yang baik dapat terjadi karena adanya dorongan niat dari individu tersebut untuk melakukan suatu tindakan karena seorang individu yang sudah mengetahui apa yang baik untuk dirinya, maka akan cenderung berperilaku baik bagi dirinya sendiri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 133 mahasiswa Prodi Gizi FIKES UHAMKA, terdapat 89 subjek (66,9%) memiliki perilaku baik dan perilaku yang kurang baik sebanyak 44 subjek (33,1%). Jika dibandingkan dengan penelitian yang serupa, perilaku membaca label gizi pada mahasiswa FIKES UHAMKA dapat dikategorikan cukup baik. Pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN yang membaca label gizi sebesar 21,5% (Oktaviana, 2017), sedangkan pada mahasiswa FKM UI tingkat untuk membaca label gizi umumnya masih rendah yakni sebesar 39,1% (Zahara, 2009).

Jika dilihat dari alasan yang diberikan subjek, banyak yang tidak membaca label gizi sebelum membeli produk tersebut dikarenakan banyak

subjek yang menyatakan terburu-buru atau tidak ada waktu untuk membaca label gizi. Hassan & Dimassi (2017) mengatakan bahwa label gizi dapat membantu seseorang untuk mengubah kebiasaannya. Menggunakan informasi yang terdapat dalam label gizi merupakan cara untuk meminimalkan risiko membeli barang yang tidak diketahui asalnya (Ha & Dung, 2017).

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan perilaku membaca label gizi pada mahasiswa Prodi Ilmu Gizi FIKES UHAMKA. Hal ini dikarenakan pengetahuan gizi dapat memudahkan subjek untuk membaca informasi label gizi. Pengetahuan gizi menjadi peran utama terkait frekuensi penggunaan label gizi karena dapat meningkatkan kesadaran kesehatan yang ditunjukkan dengan adanya motivasi dalam memilih makanan sehat (Benajiba et al., 2020). Pada sebuah penelitian juga menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan seseorang terhadap kepatuhan membaca label gizi pada makanan kemasan (Fatmaningtyas & Andrias, 2016). Selain itu, penelitian Miller & Cassady (2015) juga menyatakan adanya hubungan positif antara pengetahuan dengan penggunaan label makanan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara status gizi dengan perilaku membaca label gizi pada mahasiswa Prodi Ilmu Gizi FIKES UHAMKA. Status gizi yang normal cenderung memiliki perilaku membaca

label gizi yang baik, dan sebaliknya untuk mahasiswa dengan status gizi lebih, memiliki perilaku membaca label gizi yang kurang baik. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini et al. (2018) bahwa status gizi berhubungan dengan perilaku membaca label gizi. Mayoritas mahasiswa yang berstatus gizi normal memiliki perilaku yang baik dalam memilih makanan kemasan dan didukung dengan tingkat pengetahuan membaca label informasi gizi yang baik pula.

Pada penelitian Loureiro et al. (2011) menyatakan bahwa para pengguna label gizi memiliki status gizi yang normal, sedangkan subjek yang tidak berperilaku baik memiliki IMT yang lebih tinggi. Pada penelitian ini, subjek yang memiliki status gizi lebih cenderung memiliki perilaku yang kurang baik karena subjek yang memiliki status gizi lebih, banyak yang lebih memerhatikan jenis produk makanan yang diinginkan dan tidak memerhatikan kandungan gizi yang terkait dengan kondisi kesehatan mereka. Adapun pada subjek yang memiliki status gizi kurus dan normal memiliki perilaku yang baik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara tingkat pemahaman dengan perilaku membaca label gizi. Dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman berkaitan dengan perilaku membaca label gizi pada mahasiswa. Hasil ini sejalan dengan penelitian Liu et al. (2015) bahwa pemahaman subjektif memberikan pengaruh positif

pada penggunaan label gizi karena dapat membantu subjek untuk membandingkan produk kemasan. Subjek yang mengaku menggunakan label gizi sering tidak sepenuhnya memahami informasi label gizi. Subjek masih banyak yang tidak memahami istilah yang terdapat pada informasi nilai gizi dan masih kurang memahami zat gizi apa saja yang harus dibatasi dan zat gizi yang harus lebih banyak dikonsumsi. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan dan keterpaparan informasi mengenai label gizi.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi, status gizi, dan tingkat pemahaman dengan perilaku membaca label gizi. Perilaku membaca label gizi dapat membantu subjek untuk mengubah kebiasaan hidup menjadi lebih sehat. Pada penelitian selanjutnya diperlukan untuk melihat faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi perilaku membaca label gizi dan perlunya penelitian pada masyarakat luas agar lebih mengetahui seberapa besar perhatian masyarakat terhadap label gizi. Selain itu, dibutuhkan penelitian mengenai dampak tidak berperilaku membaca label gizi terhadap perkembangan penyakit yang berhubungan dengan gizi lebih atau kurang.

DAFTAR RUJUKAN

Anggraini, S., Handayani, D., & 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), 74-84.

Asgha, B. (2016). Analisis Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi pada Produk Pangan Oleh Subjek di Kota Semarang. *Buletin Studi Ekonomi*, 21(2), 115-232.

Kemendes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Benajiba, N., Mahrous, L., Bernstein, J., & Aboul-Enein, B. H. (2020). Food labeling use by consumers in Arab countries: a scoping review. *Journal of Community Health*, 45(3), 661-674.

Bonanno, A., Bimbo, F., Cleary, R., & Castellari, E. (2018). Food labels and adult BMI in Italy—an unconditional quantile regression approach. *Food Policy*, 74(issue C), 199-211.

Badan Perlindungan Konsumen Nasional. 2013. Hasil Kajian BPKN di Bidang Pangan Terkait Perlindungan Konsumen. Jakarta

Drichoutis, A. C., Lazaridis, P., & Nayga, R. M. (2006). Consumers' use of nutritional labels: a review of research studies and issues. *Academy of Marketing Science Review*, 9(9), 1-22.

Fatmaningtyas, H., & Andrias, D. R. (2016). Hubungan pengetahuan dan keterampilan dengan kepatuhan membaca label gizi makanan

- kemasan pada ibu balita di Kecamatan Rungkut, Surabaya. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 14(3).
- Ha, N. M., & Dung, N. T. (2017). To study consumers' use of information on food labels in Vietnam. *International Review of Management and Marketing*, 7(1), 175-182.
- Hassan, H. F., & Dimassi, H. (2017). Usage and understanding of food labels among Lebanese shoppers. *International Journal of Consumer Studies*, 41(5), 570-575.
- Kim, S. D. (2018). Relationship between awareness and use of nutrition labels and obesity. *Biomedical Research*, 29(11), 2238-2242.
- Liu, R., Hoefkens, C., & Verbeke, W. (2015). Chinese consumers' understanding and use of a food nutrition label and their determinants. *Food Quality and Preference*, 41, 103-111.
- Loureiro, M. L., Yen, S. T., & Nayga, Jr, R. M. (2012). The effects of nutritional labels on obesity. *Agricultural economics*, 43(3), 333-342.
- Mardiah, W., & Lumbantobing, V. B. (2020). Student knowledge in reading nutrient label information and types of packaging food consumed by nursing students. *Media Keperawatan Indonesia*, 3(2), 45-53.
- Miller, L. M. S. & Cassady, D. L. (2015). The effects of nutrition knowledge on food label use. A review of the literature. *Appetite*, 92, 207-216.
- Montazeri, B., Sharifinia, K., Hadian, H., Mohammadbagher, S., & Bazarkhak, S. (2013). The impact of attitude on consumer behavior. *Universal Journal of Management and Social Sciences*, 3(3), 72-77.
- Moore, S. G., Donnelly, J. K., Jones, S., & Cade, J. E. (2018). Effect of educational interventions on understanding and use of nutrition labels: a systematic review. *Nutrients*, 10(10), 1432.
- Nadhiroh, N. O. O. S. R. & Nindya, T. S. (2017). Jenis kelamin dan pengetahuan dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi di kalangan mahasiswa. *Adi Husada Nursing Journal*, 2(2), 49-52.
- Notoatmodjo, S. (2010). Promosi Kesehatan dan Ilmu perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi penelitian kesehatan.
- Nurhasanah, A. R. (2013). Hubungan Persepsi dan Perilaku Subjek di DKI Jakarta terhadap Label Gizi Pangan dengan Status Gizi dan Kesehatan. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Oktaviana, W. (2017). Hubungan antara Karakteristik Individu dan Pengetahuan Label Gizi dengan Membaca Label Gizi Produk Pangan Kemasan pada Subjek di 9 Supermarket Wilayah Kota Tangerang Selatan Tahun 2016. [*Skripsi*]. Jakarta: Fakultas

- Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, UIN Syarif Hidayatullah.
- Safitri, D. E., & Rahayu, N. S. (2018). The effect of food label literacy education on high school students' knowledge. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 3(2), 91-95.
- Sinclair, S., Hammond, D., & Goodman, S. (2013). Sociodemographic differences in the comprehension of nutritional labels on food products. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 45(6), 767-772.
- Sumarwan, U., Simanjuntak, M., & Yuliati, L. N. (2017). Meta-analysis study: reading behavior of food products label. *Journal of Consumer Sciences*, 2(2), 26-40.
- Tallant, A. (2017). First-year college students increase food label-reading behaviors and improve food choices in a personal nutrition seminar course. *American Journal of Health Education*, 48(5), 331-337.
- Verissimo, A. C., Barbosa, M. C. D. A., Almeida, N. A. V., Queiroz, A. C. C., Kelmann, R. G., & Silva, C. L. A. D. (2019). Association between the habit of reading food labels and health-related factors in elderly individuals of the community. *Revista de Nutrição*, 32:e180207, 1-12.
- Zahara, S. (2009). Hubungan Karakteristik Individu, Pengetahuan, dan Faktor Lain dengan Kepatuhan Membaca Label Informasi Nilai Gizi, Komposisi, dan Kedaluwarsa pada Mahasiswa FKM UI Depok Tahun 2009. [Skripsi]. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia.
- Zepeda, L., Sirieix, L., Pizarro, A., Corderre, F., & Rodier, F. (2013). A conceptual framework for analyzing consumers' food label preferences: an exploratory study of sustainability labels in France, Quebec, Spain and the US. *International Journal of Consumer Studies*, 37(6), 605-616.