

Correlation between Knowledge and Nutritional Status with Reading Behavior of Packaged Food Nutrition Labels Cosmetology Students Unesa

Chelsea Aliffia Linnasiputri^{1*}, Lini Anisfatus¹

Correspondensi e-mail: chelsea.20027@mhs.unesa.ac.id

¹ Program Studi Gizi, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

ABSTRACT

Having good behavior in reading information labels on the nutritional value of food before buying packaged food is one of the messages in the balanced nutrition guidelines. The purpose of this research is to determine the correlation between knowledge and nutritional status with reading behavior of packaged food nutrition labels cosmetology students Unesa. The method in this research is quantitative analytical observational with a cross-sectional research design. Respondents of this research were Unesa Cosmetology Education student totaled 44 people selected using random sampling technique. Data were analyzed using the Spearman Rank test. The results of this study show that in the knowledge about nutrition labels, 57% of respondents have knowledge about nutrition labels in the sufficient category, followed by 25% of respondents in the good category, and 18% of respondents in the poor category. In the nutritional status variable, 61% of respondents had a normal nutritional status and 39% of respondents had an abnormal nutritional status. And in the behavioral variable of reading packaged food nutrition labels, 56.8% of respondents had nutritional label reading behavior in the sufficient category, followed by 22.7% of respondents in the poor category, and 20.5% of respondents in the good category. Statistical analysis using the Spearman Rank test obtained p -value = 0.303 for the correlation between knowledge and the reading behavior of nutrition facts on packaged food, p -value = 0.780 for the analysis of the relationship between nutritional status and the reading behavior of nutrition facts on packaged food. These results show that there is no significant relationship between knowledge and the reading behavior of nutrition facts on packaged food, whereas there is no significant relationship between nutritional status and the reading behavior of nutrition facts on packaged food.

ARTICLE INFO

Submitted: 23 April 2024

Accepted: 11 May 2024

Keywords:

Nutritional labels; food packaging; knowledge; nutritional status; reading behavior of nutritional labels; college students

Hubungan Pengetahuan dan Status Gizi dengan Perilaku Membaca Label Gizi Makanan Kemasan Mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa

ABSTRAK

Memiliki perilaku baik dalam membaca label gizi sebelum membeli makanan kemasan merupakan salah satu pesan dalam pedoman gizi seimbang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan status gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan pada mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasional analitik kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Responden penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa berjumlah 44 orang yang dipilih dengan teknik *random sampling*. Data dianalisis menggunakan uji *Spearman Rank*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada variabel pengetahuan mengenai label gizi, 57% responden mempunyai pengetahuan mengenai label gizi dengan kategori cukup, disusul 25% responden dengan kategori baik, dan 18% responden dengan kategori kurang. Pada variabel status gizi, 61% responden mempunyai status gizi kategori normal dan 39% responden mempunyai status gizi kategori tidak normal. Dan pada variabel perilaku membaca label gizi makanan kemasan, 56,8% responden mempunyai perilaku

Kata Kunci:

Label gizi; makanan kemasan pengetahuan; status gizi; perilaku membaca label gizi; mahasiswa

membaca label gizi dengan kategori cukup, disusul dengan 22,7% responden dengan kategori kurang, dan 20,5% responden dengan kategori baik. Analisis statistik menggunakan uji *Spearman Rank* mendapatkan nilai *p-value* = 0,303 untuk analisis hubungan pengetahuan dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan, nilai *p-value* = 0,780 untuk analisis hubungan status gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan, dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan.

DOI: <http://dx.doi.org/10.62870/jgkp.v5i1.25003>

Pendahuluan

Dalam rentan waktu 2013 hingga 2018, permasalahan kesehatan seperti obesitas, diabetes melitus, dan penyakit kardiovaskular menunjukkan peningkatan. Berdasarkan hasil data Riskesdas tahun 2018, di Indonesia terdapat peningkatan prevalensi obesitas pada penduduk usia di atas 18 tahun menjadi 21% dari sebelumnya yaitu 14,8%. Ada peningkatan prevalensi diabetes pada penduduk berusia di atas 15 tahun menjadi 8,5% dari sebelumnya adalah 6,9%. Selain itu juga terdapat peningkatan prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun yaitu menjadi 34,1% dari sebelumnya 25,8%. Kondisi obesitas, diabetes melitus, dan penyakit kardiovaskular berkaitan dengan pola makan yang salah.

Peningkatan prevalensi permasalahan kesehatan terkait obesitas, diabetes melitus, dan penyakit kardiovaskular itu salah satunya merupakan akibat pola makan tidak sehat atau salah (Palupi, *et al.*, 2017). Seiring berkembangnya budaya, industrialisasi, ekonomi, dan teknologi, masyarakat mulai mengadopsi kebiasaan-kebiasaan baru dalam cara mengonsumsi makanan, seperti beralih ke makanan siap saji atau makanan kemasan karena alasan kepraktisan dan harga yang terjangkau (Palupi *et al.*, 2017). Ini didukung oleh penelitian dari Fitri *et al.*, (2020), di mana prevalensi makanan beresiko yang terbanyak dipilih dan dikonsumsi masyarakat berumur diatas 10 tahun yaitu makanan berpenyedap sebesar 77,8%, manis sebesar 68,1%, berkafein sebesar 36,5%, dan asin sebesar 24,5% (Fitri *et al.*, 2020). Perlu rasa waspada dalam konsumsi makanan kemasan. Hal ini dikarenakan makanan kemasan mengandung gula, sodium, asam lemak jenuh, asam lemak trans, serta pengawet cukup tinggi yang jika dikonsumsi terlalu banyak dan tidak sesuai dengan anjuran dapat meningkatkan prevalensi permasalahan kesehatan terkait diet (WHO, 2004).

Langkah awal yang bisa dilakukan untuk memulai kebiasaan mengonsumsi makanan sesuai dengan takaran atau porsi yang dianjurkan adalah membaca label gizi pada kemasan sebelum memilih dan membeli makanan kemasan. Dengan membaca label makanan, maka ini bisa efektif dalam membantu mengendalikan asupan produk makanan, dengan demikian asupan yang masuk sesuai kebutuhan (Mahmuudah *et al.*, 2020). Selain itu, membaca label makanan juga menjadi pesan umum pedoman gizi seimbang yang harus diterapkan masyarakat.

Label gizi merupakan daftar bahan gizi dan non gizi yang terdapat pada makanan olahan yang diperjualbelikan sesuai format yang sudah ditentukan (Kemenkes RI, 2019). Isi dari tabel informasi nilai gizi antara lain jumlah sajian per kemasan, takaran saji, persentase AKG, catatan kaki dan jumlah dan jenis kandungan zat gizi. Jenis zat gizi yang harus dipaparkan antara lain, lemak total, lemak jenuh, energi total, karbohidrat total, protein, garam (natrium), dan gula. Tujuan pencantuman label gizi pangan adalah menginformasikan kepada konsumen terkait asal produk, kandungan gizi, keamanan mutu produk, serta informasi lainnya pada produk sebelum keputusan pembelian diambil oleh konsumen (Moniharapon dalam Ningrum, 2015). Informasi nilai gizi dalam makanan kemasan ini juga digunakan untuk mengedukasi konsumen untuk mengetahui kualitas dari gizi yang terkandung pada produk yang hendak dibeli serta menyadari konsekuensi mengonsumsi produk tersebut terhadap kesehatannya. Tidak hanya untuk melihat informasi kandungan gizi, dari tabel informasi nilai gizi makanan kemasan ini konsumen dapat memilih dan membandingkan beberapa pilihan produk, menentukan kualitas gizi makanan, memilih makanan sesuai dengan diet tertentu yang sedang dijalani, dan mengatur nutrisi tertentu yang seharusnya dikurangi atau yang harus ditambah.

Kesadaran konsumen untuk dapat mengetahui dan memiliki perilaku membaca label gizi makanan kemasan sangat diperlukan. Salah satu indikator dari kesadaran adalah pengetahuan (Wardhani, 2008). Pengetahuan bisa dikatakan sebagai hasil proses tahu sesudah seorang individu mengindra objek tertentu (Adventus *et al.*, 2019). Untuk memperluas pengetahuan, diperlukan rasa ingin tahu untuk selalu mencari dan mengalami hal-hal baru. (Widyaningrum, 2013).

Faktor lainnya yang mungkin berhubungan dengan perilaku saat membaca informasi label gizi pada kemasan makanan yaitu status gizi. Perilaku dalam memilih makanan kemasan ini nantinya dapat berpengaruh pada status gizi seorang individu (Anggraini et al., 2018). Status gizi merupakan gambaran yang terlihat pada individu sebagai hasil dari asupan gizi yang dikonsumsi sehari - hari (Harjatno et al., 2017). Individu dengan asupan gizi yang kurang, akan memiliki status gizi kurang, kebalikannya pada individu yang asupan gizinya berlebih akan memiliki status gizi lebih. Cara dalam penilaian status gizi tersebut di antaranya yaitu melalui pengukuran IMT. Penggunaan IMT ini untuk menentukan status gizi untuk usia di atas 19 tahun. Dengan perhitungan IMT, status gizi seseorang dapat dinilai setelah membandingkan hasil perhitungan menggunakan rumus IMT dengan batas ambang IMT merujuk ketentuan FAO/WHO. Kategori status gizi IMT pada individu menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Pedoman Gizi Nasional (PGN) tahun 2014 dapat dibagi menjadi normal (18,5 – 25,0), kurus (<18,5), serta gemuk (>25,0).

Beberapa penelitian didapatkan hasil yaitu konsumen produk makanan kemasan terbanyak yaitu pelajar dan mahasiswa (Putri et al., 2020). Mahasiswa berada dalam rentan umur 18-25 yang mana termasuk dewasa khususnya dewasa awal. Berdasarkan kategori usia menurut peraturan Kemenkes, usia dewasa berada pada rentang 19-44 tahun (Kemenkes RI, 2016). Menurut beberapa penelitian, masih banyak dari mahasiswa yang belum menerapkan perilaku membaca label gizi makanan kemasan. Berdasarkan hasil penelitian dari Sumartini & Ningrum (2022), didapatkan jawaban responden remaja berusia 12-21 tahun dalam menjalankan perilaku membaca label sebelum membeli makanan kemasan selalu sebanyak 40 responden (37,7%) dan kadang-kadang (44,3%) serta beberapa hanya mengecek tanggal kadaluwarsa. Hasil ini sesuai penelitian pada mahasiswa usia dewasa awal Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Al Azhar Indonesia, didapatkan bahwa sebanyak 45,56% sering membaca label makanan, sebanyak 44,44% jarang membaca label makanan, dan hanya 10% yang selalu membaca label makanan (Widiawati & Komalasari, 2020). Dengan beberapa hasil penelitian di atas, maka dapat dinilai bahwa masih rendah perilaku membaca label gizi pada mahasiswa.

Pendidikan menjadi salah satu pengaruh dalam pengetahuan seseorang (Darsini et al., 2019). Tingkat pendidikan yang bertambah tinggi maka akan memudahkan seseorang memahami dan menerima informasi, serta semakin berpengetahuan (Illavina & Kusumaningati, 2022). Dalam hal pemenuhan kebutuhan gizi dan pemilihan bahan makanan, masyarakat yang berpendidikan biasanya lebih mudah memahami informasi gizi (Darsini et al., 2019). Menurut hasil penelitian Nagya dan Campos *et al*, mereka yang berpendidikan lebih tinggi cenderung sering membaca label kemasan dibandingkan mereka yang memiliki pendidikan lebih rendah (Purnama, 2012).

Berdasarkan pembahasan latar belakang di atas, maka perlu dilakukan penelitian terkait hubungan pengetahuan dan status gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan pada mahasiswa Unesa. Pemilihan subjek khusus yang dipilih adalah mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa disebabkan karena mahasiswa Pendidikan Tata Rias merupakan contoh gambaran masyarakat perkotaan dengan pengetahuan gizi terutama mengenai label gizi dan perilaku membaca label gizi makanan kemasan yang beragam. Masyarakat perkotaan lebih tinggi dalam tingkat konsumsi makanan kemasan dibandingkan wilayah pedesaan (Pandey et al., 2020). Selain itu, sebagai mahasiswa Pendidikan Tata Rias perlu untuk memperhatikan kualitas gizi untuk menjaga kondisi tubuh, kulit dan penampilan secara umum (Szypowska et al., 2020). Salah satu cara untuk memperhatikan kualitas gizi adalah dengan memperhatikan asupan gizi dan makanan yang dikonsumsi. Hal ini bisa dicapai dengan memperhatikan label gizi pada kemasan sebelum membeli makanan kemasan.

Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan terhadap 14 mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa, didapatkan sebanyak 21,4% mahasiswa selalu membaca, sebanyak 50% terkadang membaca, dan sebanyak 28,6% tidak pernah membaca label gizi pada makanan kemasan sebelum membelinya. Persentase ini tidak menunjukkan hasil memuaskan dikarenakan masih sedikitnya persentase responden yang membaca label gizi sebelum membeli makanan kemasan. Hal ini perlu menjadi perhatian dikarenakan membaca label gizi pada konsumen makanan kemasan sangat diperlukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan status gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan pada mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa.

Metode

Metode observasional analitik kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional* digunakan pada penelitian ini. Pelaksanaan penelitian di Program Studi Pendidikan Tata Rias, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya pada bulan Maret – Mei 2023. Populasi penelitian ini terdiri dari 75 mahasiswa Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Surabaya. Teknik *random sampling* dimanfaatkan sebagai teknik sampling dengan kriteria inklusi yakni mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa yang berumur di atas 19 tahun; dan mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa yang mau menjadi responden

dan menandatangani *informed consent*, dan kriteria eksklusi adalah mahasiswa yang menderita keluhan (penyakit) tertentu seperti oedema; asites; dan hepatomegali. Penentuan jumlah sampel melalui rumus perhitungan sampel *cross sectional* sehingga didapatkan 44 mahasiswa sebagai sampel.

Data yang akan dikumpulkan untuk pelaksanaan penelitian ini berupa data primer. Pengumpulannya dengan lembar *informed consent*, identitas responden, data pengetahuan responden, data status gizi responden, dan data perilaku membaca label gizi makanan kemasan yang diberikan peneliti.

Identitas responden diperoleh dengan cara mengisi kuesioner yang berisi nama, jenis kelamin, umur, no. Telepon (WA), email, angkatan Data pengetahuan mengenai label gizi diperoleh melalui pengisian lembar tes berupa pilihan ganda oleh responden yang terdiri dari 15 butir soal dengan 4 pilihan opsi jawaban dimana skor jawaban benar yaitu 1, dan salah yaitu 0. Responden diminta memilih jawaban yang dinilai benar dengan membeli silang (x). Instrumen tes pengetahuan pada penelitian ini adalah hasil adopsi instrumen tes pada penelitian dari Sekarputri (2019) yang telah diuji validitasnya dan seluruh butir pertanyaan dinyatakan valid. Hasil tes pengetahuan kemudian dikategorikan menjadi 3 kategori berdasarkan nilai tertile yang didapatkan dari hasil uji statistik dengan SPSS, dengan kategori kurang = $X < T_1$, cukup = $T_1 \leq X \leq T_3$, dan baik = $X > T_3$. Dengan nilai $T_1 = 33,3$; $T_2 = 40$; dan $T_3 = 46,6$.

Data mengenai status gizi didapatkan melalui pengukuran IMT yang didapatkan berdasarkan pengukuran tinggi badan dengan microtaise serta berat badan dengan timbangan berat badan digital. Masing-masing dilakukan sebanyak dua kali. Hasil pengukuran IMT kemudian dikategorikan menjadi 2 kategori, yaitu IMT tidak normal = $<18,5$ dan >25 ; IMT normal = $18,5-25,0$.

Perilaku membaca label gizi pada makanan kemasan diperoleh dengan cara pengisian kuesioner oleh responden dengan sistem *self reported* mengenai perilaku membaca label gizi makanan kemasan. Instrumen kuesioner perilaku pada penelitian ini adalah hasil adopsi instrumen kebiasaan pada penelitian dari Sekarputri (2019) yang telah diuji validitasnya dan seluruh butir pertanyaan dinyatakan valid. Hasil pengisian kuesioner perilaku kemudian dikategorikan menjadi 3 kategori berdasarkan nilai tertile yang didapatkan dari hasil uji statistik dengan SPSS, dengan kategori kurang = $X < T_1$, cukup = $T_1 \leq X \leq T_3$, dan baik = $X > T_3$. Dengan nilai $T_1 = 34$; $T_2 = 35,5$; dan $T_3 = 40$.

Analisis univariat dan analisis bivariat akan dilakukan. Analisis univariat ini terhadap pengetahuan mengenai label gizi, status gizi, dan perilaku membaca label gizi pada makanan kemasan pada mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa, sedangkan analisis bivariat ditujukan dalam rangka melihat hubungan antar variabel, sehingga uji *spearman rank* digunakan untuk menilai apakah ada hubungan antara pengetahuan dan status gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan pada mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa.

Kode Etik Kesehatan

Pelaksanaan penelitian ini sudah memperoleh persetujuan etik (*Ethical Approval*) dari Komisi Etik Fakultas Kedokteran Gizi Universitas Airlangga dengan no : 576/HRECC.FODM/V/2023.

Hasil

Responden dalam penelitian ini berada pada rentan umur 19-21 tahun. Mayoritas dari responden yaitu 23 responden (52%) berumur 20 tahun, disusul umur 19 tahun sebanyak 12 responden (27%), serta ada sejumlah 9 responden (21%) yang berumur 21 tahun. Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi pengetahuan mengenai label gizi, status gizi, dan perilaku membaca label gizi makanan kemasan pada responden. Pada variabel pengetahuan mengenai label gizi, lebih dari setengah responden mempunyai pengetahuan mengenai label gizi dengan kategori cukup atau ada sejumlah 25 responden (57%), disusul responden dengan pengetahuan mengenai label gizi kategori baik yaitu sejumlah 11 responden (25%), serta responden dengan pengetahuan mengenai label gizi dengan kategori kurang yaitu sejumlah 8 responden (18%). Pada variabel status gizi, lebih dari setengah responden mempunyai status gizi kategori normal yakni ada sejumlah 27 responden (61%) serta ada sebanyak 17 responden (39%) dengan status gizi kategori tidak normal. Dan pada variabel perilaku membaca label gizi makanan kemasan, mayoritas responden mempunyai perilaku membaca nilai gizi makanan kemasan kategori cukup yakni ada sejumlah 25 responden (56,8%), disusul dengan responden yang mempunyai perilaku membaca nilai gizi makanan kemasan kategori kurang yaitu ada sejumlah 10 responden (22,7%), dan ada sejumlah 9 responden (20,5%) responden dengan perilaku membaca nilai gizi makanan kemasan kategori baik.

Tabel 2 menunjukkan distribusi frekuensi persentase jawaban pertanyaan pengetahuan mengenai label gizi dimana kelompok pertanyaan fungsi dan komponen label gizi mendapat persentase jawaban benar 41% dan jawaban salah 59%, kelompok pertanyaan ketentuan kandungan gizi dan batas konsumsi mendapat persentase jawaban benar 41% dan jawaban salah 59%, dan kelompok pertanyaan analisis informasi nilai gizi mendapat persentase jawaban benar 38% dan jawaban salah 62%.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Penelitian

Variabel	n	%
Pengetahuan Mengenai Label Gizi		
Kurang	8	18
Cukup	25	57
Baik	11	25
Status Gizi		
Tidak Normal	17	39
Normal	27	61
Perilaku Membaca Label Gizi Makanan Kemasan		
Kurang	10	22,7
Cukup	25	56,8
Baik	9	20,5

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Persentase Jawaban Pertanyaan Pengetahuan Mengenai Label Gizi

Kelompok	Butir Soal	Rata-Rata (%)	
		Benar	Salah
Fungsi dan komponen label gizi	1 – 4	41%	59%
Ketentuan kandungan gizi dan batas konsumsi	5 – 7	41%	59%
Analisis informasi nilai gizi	8 – 15	38%	62%

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden jarang membaca seluruh jenis informasi nilai gizi pada makanan kemasan dimana pada jenis informasi sajian persentase responden tidak pernah membaca 11%, jarang membaca 64%, sering membaca 19%, dan selalu membaca 6%; pada jenis informasi AKG persentase responden tidak pernah membaca 24%, jarang membaca 65%, sering membaca 9%, dan selalu membaca 2%; pada jenis informasi energi persentase responden tidak pernah membaca 18%, jarang membaca 61%, sering membaca 16%, dan selalu membaca 5%; pada jenis informasi zat gizi makro persentase responden tidak pernah membaca 14%, jarang membaca 60%, sering membaca 25%, dan selalu membaca 1%; dan pada jenis informasi zat gizi mikro persentase responden tidak pernah membaca 17%, jarang membaca 67%, sering membaca 15%, dan selalu membaca 1%.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Jenis Informasi Nilai Gizi yang Dibaca Responden pada Makanan Kemasan

Jenis Informasi	Rata - Rata (%)			
	Tidak Pernah	Jarang	Sering	Selalu
Sajian	11%	64%	19%	6%
AKG	24%	65%	9%	2%
Energi	18%	61%	16%	5%
Zat gizi makro	14%	60%	25%	1%
Zat gizi mikro	17%	67%	15%	1%

Tabel 4 Analisis Hubungan Pengetahuan Mengenai Label Gizi dan Status Gizi dengan Perilaku Membaca Label Gizi Makanan Kemasan

Variabel	Perilaku Membaca Label Gizi Makanan Kemasan								p	r	
	Kurang		Cukup		Baik		Total				
	N	%	n	%	n	%	n	%			
Pengetahuan Mengenai Label Gizi											
Kurang											
Cukup	3	6,8	4	9,1	1	2,3	8	18,2	0,303	0,159	
Baik	4	9,1	17	38,6	4	9,1	25	56,8			
Total	3	6,8	4	9,1	4	9,1	11	25			
Status Gizi											
Tidak Normal	4	9,1	10	22,7	3	6,8	17	38,6	0,780	0,043	
Normal	6	13,6	15	34,1	6	13,6	27	61,4			
Total	10	22,7	25	56,8	9	20,5	44	100			

Tabel 4 merupakan hasil analisis uji *spearman rank* hubungan antara pengetahuan mengenai label gizi dan status gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan yang disajikan dalam tabel silang, disertai koefisien jumlah responden, persentase jumlah responden, koefisien korelasi (r) serta nilai p -value. Analisis hubungan antara pengetahuan mengenai label gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan memperoleh p dengan nilai $0,303 > 0,05$ yang memiliki arti bahwa antara kedua variabel tersebut tidak ditemukan hubungan bermakna. Dan analisis hubungan antara status gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan memperoleh nilai $0,780$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa antara kedua variabel tersebut tidak berhubungan bermakna.

Pembahasan

Penelitian ini didapatkan hasil yaitu lebih dari setengah responden (57%) memiliki pengetahuan mengenai label gizi yang cukup. Setiap pertanyaan tes pada penelitian ini termasuk dalam dua tingkat kesulitan, yaitu *Middle Order Thinking Skill* (MOTS) dan *Higher Order Thinking Skill* (HOTS). Ranah *Middle Order Thinking Skill* (MOTS) atau keterampilan berpikir tingkat menengah yang dalam Taksonomi Bloom revisi Farida (2017) termasuk dalam tingkat dua yaitu memahami dan pertanyaan yang termasuk dalam tingkat ini adalah kelompok pertanyaan mengenai fungsi dan komponen label gizi (pertanyaan nomer 1-4), serta mengenai ketentuan kandungan gizi dan batas konsumsi (pertanyaan nomer 5-7). Sedangkan pertanyaan HOTS atau keterampilan berpikir tingkat tinggi yang dalam Taksonomi Bloom revisi Farida (2017) termasuk dalam tingkat empat yaitu analisis dan pertanyaan yang termasuk tingkat ini adalah kelompok pertanyaan mengenai analisis informasi nilai gizi (pertanyaan nomer 8-15).

Dalam menjawab pertanyaan dalam kategori MOTS, dibutuhkan pemahaman yang cukup terlebih dahulu pada responden mengenai label gizi. Sehingga apabila pertanyaan MOTS dapat terjawab dengan benar, maka responden dapat memahami konsep yang benar dalam mengerjakan pertanyaan dalam kategori HOTS yang merupakan pertanyaan mengenai analisis informasi gizi. Dalam penelitian ini, sebanyak 59% responden menjawab salah dalam menjawab pertanyaan kategori MOTS, sehingga responden kesulitan dalam mengerjakan pertanyaan kategori HOTS yang dibuktikan dengan sebanyak 62% responden menjawab salah.

Sebelum menjawab pertanyaan mengenai analisis informasi gizi yang termasuk dalam pertanyaan HOTS, dibutuhkan kemampuan responden dalam membaca informasi dalam label gizi. Apabila responden mempunyai kemampuan yang baik dalam membaca label gizi, maka responden akan dengan mudah untuk memahami informasi yang tercantum dalam makanan kemasan (Badriyah & Syafei, 2019). Cara perhitungan informasi kandungan zat gizi penting untuk diketahui karena tidak semua makanan kemasan hanya memiliki satu takaran saji. Dengan kurangnya kemampuan dalam menginterpretasikan informasi kandungan dalam label gizi berdampak pada ketidakmampuan konsumen dalam memilih makanan yang sesuai kebutuhan gizi masing-masing (McLean & Hoek, 2014).

Penelitian ini didapatkan hasil yaitu mayoritas responden atau sejumlah 27 orang (61%) memiliki status gizi normal. Status gizi pada usia dewasa dipengaruhi faktor-faktor seperti jenis kelamin, umur, pendapatan, sosial budaya, kebiasaan makan, pendidikan, aktivitas fisik, dan lingkungan. (Santosa & Imelda, 2022). Umur dan jenis kelamin menentukan status gizi seorang individu, sehingga menjadi faktor yang berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Hal ini dikarenakan perhitungan kebutuhan gizi seseorang dipengaruhi oleh umur dan jenis kelamin yang terlihat dari perbedaan kebutuhan gizi pada kelompok umur dan jenis kelamin yang berbeda (Suharsa & Sahnaz, 2016). Selain itu, pada umumnya perempuan lebih status gizi dirinya dengan aktif berdiet dibandingkan laki-laki (Yastirin & Dewi, 2022). Selain penjelasan faktor di atas, pendidikan pendapatan, sosial budaya, dan lingkungan juga dapat mempengaruhi status gizi seseorang (Santosa & Imelda, 2022).

Penelitian ini didapatkan hasil yaitu mayoritas responden atau sejumlah 25 orang (56,8%) memiliki perilaku membaca nilai gizi makanan kemasan dalam kategori cukup. Terdapat faktor internal yang turut mempengaruhi konsumen dalam membaca label gizi sebelum membeli makanan kemasan antara lain sosio-demografi, kesadaran akan kesehatan diri sendiri, hubungan label gizi dengan kepentingan diri sendiri misalnya ada manfaat yang diperoleh seseorang ketika membaca label gizi, serta produk makanan yang menyangkut personal seorang individu misalnya yaitu kepercayaan terhadap produk tertentu (Ratu et al., 2022). Mayoritas responden mempunyai perilaku membaca label informasi nilai gizi makanan kemasan yang cukup dibuktikan dengan hasil analisis butir kuesioner di mana mayoritas responden mengaku jarang membaca semua jenis informasi nilai gizi. Dampak yang dapat terjadi dari kurangnya perilaku membaca semua jenis informasi pada label gizi makanan kemasan yaitu konsumsi zat gizi tertentu yang berlebihan dan kalori yang berlebih yang dapat mempengaruhi

kesehatan, dimana jika tidak dibatasi dan diperhatikan bisa memicu obesitas serta berbagai penyakit degeneratif yang lain (Nurchahya & Yvonne, 2014).

Hasil ini menunjukkan bahwa antara pengetahuan mengenai label informasi gizi dengan perilaku membaca label gizi pada makanan kemasan tidak berhubungan signifikan. Ini sejalan akan penelitian dari Huda (2016), dengan hasil yaitu antara pengetahuan dan perilaku saat membaca informasi gizi dan memilih makanan kemasan pada mahasiswa non kesehatan Universitas Airlangga tidak berhubungan signifikan. Berbeda dengan penelitian Zantika & Kurnia (2023) dengan hasil yaitu antara pengetahuan informasi nilai gizi dan perilaku membaca label gizi pada mahasiswa program studi Ilmu Gizi, Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki hubungan signifikan. Perbedaan dari hasil penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Zantika & Kurnia (2023) adalah latar belakang akademik, dimana pada Zantika & Kurnia (2023) responden merupakan mahasiswa dari program studi Ilmu Gizi yang dinilai mempunyai pengetahuan mengenai label gizi dan perilaku membaca label gizi yang lebih baik.

Label gizi adalah sebuah daftar kandungan zat gizi pangan yang di cantumkan pada kemasan pangan sebagaimana format yang sudah ditetapkan. Berdasarkan hasil penelitian ini, pengetahuan mengenai label gizi tidak berhubungan dengan perilaku membaca label informasi gizi pada makanan kemasan. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai label informasi gizi yang dimiliki tidak menjamin seseorang untuk memiliki perilaku membaca label gizi sebelum melakukan pembelian makanan kemasan. Antara pengetahuan tentang label gizi dan perilaku saat membaca label gizi pada makanan kemasan yang tidak berhubungan ini disebabkan oleh karena ada beberapa faktor penentu perilaku selain pengetahuan.

Dalam pembentukan perilaku, terdapat beberapa determinan perilaku, yaitu determinan internal yang terdiri dari tingkat pengetahuan, jenis kelamin, tingkat emosional, dsb; serta juga determinan eksternal yaitu meliputi lingkungan, baik fisik, politik, ekonomi, budaya, sosial, dsb (Adventus et al., 2019). Selain beberapa hal tersebut, di antaranya yang bisa berpengaruh pada perilaku adalah sikap. Sikap dan tindakan merupakan faktor terbentuknya suatu perilaku yang muncul akibat stimulasi dari pengetahuan yang dimiliki (Kaka et al., 2021). Sikap bisa mempengaruhi motivasi seseorang dalam menunjukkan suatu perilaku (Melinda & Farida, 2021). Perilaku membaca label gizi makanan kemasan ini berhubungan dengan sikap seseorang terhadap kesehatan dan label pangan dan bagaimana pandangan seseorang mengenai gizi dan, dimana semakin tinggi tingkat kesadaran seseorang akan pentingnya kesehatan, maka akan bertambah besar pula kemungkinannya menggunakan informasi gizi (Riyanti et al., 2020). Contohnya adalah pada seseorang yang selalu membaca informasi mengenai kandungan gula pada makanan kemasan karena ingin membatasi konsumsi gula terkait diabetes. Sebuah studi yang dilakukan atas nama Food Standards Agency UK mengemukakan bahwa konsumen yang cenderung membaca label gizi sedang mencoba untuk mengontrol asupan gizi tertentu (misalnya garam), atau sedang mencoba untuk menurunkan berat badan (Food Safety Authority of Ireland, 2009). Berdasarkan hasil penelitian ini, pengetahuan responden mengenai label gizi yang hanya dalam kategori cukup dan apabila tidak didukung oleh adanya kesadaran akan pentingnya mengontrol asupan gizi, maka tidak dapat mendorong pembentukan sikap positif secara maksimal yang kemudian diwujudkan dalam bentuk perilaku membaca label gizi pada makanan kemasan sebelum membelinya.

Selain itu, umur bisa termasuk faktor yang turut berpengaruh pada tingkat perilaku seseorang dalam membaca label gizi sebelum melakukan pembelian makanan kemasan (Sekarputri, 2019). Umur lebih tua dapat menjadi salah satu faktor seseorang membaca label gizi (Grunert & Wills, 2007). Kelompok umur yang lebih tua lebih memperhatikan label informasi terkait kesehatan khususnya informasi mengenai garam, gula, dan lemak untuk mencegah serta mengatasi masalah kesehatan yang biasa dialami, contohnya adalah hipertensi, diabetes, obesitas, dan penyakit jantung (Sekarputri, 2019). Orang lanjut usia menerapkan pola makan lebih ketat dikarenakan masalah yang menyertainya dan adanya tuntutan gaya hidup sehat. Maka dari hal tersebut, mereka cenderung lebih sadar dalam menggunakan label nutrisi untuk menentukan nutrisi tepat sesuai pertimbangan tingkat yang lebih tinggi (Asgha, 2016). Sedangkan mahasiswa pada rentang umur 19-21 tahun merasa tidak perlu memperhatikan kandungan gizi pada produk kemasan karena tidak sedang menderita dan rentan terkena penyakit tersebut sehingga kurang memiliki kesadaran dan kewaspadaan untuk membatasi kandungan gizi tertentu (Sekarputri, 2019).

Berdasarkan pembahasan di atas, terdapat beberapa faktor di luar faktor pengetahuan yang turut berpengaruh terhadap perilaku individu pada saat membaca label gizi pada makanan kemasan, sehingga pengetahuan label gizi tidak berhubungan secara signifikan terhadap perilaku membaca label gizi pada makanan kemasan. Penelitian ini didapatkan hasil yaitu antara status gizi dengan perilaku membaca label gizi pada makanan kemasan tidak memiliki hubungan signifikan. Hasil ini sesuai

penelitian dari Fitri et al., (2020) dimana tidak antara status gizi dan kebiasaan membaca label gizi tidak berhubungan signifikan ($p > 0,05$), berdasarkan survei kuesioner terhadap siswa di asrama Kutai Kartanegara Yogyakarta.

Hasil ini berbeda dari penelitian Akhfa (2021) dengan hasil yaitu antara status gizi dengan perilaku membaca informasi nilai gizi dengan kinerja pada mahasiswa Prodi Ilmu Gizi FIKES UHAMKA mempunyai hubungan signifikan ($p < 0,05$). Perbedaan hasil antara hasil ini dengan penelitian dari Akhfa (2021) adalah perbedaan latar belakang akademik, dimana pada penelitian Akhfa (2021), responden merupakan mahasiswa program studi Ilmu Gizi yang dinilai lebih memiliki kesadaran untuk membaca label gizi pada makanan kemasan sedangkan responden penelitian ini merupakan mahasiswa Pendidikan Tata Rias yang bukan dari bidang kesehatan.

Status gizi bisa didefinisikan sebagai kondisi akibat dari keseimbangan asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi untuk keberlangsungan proses metabolisme tubuh (Harjatno et al., 2017). Perilaku membaca label gizi pada makanan kemasan berhubungan dengan tingkat kesadaran individu terhadap kesehatan dan pentingnya label makanan sehingga meningkatkan kemungkinan penggunaan informasi gizi (Riyanti et al., 2020). Tingkat perilaku seseorang ketika membaca label gizi pada makanan kemasan tidak dapat ditentukan secara pasti berdasarkan status gizi orang tersebut. Hasil penelitian Loureiro et al. (2012) menunjukkan bahwa status gizi dari para pembaca label gizi cenderung normal, sedangkan subjek yang tidak memiliki perilaku baik mempunyai status gizi yang relatif lebih tinggi. Namun, bukan tidak mungkin bahwa orang dengan status gizi yang lebih tinggi tidak membaca label gizi sebelum melakukan pembelian makanan kemasan. Seseorang yang gemuk dapat memiliki perilaku membaca label gizi yang baik, namun dibatasi pada mereka yang secara aktif berusaha untuk menurunkan berat badan (Satia et al., 2005).

Alasan seseorang tidak memperhatikan informasi label gizi pada saat membeli pangan kemasan antara lain kurang memperhatikan informasi pada label makanan kemasan karena label gizi kurang menarik, kurangnya waktu membaca informasi yang terkandung di dalamnya, keterbatasan dalam memahami label gizi, dan kurang peduli dengan gizi yang terkandung di dalam makanannya (Signal et al., 2008). Selain itu terdapat pertimbangan lain bagi konsumen sebelum membeli makanan kemasan. Beberapa pertimbangan konsumen dalam membeli suatu produk selain kesehatan adalah harga, suasana hati, dan kenyamanan (Ratih et al., 2022).

Kesimpulan

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan mengenai label gizi dan status gizi dengan perilaku membaca label gizi makanan kemasan pada mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa.

Daftar Pustaka

- Adventus, Jaya Merta, I. M., & Mahendra, D. (2019). Buku Ajar Promosi Kesehatan. *Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI*, 1–107. <http://repository.uki.ac.id/id/eprint/2759%0A>
- Akhfa, A. N. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Gizi, dan Tingkat Pemahaman dengan Perilaku Membaca Label Gizi. *Arsip Gizi Dan Pangan*, 6(1), 52–62. <https://doi.org/10.22236/argipa.v6i1.6196>
- 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. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.2>
- Asgha, B. (2016). Analisa Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi pada Produk Pangan Oleh Konsumen di Kota Semarang. *Jurnal Buletin Studi Ekonomi*, 21(2), 128–135.
- Badriyah, L., & Syafei, A. (2019). Persepsi dan Perilaku Membaca Label Pangan dan Informasi Gizi pada Siswa SMK Wijaya Kusuma. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(04), 167–174. <https://doi.org/10.33221/jikm.v8i04.401>
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). PENGETAHUAN ; ARTIKEL REVIEW. *Keperawatan*, 12(1), 95–107.
- Farida, I. (2017). *Evaluasi Pembelajaran* (E. Kuswandi (ed.)). PT Remaja Rosdakarya.
- Fitri, N., Metty, & Yulianti, E. (2020). *Pengetahuan dan Kebiasaan Membaca Label Informasi Status Gizi pada Mahasiswa Asrama Kutai Kartanegara*. 12(1).
- Food Safety Authority of Ireland. (2009). *A Research Studi into Consumers' Attitudes to Food Labelling*.
- Grunert, K. G., & Wills, J. M. (2007). A Review of European Research on Consumer Response to Nutrition

- Information on Food Labels. *Journal of Public Health*, 15(5), 385–399. <https://doi.org/10.1007/s10389-007-0101-9>
- Harjatno, T. P., M.Par'i, H., & Wiyono, S. (2017). Penilaian Status Gizi. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Huda, Q. A. (2016). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Membaca Informasi Nilai Gizi dan Pemilihan Pangan Kemasan*.
- Illavina, I., & Kusumaningati, W. (2022). Pengaruh Edukasi Pembacaan Label Informasi Nilai Gizi dengan Media Slide PowerPoint terhadap Pengetahuan Siswa SMA Kota Depok. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(1), 27. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.27-35>
- Kaka, M. P., Afiani, N., & Soelistyoningsih, D. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Penularan Penyakit Tuberkulosis (Tbc). *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(2), 6–12. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v2i2.40>
- Kemenkes RI. (2016). *Peraturan Kemenkes RI No 25 Tahun 2016 Tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019*.
- Kemenkes RI. (2019). *Pedoman Gizi Seimbang. Pedoman Gizi Seimbang*, 1–99.
- Loureiro, M. L., Yen, S. T., & Nayga, R. M. (2012). The Effects of Nutritional Labels on Obesity. *Agricultural Economics*, 43(3), 333–342. <https://doi.org/10.1111/j.1574-0862.2012.00586.x>
- Mahmududah, L. N., 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. <https://doi.org/10.26714/mki.3.2.2020.45-53>
- McLean, R., & Hoek, J. (2014). Sodium and Nutrition Labelling: A Qualitative Study Exploring New Zealand Consumers' Food Purchasing Behaviours. *Public Health Nutrition*, 17(5), 1138–1146. <https://doi.org/10.1017/S1368980013001079>
- Melinda, A., & Farida, E. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES alam Membaca Label Informasi Nilai Gizi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 491–498. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>
- Nurchahya, & Yvonne. (2014). *Keterpaparan Informasi Mengenai Iklan Pangan, Kebiasaan Membaca Label Pangan dan Faktor-Faktor Hubungannya*.
- Palupi, I. R., Naomi, N. D., & Susilo, J. (2017). Penggunaan Label Gizi dan Konsumsi Makanan Kemasan pada Anggota Persatuan Diabetisi Indonesia. *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 1–8.
- Pandey, B., Reba, M., Joshi, P. K., & Seto, K. C. (2020). Urbanization and Food Consumption in India. *Scientific Reports*, 10(1), 1–12. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-73313-8>
- Purnama, A. S. (2012). *Hubungan antara Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi, Persepsi terhadap Rasa Produk, dan Faktor Lain dengan Kepatuhan Membaca Label Informasi Nilai gizi pada Siswa/i SMK Mandalahayu, Bekasi Tahun 2012*. May, 5–6. [http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20354823-S-Ari Sulistyani Purnama.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20354823-S-Ari%20Sulistiyani%20Purnama.pdf)
- Putri, A., Anggraeni, W., Widyastuti, N., Purwanti, R., & Fitranti, Y. (2020). *Perbedaan Konsumsi Makanan Jajanan Kemasan Mengandung Monosodium Glutamat dan Status Gizi pada Remaja Urban dan Sub Urban di Kabupaten Semarang*. 4(November), 64–73.
- Ratih, D., Ruhana, A., Astuti, N., & Bahar, A. (2022). Alasan Pemilihan Makanan dan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Sehat pada Mahasiswa UNESA Ketintang. *Jurnal Tata Boga*, 11(1), 22–32.
- Ratu, C. A., Anggraeni, D. F., Eka, S. C., & Miftah, Z. P. Z. (2022). *Kemampuan Membaca Label Gizi dengan Konsumsi Makanan dan Minuman Kemasan Tinggi Gula*. December.
- Riyanti, A., Junita, D., & Rosalina, E. (2020). Perbedaan Pengetahuan dan Perilaku Membaca Label Pangan Antara Mahasiswa Prodi Gizi dan Non Gizi Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 225. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.221>
- Santosa, H., & Imelda, F. (2022). *Kebutuhan Gizi Berbagai Usia*.
- Satia, J. A., Galanko, J. A., & Neuhauser, M. L. (2005). Food Nutrition Label Use is Associated with Demographic, Behavioral, and Psychosocial Factors and Dietary Intake among African Americans in North Carolina. *Journal of the American Dietetic Association*, 105(3), 392–402. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2004.12.006>
- Sekarputri, D. A. (2019). *Hubungan Antara Pengetahuan dan Kebiasaan Membaca Label Gizi Dengan Konsumsi Pangan Kemasan Pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Semarang Tahun 2019*. Poltekkes Kemenkes Semarang.
- Signal, L., Lanumata, T., Robinson, J.-A., Tavila, A., Wilton, J., & Mhurchu, C. N. (2008). Perceptions of New Zealand Nutrition Labels by Maori, Pacific and Low Income Shoppers. *Journal of Public Health Nutrition*.
- Suharsa, H., & Sahnaz. (2016). Status Gizi Lebih dan Faktor-faktor lain yang Berhubungan pada Siswa Sekolah Dasar Islam Tirtayasa Kelas IV dan V di Kota Serang Tahun 2014. *Jurnal Lingkar*

- Widyaiswara, Ed 3, 3(1), 53–76. www.juliwi.com
- Sumartini, E., & Ningrum, A. (2022). Gambaran Perilaku Makan Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keris Husada*, 6(01), 46–59. <http://www.ojs.akperkerishusada.ac.id/index.php/akperkeris/article/view/65>
- Szypowska, A., Jeziorek, M., & Regulska-Ilow, B. (2020). Assessment of Eating and Lifestyle Habits Among Polish Cosmetology and Physiotherapy Students. *Roczniki Panstwowego Zakladu Higieny / Annals of the National Institute of Hygiene*, 71(2), 157–163. <https://doi.org/10.32394/rpzh.2020.0111>
- Wardhani, A. S. (2008). *Studi Tentang Kesadaran Pekerja Terhadap Pelaporan Kecelakaan Kerja di PT Astra Nissan Diesel Indonesia Periode Juni-Juli Tahun 2008*. Universitas Indonesia, Depok.
- WHO. (2004). *Global Strategy on Diet, Physical Activity Health*. World Health Organization.
- Widiawati, D., & 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), 151. <https://doi.org/10.36722/sst.v5i3.378>
- Widyaningrum, R. (2013). *Peningkatan Rasa Ingin Tahu dan Prestasi Belajar IPA Materi Gaya Melalui Metode Eksperimen di Kelas V SD Negeri 1 Cilongok*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Yastirin, P. A., & Dewi, R. K. (2022). *Identifiation of Nutritional Status in Pre-Adolscent Group in The Intergrated Islamic Elementary School Al Firdaus Purwodadi*.
- Zantika, T., & Kurnia, P. (2023). Hubungan Pengetahuan Informasi Nilai Gizi dengan Perilaku Membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Mahasiswa. *Pontianak Nutrition Journal (PNI)*, 6(1).