

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Terus berjalannya perkembangan zaman dan teknologi, menyebabkan segala hal menjadi lebih praktis, yang terjadi pula di bidang pangan. Para produsen makanan memproduksi makanan yang praktis, ekonomis, dan mudah dalam persiapan dan dikemas dalam kemasan tertutup, seperti mi instan, *dairy product*, makanan bayi, makanan ringan, ataupun makanan kaleng yang biasa disebut dengan produk makanan kemasan (Simanjuntak *et al.*, 2015). Salah satu konsumen dari produk makanan kemasan adalah keluarga dengan alasan praktis, mudah didapatkan, banyak disukai, dan tidak membutuhkan banyak waktu (Horning *et al.*, 2017).

Peraturan dari Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 22 Tahun 2019 mengenai Informasi Kandungan Nilai Gizi pada Label Pangan Olahan menyatakan bahwa “Setiap Orang yang memproduksi dan/atau mengedarkan Pangan Olahan wajib mencantumkan ING pada Label.” (BPOMRI, 2019). Label gizi adalah keterangan yang memuat zat gizi apa saja yang terkandung dalam produk makanan kemasan tersebut dan tertulis juga berapa jumlah kandungan gizi itu dalam satu sajian atau satu kemasan produk. Penulisan label informasi gizi bertujuan untuk membantu konsumen dalam pemilihan makanan agar lebih mudah untuk mengatur suatu asupan zat gizi sehingga tidak berlebih atau kurang, demi menghindari masalah kesehatan. Salah satu Pesan Gizi Seimbang (PGS) adalah untuk membaca label pangan dan/atau label kandungan informasi nilai gizi sebelum memutuskan untuk memilih suatu makanan yang akan dibeli atau dikonsumsi. Hal ini juga dapat menolong konsumen untuk dalam penentuan dan memilih jenis makanan yang baik bagi Kesehatan (Palupi *et al.*, 2017).

Label informasi nilai gizi umumnya berisi nilai kandungan zat gizi seperti kalori, lemak total, karbohidrat total, protein, gula, dan garam dari makanan tersebut. Informasi yang tercantum pada label informasi gizi dapat membantu konsumen untuk menjaga asupan zat gizi, khususnya pada konsumen dengan

masalah medir tertentu yang perlu adanya kendali dalam mengonsumsi suatu zat gizi tertentu. Penelitian menyatakan terdapat rata-rata perbedaan asupan energi, lemak, natrium, gula, kolesterol, dan serat dari konsumen yang memperhatikan label informasi gizi disbanding dengan konsumen yang tidak memperhatikan label informasi gizi (Oktarini *et al.*, 2016). Jika konsumen kurang memiliki kesadaran untuk membaca dan menggunakan label informasi gizi, akan menyebabkan asupan gizi yang buruk dan berakhir pada obesitas dan penyakit tidak menular lainnya (Anggraini *et al.*, 2018)

WHO menyatakan bahwa 73% penyebab kematian di Indonesia adalah penyakit kronis atau penyakit tidak menular. Menurut RISKESDAS, terjadi peningkatan prevalensi penyakit tidak menular di tahun 2018 dibandingkan dengan Riskesdas 2013, diantara pada masalah kanker, diabetes melitus, hipertensi, dan obesitas (Riskesdas, 2018). WHO menyatakan salah satu alasan peningkatan angka kematian yang dikarenakan penyakit tidak menular adalah diet yang buruk. Maka, label informasi gizi pada produk kemasan menjadi kebijakan yang diharapkan dapat meningkatkan kualitas diet yang sehat. (WHO, 2018)

Ibu rumah tangga memiliki peranan penting dalam menyiapkan makanan dan memilih makanan bagi keluarga. Hal ini membuat peran ibu dalam keluarga sangat penting (Zahrok, 2018). Peran Ibu adalah mensejahterakan keluarganya, salah satunya adalah untuk memilih makanan yang baik untuk keluarga, khususnya sang anak. Maka kebiasaan pemilihan makanan sang ibu dapat mempengaruhi pemilihan makan keluarga dan juga kesehatan gizi keluarga (Damen *et al.*, 2019). Maka seorang ibu diharapkan memiliki kebiasaan pemilihan makanan dan juga pengetahuan gizi yang baik, khususnya pengetahuan tentang membaca label informasi gizi.

Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BKPN) mengkaji bahwa pada tahun 2013, konsumen di Indonesia yang memiliki kesadaran mengenai label pangan hanya sekitar 7,9%. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran konsumen terhadap label pangan dalam membeli makanan kemasan masih sangat rendah (Zahara, 2009). Masyarakat Indonesia lebih tertarik untuk melihat label halal, tanggal kadaluwarsa, nama produk, dan komposisi makanan (Sinaga, 2019). Penelitian di Kota Kendari pada subjek Ibu Rumah Tangga menunjukkan bahwa IRT

yang tidak patuh dalam membaca label gizi ada 34,4%. Lalu IRT yang memiliki kemampuan dalam membaca Label Informasi Gizi kurang masih sebanyak 20,9%. Meskipun mereka memiliki sikap positif terhadap kesehatan dan label gizi, masih sebanyak 42% yang tidak patuh dalam membaca informasi gizi (Darajat *et al.*, 2016).

Salah satu faktor yang dapat merubah kebiasaan seseorang dalam pemilihan makanan yang baik adalah pengetahuan. Jika pengetahuan seseorang terhadap kesehatan baik maka baik juga dalam pemilihan makanan. Peningkatan pengetahuan mengenai gizi dapat dilakukan dengan edukasi. Edukasi dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perubahan perilaku dalam menuju kesehatan gizi (Safitri, 2018).

Edukasi kesehatan adalah kegiatan untuk memberi informasi terkait sifat dan penyebab suatu penyakit yang terkait pada gaya hidup individu. Edukasi Kesehatan bertujuan untuk memberi motivasi pada individu untuk menerima, memproses, dan mau melakukan perubahan perilaku dengan cara memberi pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap, dimana individu tersebut adalah seorang yang memiliki risiko penyakit atau sudah mengidap suatu penyakit (Whitehead, 2004). Edukasi kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan individu yang dimana pengetahuan tersebut akan mempengaruhi sikap, dan akan mengubah perilakunya (Azhari, 2020). Beberapa penelitian menemukan bahwa edukasi terkait penggunaan label informasi gizi dapat memberikan peningkatan pengetahuan masyarakat terkait penggunaan label informasi gizi (Ningtyas *et al.*, 2018).

Dalam program edukasi kesehatan, metode yang sering digunakan adalah melalui pemberian media pembelajaran sebagai sarana pendukung dalam memberi informasi. Video adalah salah satu jenis media yang banyak dipilih dalam memberikan edukasi gizi. Video media menggabungkan kedua unsur dari audio (suara) dan visual (gambar), yang memuat gambar bergerak dan suara sebagai penjelasan sehingga memudahkan publik untuk mendapatkan informasi (Ardi, 2019). Selain video, media edukasi yang dikenal efektif dalam memberikan edukasi adalah poster. Poster adalah media yang dapat mengubah data tulisan menjadi berbagai teknik visual seperti gambar dan tulisan yang menarik. Poster sering

dijadikan media promosi Kesehatan, dengan harapan poster dapat mempermudah pemahaman responden yang akan diedukasi (Wiji, 2020).

Penelitian dilakukan di Riau oleh Fitri dan Wiji (2020) menunjukkan bahwa intervensi dengan pemberian edukasi kesehatan menggunakan media poster efektif meningkatkan pengetahuan ibu. Selain itu penelitian di Yogyakarta oleh Juliana dan Sulistyaningsih (2017) juga menyatakan bahwa ada perubahan pengetahuan dan sikap Ibu Rumah Tangga menjadi lebih baik setelah dilakukan intervensi dengan edukasi menggunakan media video.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk mengkaji perubahan dan juga efektifitas dari intervensi dengan edukasi gizi berbasis media video dan poster terhadap pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga terkait label informasi gizi. Pada penelitian ini, Kelurahan Tanah Tinggi dipilih karena daerah ini cukup strategis dengan banyaknya swalayan dan cukup dekat dengan beberapa pusat perbelanjaan. Selain itu, telah dilakukan penelitian pendahulu bahwa cukup banyak ibu rumah tangga yang sering membeli produk kemasan, dan mayoritas masih enggan untuk melihat label informasi gizi. Penelitian ini akan menjadi skripsi dengan judul “Pengaruh pemberian edukasi label informasi gizi dengan video dan poster terhadap pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga di Kelurahan Tanah Tinggi”

I.2 Rumusan Masalah

Angka penyakit tidak menular terus meningkat, salah satu penyebab tingginya prevalensi penyakit degeneratif adalah asupan zat gizi yang berlebih. Penyakit degeneratif dapat dicegah dimulai dari individu sendiri, seperti menjaga asupan zat gizi sesuai kebutuhan. Membaca label informasi gizi pada makanan kemasan merupakan bentuk salah satu sikap agar dapat menjaga asupan gizi yang dikonsumsi agar tidak berlebih. Namun, pengetahuan tentang cara membaca label juga penting agar tidak keliru dalam membaca label informasi gizi. Berdasarkan uraian sebelumnya, rumusan masalah dari penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh pemberian edukasi label informasi gizi dengan video dan poster terhadap pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga di kelurahan tanah tinggi?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui video dan poster terhadap perubahan pengetahuan dan sikap dalam membaca label informasi nilai gizi pada ibu rumah tangga.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui dan menganalisis pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga dalam membaca label informasi nilai gizi sebelum diberi edukasi gizi.
- b. Mengetahui dan menganalisis pengaruh dari edukasi gizi menggunakan video dan poster terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai membaca label informasi nilai gizi pada ibu rumah tangga.
- c. Mengetahui dan menganalisis efektifitas penggunaan video dan poster sebagai media intervensi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai membaca label informasi nilai gizi pada ibu rumah tangga.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi responden

Penelitian diharapkan menambah pengetahuan bagi ibu rumah tangga perihal label informasi gizi dan mau meningkatkan kesadaran dalam sikap membaca label informasi gizi.

I.4.2 Bagi Masyarakat

Penelitian diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam pentingnya label informasi nilai gizi sebelum memberi produk pangan olahan.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan untuk memperluas pengetahuan mengenai peningkatan pengetahuan dan sikap melalui edukasi Kesehatan. Selain itu diharapkan juga sebagai acuan dalam meningkatkan pengembangan media dalam melakukan edukasi Kesehatan, khususnya melalui media video, poster, ataupun media lainnya dalam penyampaian yang menarik, dan mudah dipahami.