

# Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Tahun 2023 = Factors Associated with Nutrition Label Practices on College Student of Health Sciences Cluster University of Indonesia in 2023

Kholida Eliyana, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920530034&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Label informasi nilai gizi produk pangan kemasan dapat digunakan untuk memantau asupan makanan, sehingga pemahaman terhadap informasi nilai gizi pada kemasan harus diperhatikan karena akan mempengaruhi pemilihan makanan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Pengumpulan data dilaksanakan bulan Mei-Juli 2023 pada Mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia. Sampel penelitian ini yaitu 208 responden melalui pengisian kuesioner. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah accidental sampling. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan dua cara, yaitu chi square dan uji t independen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 30,8% responden memiliki kebiasaan baik dalam membaca label informasi nilai gizi. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara gaya hidup dan pengetahuan gizi pada produk pangan kemasan dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Oleh karena itu perlu dilakukan peningkatan pengetahuan dan pemahaman mengenai keuntungan dan cara membaca label informasi nilai gizi untuk meningkatkan kebiasaan yang baik dalam membaca label informasi gizi sebelum membeli produk pangan kemasan.

.....Nutrition labels on packaged food products can be utilized to monitor dietary intake and understanding of nutrition labels on the packaging should be noticed because it affects daily food selection. Lack of understanding of nutrition labels will impact inappropriate food selection. The Objective of this study is to identify the factors influencing the habit of reading nutritional information labels. The research adopts a quantitative approach with a cross-sectional design. Data collection was conducted from May to July 2023 among students from the Health Sciences Cluster at the University of Indonesia. The sample in this study was 208 respondents who were collected with a self-administered questionnaire and who were selected using accidental sampling. The study utilized two statistical analysis methods: chi-square and independent t-test. This study showed that 30,8% respondents have a good habit of reading nutrition labels. According to bivariate analysis, there was a significant association between healthy lifestyle and nutrition knowledge of packaged food products with the habit of reading nutritional information labels. Therefore, it is necessary to improve knowledge and understanding of the benefits and methods of reading nutritional information labels to enhance the good habit of reading such labels before purchasing packaged food products.