

Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Membaca Label Gizi antara Mahasiswa Gizi dan Nongizi IPB University

(The Differences in Knowledge, Attitudes and Behavior in Reading Nutrition Label between Nutrition and Non-Nutrition Students of IPB University)

Hana Waldah Mariam dan Purnawati Hustina Rachman*

Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University, Bogor 16680, Indonesia

ABSTRACT

The nutrition label is one form of dietary regulation as an effort to prevent the increase of non-communicable diseases. However, the habit of Indonesian people in reading nutrition label is relatively poor, including the group of nutrition students who should be accustomed to reading nutrition labels because they have experience learning nutrition labels in their lectures. This study aims to determine the differences in knowledge, attitudes, and behavior in reading nutrition label between nutrition and non-nutrition students of IPB University. This study used a cross-sectional comparative study design conducted in May-June 2024. Research data were obtained using an online questionnaire consisting of 41 main questions (10 knowledge, 13 attitudes, and 18 behavior) distributed to 51 nutrition students and 51 non-nutrition students. T-test results showed significant differences ($p<0.05$) in nutrition label knowledge, attitudes towards nutrition labels, and nutrition label reading behavior between nutrition and non-nutrition students. However, most of the nutrition students' behavior was in the poor category.

Keywords: attitudes, behavior, knowledge, nutrition label

ABSTRAK

Label gizi merupakan salah satu bentuk pengaturan diet sebagai upaya mencegah peningkatan angka penyakit tidak menular. Namun, kebiasaan masyarakat Indonesia dalam membaca label gizi tergolong kurang termasuk pada kelompok mahasiswa gizi yang seharusnya terbiasa membaca label gizi karena mempunyai pengalaman belajar label gizi dalam perkuliahan. Penelitian ini bertujuan mengetahui perbedaan pengetahuan, sikap, dan perilaku membaca label gizi antara mahasiswa gizi dan nongizi IPB University. Penelitian ini menggunakan desain studi *comparative cross-sectional* yang dilaksanakan pada Mei-Juni 2024. Data penelitian diperoleh menggunakan kuesioner daring yang terdiri atas 41 pertanyaan utama (10 pengetahuan, 13 sikap, dan 18 perilaku) yang disebar kepada 51 mahasiswa gizi dan 51 mahasiswa nongizi. Hasil uji beda menunjukkan perbedaan signifikan ($p<0,05$) pada pengetahuan label gizi, sikap terhadap label gizi, dan perilaku membaca label gizi antara mahasiswa gizi dan nongizi. Namun, sebagian besar perilaku mahasiswa gizi berada pada kategori perilaku tidak baik.

Kata kunci: label gizi, pengetahuan, perilaku, sikap

PENDAHULUAN

Mahasiswa berada di masa dewasa awal, yaitu di rentang usia 18-25 tahun (Putri 2018). Meskipun berada di usia muda, tidak menutup kemungkinan mahasiswa menderita penyakit, salah satunya penyakit tidak menular (PTM). PTM yang disebut pula penyakit kronis adalah

penurunan kondisi kesehatan dalam waktu yang lama dan berkembang lamban (Budreviciute *et al.* 2020). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional tahun 2018 menunjukkan bahwa PTM diderita oleh penduduk yang berada pada rentang usia mahasiswa, yaitu usia 15-24 tahun dengan prevalensi diabetes sebesar 0,1%, penyakit jantung sebesar 0,7%, hipertensi sebesar 0,8%, dan gagal ginjal kronis sebesar 0,13% (Kemenkes

***Korespondensi:**

hustinapur@apps.ipb.ac.id

Purnawati Hustina Rachman

Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University, Bogor 16680, Indonesia

RI 2018).

Munculnya PTM di usia muda perlu menjadi perhatian karena dapat mengakibatkan peningkatan penggunaan pelayanan kesehatan, peningkatan pengeluaran biaya kesehatan, dan menurunkan produktivitas sampai 10,1 hari (Marthias *et al.* 2021). Salah satu faktor risiko PTM adalah faktor perilaku berupa diet yang tidak sehat (Schröders *et al.* 2017). Diet yang tidak sehat dapat ditunjukkan oleh konsumsi gula, garam, lemak (GGL) yang tinggi yang dapat meningkatkan risiko terjadinya PTM (Arifin *et al.* 2022)

Salah satu usaha pemerintah untuk mencegah meningkatnya PTM adalah pengaturan diet melalui pencantuman label informasi nilai gizi pada kemasan pangan olahan dengan menerbitkan Peraturan BPOM Nomor 31 Tahun 2018 tentang Label Pangan Olahan (PerBPOM 2018) dan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang yang menganjurkan membaca label informasi gizi sebelum mengonsumsi makanan (Permenkes 2014). Label informasi nilai gizi adalah informasi terkait kandungan gizi makanan kemasan yang ditampilkan pada kemasan makanan. Label ini dapat membantu konsumen dalam memutuskan pembelian produk yang mengandung gizi sesuai dengan kebutuhan (Anggraini *et al.* 2018). Namun, label informasi nilai gizi menjadi salah satu komponen label pangan yang kurang diperhatikan dengan baik (Mediani 2014).

Materi atau pengetahuan terkait label informasi nilai gizi sendiri dirancang dalam kurikulum program studi Ilmu Gizi (Riyanti *et al.* 2020). Pengetahuan menentukan sikap kemudian sikap menjadi penentu tindakan (Suprayitno *et al.* 2020). Penelitian Riyanti *et al.* (2020) menunjukkan tidak ada perbedaan pengetahuan dan perilaku membaca label pangan, termasuk label gizi pada mahasiswa gizi maupun nongizi. Mahasiswa gizi seharusnya mempunyai pengetahuan dan perilaku gizi serta kesehatan yang jauh lebih baik karena akan menjadi profesional kesehatan masa depan yang berperan penting dalam meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui promosi kesehatan (Hirda *et al.* 2023).

Oleh karena itu, peneliti tertarik membandingkan pengetahuan, sikap, dan perilaku membaca label informasi nilai gizi antara mahasiswa gizi dan nongizi, khususnya

mahasiswa IPB University karena penelitian serupa belum banyak dilakukan. IPB University pun memiliki program studi Ilmu Gizi dan sebagian besar program studi lainnya di luar bidang kesehatan sehingga diharapkan dapat memberikan temuan baru dan menambah data empiris terkait pengatahan, sikap, serta perilaku gizi mahasiswa.

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Desain penelitian yang digunakan adalah studi komparatif *cross-sectional*. Tempat penelitian ditentukan secara *purposive*, yaitu di IPB University. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei sampai Juni 2024.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Populasi penelitian adalah mahasiswa S1 gizi dan nongizi angkatan 57. Mahasiswa gizi angkatan 57 dipilih dengan pertimbangan sudah mendapatkan materi label gizi lebih lengkap saat semester 6 sehingga kelompok pembandingnya, yaitu S1 nongizi dipilih pula dari angkatan 57. Teknik pengambilan subjek mahasiswa gizi adalah *simple random sampling*, sedangkan mahasiswa nongizi adalah *cluster sampling* pada tingkat fakultas dan program studi serta *snowball sampling* pada tingkat individu. Hasil perhitungan jumlah subjek menggunakan rumus Lemeshow adalah 102 orang yang terdiri atas 51 mahasiswa gizi dan 51 mahasiswa nongizi dengan kriteria inklusi: 1) mahasiswa sarjana program studi Ilmu Gizi dan program studi nongizi IPB angkatan 57; 2) bagi mahasiswa nongizi, tidak berasal dari program studi IKK, KPM, ITP, THP, Sekolah Vokasi, dan Sekolah Bisnis serta tidak pernah mengambil mata kuliah terkait gizi; 3) bersedia mengisi kuisioner hingga selesai. Penelitian ini sudah lolos kaji etik dengan nomor 1992/IT3. KEPMSM-IPB/SK/2024.

Jenis dan cara pengumpulan data

Data yang diambil merupakan data primer meliputi data karakteristik subjek (usia, jurusan kuliah, alokasi uang makan, pengalaman belajar label gizi, dan media belajar label gizi); data pengetahuan subjek diukur dengan kuisioner yang dikembangkan oleh peneliti; sedangkan data sikap dan perilaku membaca label gizi diukur menggunakan modifikasi kuisioner penelitian

Mediani (2014). Uji validitas dan reliabilitas kuisioner menghasilkan sepuluh pertanyaan valid untuk variabel pengetahuan dengan nilai *Cronbach Alfa* 0,757, tiga belas pertanyaan valid untuk variabel sikap dengan nilai *Cronbach Alfa* 0,891, dan delapan belas pertanyaan valid untuk variabel perilaku dengan nilai *Cronbach Alfa* 0,899. Seluruh data dikumpulkan melalui kuisioner daring *Google Form* yang disebarluaskan melalui media sosial *Whatsapp*.

Pengolahan dan analisis data

Pengolahan data yang terdiri atas *entry*, *coding*, *cleaning*, dan analisis deksriptif dilakukan menggunakan *software Microsoft Office Excel 2019*. Analisis statistik inferensia dilakukan menggunakan *IBM SPSS Statistics 26*. Uji normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Uji beda data kategorik antara mahasiswa gizi dan nongizi dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*. Sementara itu, uji beda data numerik pengetahuan, sikap, dan perilaku membaca label gizi menggunakan uji *Mann Whitney* saat data tidak terdistribusi normal atau uji *Independent T-test* saat data terdistribusi normal.

Skor pengetahuan gizi dibagi menjadi tiga kategori: baik (>80), sedang (60-80), dan kurang (<60) (Khomsan 2021). Skor sikap dan perilaku gizi mengacu pada pengkategorian oleh Nuryani dan Paramata (2018), yaitu sikap positif (≥ 80), sikap negatif (<80), perilaku baik (≥ 80), dan perilaku tidak baik (<80).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek. Mayoritas subjek adalah perempuan, yaitu 84% pada mahasiswa gizi dan 75% pada mahasiswa nongizi. Usia subjek berkisar 20-23 tahun yang didominasi

usia 22 tahun, yaitu 45% pada mahasiswa gizi dan 57% mahasiswa nongizi. Sebagian besar subjek memiliki alokasi uang makan per bulan di atas Rp 600.000,00. Sebagian besar mahasiswa nongizi (51%) belum pernah belajar label gizi. Hampir seluruh mahasiswa gizi (96%) belajar label gizi dari materi kuliah, sedangkan media belajar sebagian besar mahasiswa nongizi (45%) adalah internet atau media sosial. Uji *Chi-Square* menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada jenis kelamin, usia, dan alokasi uang makan ($p>0,05$), tetapi terdapat perbedaan signifikan ($p=0,000$) pada pengalaman belajar label gizi.

Pengetahuan Label Gizi. Pengetahuan gizi adalah hasil belajar seseorang terhadap hal-hal tentang gizi (Majid *et al.* 2018). Gambaran tingkat pengetahuan label gizi dan perbedaannya dapat dilihat pada Tabel 1.

Mayoritas mahasiswa gizi (86,3%) memiliki pengetahuan label gizi pada kategori baik, sedangkan pengetahuan sebagian (50,9%) mahasiswa nongizi pada kategori sedang. Hasil uji normalitas pengetahuan gizi sebesar 0,000 ($p>0,05$) yang berarti data tidak tersebar normal sehingga dipilih uji beda *Mann Whitney*. Hasil uji beda *Chi-Square* dan *Mann Whitney* menunjukkan nilai $p=0,000$ yang artinya ditinjau dari skor dan kategori terdapat perbedaan signifikan pengetahuan label gizi antara mahasiswa gizi dan nongizi. Perbedaan tersebut dapat terjadi karena adanya perbedaan latar belakang dalam belajar gizi. Notoatmodjo (2010) menyebutkan bahwa pengetahuan seseorang salah satunya dipengaruhi oleh pengalaman. Mahasiswa gizi mempunyai pengalaman belajar label gizi lebih banyak melalui materi yang dipelajari di perkuliahan, sedangkan mahasiswa nongizi tidak mendapatkannya. Hasil ini sejalan dengan penelitian Fitriyani (2019) yang menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan label gizi antara

Tabel 1. Sebaran dan perbedaan pengetahuan label gizi subjek

Kategori pengetahuan gizi	Gizi (n=51)		Nongizi (n=51)		<i>p-value</i>
	n	%	n	%	
Tingkat pengetahuan gizi¹					
Baik (>80)	44	86,3	19	37,3	0,000*
Sedang (60-80)	7	13,7	26	50,9	
Kurang (<60)	0	0,0	6	11,8	
Median ² (25,75 persentil)	100 (90,100)		80 (60,90)		0,000*
Min – Max	60 – 100		40 – 100		

Keterangan: ¹Uji beda *Chi-Square*. ²Uji beda *Mann Whitney*. *Signifikan $p<0,05$

siswa SMA dan SMK karena siswa SMK yang dipilih merupakan siswa dari jurusan Tata Boga mempelajari gizi, sedangkan siswa SMA tidak memiliki latar belakang gizi atau kesehatan.

Sikap terhadap Label Gizi. Sikap gizi merupakan tahap lanjutan dari pengetahuan gizi yang dicerminkan oleh sikap positif sebagai hasil pengetahuan yang baik (Boehmer *et al.* 2021 dalam Suprapto *et al.* 2022). Sebaran subjek berdasarkan sikap terhadap label gizi dan perbedaannya disajikan dalam Tabel 2.

Sebagian besar sikap terhadap label gizi mahasiswa gizi (54,9%) dan mahasiswa nongizi (80,4%) berada pada kategori sikap negatif. Data skor sikap gizi tidak tersebar normal dengan hasil $0,028 (p>0,05)$ sehingga dipilih uji beda *Mann Whitney*. Uji *Chi-Square* dan uji *Mann Whitney* menunjukkan nilai $p<0,05$ yang artinya terdapat perbedaan signifikan sikap terhadap label gizi antara mahasiswa gizi dan nongizi, baik dari segi kategori maupun skor. Perbedaan ini terjadi

akibat skor sikap mahasiswa gizi lebih tinggi dan komposisi mahasiswa gizi dengan sikap positif lebih banyak. Mahasiswa gizi mempelajari materi label gizi lebih mendalam pada mata kuliah tertentu sehingga memengaruhi sikap mahasiswa gizi terhadap label gizi. Pengalaman merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi sikap. Pengalaman berupa peristiwa yang terjadi berulang dan berkelanjutan secara perlahan dapat diterima oleh seseorang dan memengaruhi sikapnya (Azwar 2012).

Namun, ketika sikap terhadap label gizi dibandingkan di kelompok mahasiswa gizi saja. Jumlah mahasiswa gizi lebih banyak pada kategori sikap negatif yang menunjukkan pengetahuan yang baik tidak membentuk sikap positif. Hal ini dapat terjadi karena adanya faktor selain pengalaman yang lebih memengaruhi. Faktor-faktor yang dapat memengaruhi sikap antara lain adanya tokoh yang dianggap penting dan kebudayaan (Azwar 2012).

Tabel 2. Sebaran dan perbedaan sikap terhadap label gizi subjek

Kategori sikap gizi	Gizi (n=51)		Nongizi (n=51)		p-value
	n	%	n	%	
Tingkat sikap gizi ¹					
Sikap positif (≥ 80)	23	45,1	10	19,6	0,006*
Sikap negatif (< 80)	28	54,9	41	80,4	
Median ² (25,75 persentil)	79,5 (41,0;87,2)		64,1 (59,0;76,9)		0,000*
Min – Max	41,0 – 97,4		43,6 – 92,3		

Keterangan: ¹Uji beda *Chi-Square*. ²Uji beda *Mann Whitney*. *Signifikan $p<0,05$

Perilaku Membaca Label Gizi. Perilaku gizi merupakan bentuk perilaku kesehatan, yaitu respon yang diberikan oleh seseorang terhadap rangsangan berupa rasa sakit atau penyakit dan dihubungkan dengan asupan dari makanan dan minuman (Yuniar *et al.* 2020). Perilaku membaca label gizi dan perbedaannya antara mahasiswa gizi dan nongizi dapat dilihat pada Tabel 3.

Sebagian besar perilaku membaca label gizi mahasiswa gizi (90,2%) dan mahasiswa nongizi (94,1%) berada pada kategori perilaku tidak baik. Hasil uji normalitas menunjukkan data skor perilaku gizi tersebar normal ($p=0,200$) sehingga dilakukan uji beda *Independent T-Test*. Hasil uji beda *Independent T-Test* menunjukkan terdapat perbedaan perilaku membaca label gizi

Tabel 3. Sebaran dan perbedaan perilaku membaca label gizi subjek

Kategori perilaku gizi	Gizi (n=51)		Nongizi (n=51)		p-value
	n	%	n	%	
Tingkat perilaku gizi ¹					
Perilaku baik (≥ 80)	5	9,8	3	5,9	0,461
Perilaku tidak baik (< 80)	46	90,2	48	94,1	
Rata-rata \pm SD ²	$63,0 \pm 12,3$		$50,2 \pm 17,0$		0,000*
Min – Max	35,2 – 90,7		11,1 – 85,2		

Keterangan: ¹Uji beda *Chi-Square*. ²Uji beda *Independent T-Test*. *Signifikan $p<0,05$

antara mahasiswa gizi dan nongizi ($p=0,000$).

Perbedaan ini terjadi karena rata-rata skor perilaku mahasiswa gizi lebih tinggi daripada rata-rata skor mahasiswa nongizi meskipun hampir seluruh mahasiswa gizi berada pada kategori perilaku negatif. Pengetahuan label gizi pada mahasiswa gizi belum dapat membuat sikap menjadi positif dan perilaku mahasiswa gizi menjadi baik. Terhambatnya perubahan perilaku pada seseorang dapat terjadi akibat terhambatnya faktor yang memengaruhi perilaku, antara lain budaya, ketersediaan sarana dan prasarana, atau kebijakan yang mengikat (Notoatmodjo 2010).

Prioritas Pembacaan Komponen Label Pangan. Label pangan wajib mencantumkan nama produk, komposisi, berat bersih, nama produsen, keterangan halal bagi produk yang dipersyaratkan, tanggal dan kode produksi, keterangan kadaluwarsa, nomor izin edar, dan asal usul bahan pangan tertentu. Label

gizi tergolong ke dalam keterangan lain yang tidak wajib dicantumkan. Urutan pembacaan komponen label pangan oleh mahasiswa gizi dan nongizi ditampilkan dalam Tabel 4.

Tabel 4 menunjukkan tiga urutan teratas komponen, baik antara mahasiswa gizi dan mahasiswa nongizi ditempati oleh: 1) kehalalan, 2) keterangan kadaluwarsa, 3) label gizi. Kehalalan dan keterangan kadaluwarsa memengaruhi konsumen dalam memutuskan pembelian produk (Al Umar *et al.* 2020; Putri *et al.* 2023). Hasil ini sesuai dengan penelitian Riyanti *et al.* (2020) yang menunjukkan bahwa label gizi dipilih mahasiswa gizi untuk dibaca pada urutan keempat, sedangkan mahasiswa nongizi memilih label gizi pada urutan kelima. Meskipun tidak diprioritaskan, posisi label gizi yang berada di urutan ketiga menunjukkan penerapan pengalaman belajar label gizi, baik itu oleh mahasiswa gizi maupun nongizi.

Tabel 4. Urutan pembacaan komponen label pangan mahasiswa gizi dan nongizi

Urutan ke-	Komponen label pangan	
	Mahasiswa gizi	Mahasiswa nongizi
1	Kehalalan	Kehalalan
2	Keterangan kadaluwarsa	Keterangan kadaluwarsa
3	Label gizi	Label gizi
4	Berat/isi bersih	Berat/isi bersih
5	Komposisi	Kandungan bahan tertentu
6	Kandungan bahan tertentu	Komposisi
7	Tanggal dan kode produksi	Tanggal dan kode produksi
8	Nama produk	Nomor izin edar
9	Nama produsen	Nama produk
10	Nomor izin edar	Nama produsen

Jenis Produk Pangan yang Sering Dibaca Label Gizinya. Label gizi merupakan komponen label pangan yang dapat dengan mudah dijumpai pada kemasan produk pangan

olahan. Hasil identifikasi terhadap jenis produk yang paling sering dibaca atau diperhatikan label gizinya oleh subjek disajikan dalam Tabel 5.

Tabel 5. Jenis produk pangan yang sering dibaca label gizinya

No	Jenis produk pangan	Gizi (n=51)		Nongizi (n=51)	<i>p-value</i> ¹
		n	%		
1	Makanan ringan (chiki, wafer, dsj.)	18	35,3	5	9,8
2	Makanan siap saji (mie, bubur, sereal, nugget, sosis, dsj.)	14	27,5	8	15,7
3	Minuman kemasan serbuk/cair/kental (bukan air mineral)	8	15,7	12	23,5
4	Susu	6	11,8	9	17,6
5	Makanan/minuman kesehatan (soyjoy, pocari sweat, dsj.)	2	3,9	8	15,7
6	Makanan kaleng (sarden, buah kaleng, dsj.)	1	2,0	6	11,8
7	Roti	2	3,9	3	5,9

Keterangan: ¹Uji beda Chi-Square. *Signifikan $p<0,05$

Hasil Uji beda *Chi-Square* menunjukkan terdapat perbedaan signifikan ($p=0,007$) dalam hal produk pangan yang sering dibaca label gizinya antara mahasiswa gizi dan nongizi. Mahasiswa gizi dominan membaca label gizi pada produk makanan ringan (35,3%), sedangkan mahasiswa nongizi mayoritas membaca label gizi pada produk minuman kemasan, baik yang serbuk, cair, atau kental (23,5%). Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa mengetahui bahwa makanan ringan dan minuman merupakan produk yang lebih berisiko mengandung gula, garam, dan lemak yang tinggi. Makanan ringan yang dapat langsung dimakan dan minuman umumnya tinggi kandungan gula, garam, lemak jenuh, dan karbohidrat olahan (Singh *et al.* 2022).

KESIMPULAN

Mahasiswa gizi lebih mendominasi pada kategori pengetahuan baik dan sikap positif, sedangkan pada perilaku, persentase perilaku tidak baik mahasiswa gizi (90,2%) hampir sebanding dengan mahasiswa nongizi (94,1%). Terdapat perbedaan signifikan ($p<0,05$) pada pengetahuan label gizi, sikap terhadap label gizi, dan perilaku membaca label gizi antara mahasiswa gizi dan nongizi. Namun, sebagian besar perilaku mahasiswa gizi berada pada kategori perilaku tidak baik.

Perilaku membaca label gizi sebagian besar mahasiswa berada pada kategori perilaku tidak baik sehingga hal ini dapat menjadi pertimbangan bagi pemangku kebijakan untuk perlahan melakukan perubahan secara sistemik sehingga masyarakat, khususnya mahasiswa dapat memaksimalkan fungsi label gizi pada kemasan sebagai upaya untuk menjaga kesehatannya. Saran yang dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya antara lain melakukan proses pengambilan data secara luring dan diharapkan kuesioner yang digunakan merupakan kuesioner yang sudah distandardisasi atau digunakan oleh berbagai penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Al Umar AUA, Mustafa MTL, Fitria D, Jannah AM, Arinta YN. 2020. Pengaruh label lalal dan tanggal kadaluarsa terhadap keputusan pembelian produk Sidomuncul. JESYA: Jurnal Ekonomi dan Ekonomi Syariah.

- 3(1): 641-647. <https://doi.org/10.36778/jesya.v4i1.348>
- Anggraini S, Handayani D, Kusumastuty I. 2018. Tingkat pengetahuan cara membaca label informasi gizi mahasiswa status gizi normal lebih baik dibandingkan mahasiswa obesitas. Indones J Hum Nutr. 5(2):74-84. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.2>
- Arifin H, Chou KR, Ibrahim K, Fitri SUR, Pradipta RO, Rias YA, Sitorus N, Wiratama BS, Setiawan A, Setyowati S. 2022. Analysis of modifiable, non-modifiable, and physiological risk factors of non-communicable diseases in Indonesia: evidence from the 2018 Indonesian Basic Health Research. J Multidiscip Healthc. 15:2203-2221. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S382191>
- Azwar S. 2012. Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Liberty.
- Budreviciute A, Damiati S, Sabir D, Onder K, Schuller-Goetzburg P, Plakys G, Katileviciute A, Khoja S, Kodzius R. 2020. Management and prevention strategies for non-communicable diseases (NCDs) and their risk factors. Front Public Heal. 8:1-11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.574111>
- Fitriyani. 2019. Pengetahuan, perilaku membaca label gizi dan keputusan pembelian, serta persepsi terhadap FOP nutrition labelling pangan olahan pada remaja SMA dan SMK di Bogor [skripsi]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Hirda DA, Rakhma LR, Widyaningsih EN. 2023. Perbedaan tingkat literasi gizi dan status gizi antara mahasiswa gizi dan mahasiswa non gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Heal Inf J Penelit. 15(2):1-1.
- Khomsan A. 2021. Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Bogor: Penerbit IPB Press.
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan RI. 2018. Laporan Riskesdas 2018 Nasional. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Majid M, Suherna, Haniarti. 2018. Perbedaan tingkat pengetahuan gizi, body image, asupan energi dan status gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare. J Ilm Mns Dan Kesehat. 1(1):24-

33. <https://doi.org/10.31850/makes.v1i1.99>
- Marthias T, Anindya K, Ng N, McPake B, Atun R, Arfyanto H, Hulse ESG, Zhao Y, Jusril H, Pan T, et al.. 2021. Impact of non-communicable disease multimorbidity on health service use, catastrophic health expenditure and productivity loss in Indonesia: A population-based panel data analysis study. *BMJ Open*. 11(2):1-13. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-041870>
- Mediani N. 2014. Pengetahuan, persepsi, sikap, dan perilaku membaca label informasi gizi pada mahasiswa [skripsi]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Nuryani N, Paramata Y. 2018. Intervensi pendidik sebaya meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang pada remaja di MTsN Model Limboto. *Indonesian Journal of Human Nutrition*. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.4>
- Notoatmodjo S. 2010. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- [PerBPOM] Peraturan Badan Pengawas Obat Dan Makanan Nomor. 31 Tahun 2018 Tentang Label Pangan Olahan. 2018.
- [Permenkes] Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. 2014.
- Putri A. 2018. Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID Indones J Sch Couns*. 3(2):35-40. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Putri CNS, Adiba FA, Aulia SR, Supriyana A, Cahyanto T. 2023. Analisis tingkat pengetahuan dan kesadaran konsumsi pangan halal pada mahasiswa biologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Indonesian Journal of Halal*. 6(2): 65-72. <https://doi.org/10.14710/halal.v6i2.19295>
- Riyanti A, Junita D, Rosalina E. 2020. Perbedaan pengetahuan dan perilaku membaca label pangan antara mahasiswa prodi gizi dan nongizi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi. *J Akad Baiturrahim Jambi*. 9(2):225. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.221>
- Schröders J, Wall S, Hakimi M, Dewi F, Weinshall L, Nichter M, Nilsson M, Kusnanto H, Rahajeng E, Ng N. 2017. How is Indonesia coping with its epidemic of chronic noncommunicable diseases? A systematic review with meta-analysis. *PLoS One*. 12(6):e0179186. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0179186>
- Singh SK, Taillie LS, Gupta A, Bercholz M, Popkin B, Murukutla N. 2022. Front-of-package labels on unhealthy packaged foods in India: evidence from a randomized field experiment. *Nutrients*. 14(3128): 1-26. <https://doi.org/10.3390/nu14153128>
- Suprapto S, Mulat TC, Hartaty H. 2022. Edukasi gizi seimbang menggunakan media video terhadap pengetahuan dan sikap mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *J Keperawatan Prof*. 3(1):96-102. <https://doi.org/10.36590/kepo.v3i1.303>
- Suprayitno E, Rahmawati S, Ragayasa A, Pratama M. 2020. Pengetahuan dan sikap masyarakat dalam pencegahan COVID-19. *J Heal Sci (Jurnal Ilmu Kesehatan)*. 5(2):68-73. <https://doi.org/10.24929/jik.v5i2.1123>
- Yuniar WP, Khomsan A, Dewi M, Ekawidyan KR, Mauludyani AVR. 2020. Hubungan antara perilaku gizi dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan status gizi badut di Kabupaten Cirebon. *Amerta Nutr*. 4(2):155-164. <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i2.2020.155-164>