

# 1. PENDAHULUAN

## 1.1. Latar Belakang

Adanya transisi epidemiologi menyebabkan pergeseran pola penyakit; penyakit kronis seperti diabetes melitus, hipertensi, jantung dan obesitas akan mengalami peningkatan, dan penyebab utamanya adalah pola hidup yang tidak sehat seperti aktivitas fisik yang kurang dan pola makan yang salah (Handajani et al., 2010). Transisi epidemiologi disebabkan karena kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, kurangnya aktivitas fisik, makan makanan tinggi lemak, dan kalori yang berlebih. Pada tahun 2017, penderita diabetes melitus di seluruh dunia mencapai sekitar 425 juta orang. Indonesia termasuk dalam peringkat ketujuh tertinggi di dunia setelah negara China, India, USA, Brazil, Rusia dan Mexico dengan jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 10,3 juta orang (*International Diabetes Federation, 2017*). Data *International Diabetes Federation (IDF)* tahun 2021 menunjukkan bahwa penderita diabetes melitus di seluruh dunia mencapai 537 juta orang dewasa (usia 20-79 tahun), Indonesia berada di urutan kelima dengan jumlah penderita diabetes sebanyak 19,47 juta (*International Diabetes Federation, 2021*).

Diabetes melitus tipe II tidak hanya terjadi pada kalangan dewasa tetapi juga anak dan remaja (Nasution, 2021). Berdasarkan informasi dari Pusdatin (2014), data menunjukkan bahwa proporsi diabetes melitus pada penduduk usia 15 tahun ke atas mencapai 30,4%. Kabupaten Klaten sendiri memiliki proporsi diabetes melitus yang paling besar dari seluruh penyakit tidak menular (PTM) yang dilaporkan. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten (2017), menunjukkan bahwa kasus baru penyakit diabetes melitus di Klaten pada tahun 2017 mencapai 29.811 orang. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten (2018), menunjukkan bahwa kasus baru penyakit diabetes melitus di Klaten pada tahun 2018 mengalami kenaikan mencapai 41.547 orang. Pada tahun 2019 jumlah penderita diabetes melitus di Klaten mencapai 37.485 orang (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2019). Jumlah penderita diabetes melitus di Klaten pada tahun 2020 dilaporkan memiliki jumlah yang sama dengan tahun sebelumnya (Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten, 2020). Melihat permasalahan kasus diabetes melitus yang masih tinggi, perlu dilakukan upaya tindakan preventif supaya permasalahan diabetes tidak bertambah besar dan tidak semakin sulit untuk menanggulangnya. Upaya pencegahan dan penanggulangan untuk mengedukasi masyarakat supaya dapat membatasi konsumsi Gula, Garam dan Lemak (GGL) agar terhindar dari penyakit diabetes salah satunya dengan cermat membaca label informasi nilai gizi.

Konsumsi rutin minuman kemasan berpemanis gula (*sugar sweetened soft-drinks/ beverages*) di beberapa negara di dunia berperan penting terhadap masalah kesehatan yaitu diabetes. Menurut Basu (dalam Lumbuun & Kodim, 2017), peningkatan konsumsi minuman kemasan berpemanis gula yang mengandung pemanis tinggi fruktosa secara global sebesar 17%/tahun dan memiliki hubungan dengan gangguan metabolik seperti obesitas, Toleransi Glukosa Terganggu (TGT) dan diabetes melitus. Menurut hasil Riskesdas Kemenkes RI (2018), sebagian besar responden mengkonsumsi minuman manis >1 kali per hari sebesar 61,3 % dan hanya 8,5% responden yang mengkonsumsi minuman manis <3 kali per bulan.

Permasalahan kesehatan karena pola hidup yang tidak sehat salah satunya disebabkan kurang patuhnya seseorang dalam membaca dan memahami label informasi nilai gizi. Membaca dan memahami informasi nilai gizi dapat membantu mencegah faktor risiko penyakit tidak menular, membantu menjaga asupan gizi yang seimbang dan membantu konsumen memilih pangan sesuai kebutuhannya. Salah satu pesan dari PGS (Pedoman Gizi Seimbang) adalah konsumen diharapkan dapat membiasakan diri untuk membaca tentang informasi kandungan zat gizi dan tanggal kedaluwarsa. Namun, konsumen cenderung tidak memanfaatkan informasi gizi (Miller & Cassady, 2015). Dalam Zahara (2009), dikatakan bahwa konsumen merasa kurang tertarik terhadap informasi gizi dan menganggap bahwa informasi gizi sulit dipahami sehingga akhirnya konsumen memilih untuk tidak membaca label informasi nilai gizi.

Kepatuhan membaca label informasi nilai gizi di Indonesia masih tergolong rendah. Penelitian dari Zahara (2009), menunjukkan hasil bahwa di kalangan mahasiswa FKM UI hanya sekitar 39,1% mahasiswa yang patuh membaca informasi zat gizi dan 38,9% yang patuh membaca label komposisi. Penelitian di Semarang menunjukkan hanya 55% responden yang kadang-kadang membaca informasi gizi (Asgha, 2016). Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Huda (2016), menunjukkan bahwa 52,3% responden yang merupakan mahasiswa Universitas Airlangga jarang atau tidak pernah membaca informasi nilai gizi

Seiring perkembangan zaman, masyarakat akan mengalami pergeseran pola makan. Masyarakat dapat beralih ke makanan atau minuman siap saji dan kemasan karena dianggap lebih praktis. Berdasarkan anjuran dari WHO, di masa pandemi COVID-19 ini kita diharapkan untuk lebih

membatasi konsumsi minuman manis seperti minuman bersoda, minuman jus, minuman berenergi, teh, kopi siap minum, dan minuman susu beraroma. Kita juga sebaiknya lebih membatasi asupan gula dan kalori yang berlebih dengan mengonsumsi lebih banyak air putih dan membatasi konsumsi minuman berpemanis. Macam-macam minuman kemasan yang beredar di Indonesia mulai dari AMDK (Air Minum Dalam Kemasan), minuman teh siap minum, minuman kopi dalam kemasan, minuman cokelat siap minum, susu siap minum, minuman berkarbonasi, minuman energi, minuman herbal, minuman sari buah atau jus buah dan lain-lain (WHO, 2020). Kebutuhan masyarakat terhadap minuman kemasan cenderung meningkat seiring dengan adanya pergeseran fungsi minuman, keinginan konsumen serba praktis, serta perubahan gaya hidup. Gaya hidup di perkotaan seperti tingkat kesibukan yang tinggi menyebabkan meningkatnya permintaan produk minuman yang praktis. Minuman kemasan selain praktis juga mudah ditemukan di mana saja seperti di toko atau di supermarket.

Perubahan pola konsumsi terhadap minuman kemasan dapat terjadi pada sebagian masyarakat di perkotaan termasuk siswa SMA/SMK. Pada masa pandemi COVID-19 ini para siswa dituntut untuk hidup sehat supaya terhindar dari virus dan penyakit dan dituntut untuk lebih memikirkan kebersihan. Mereka akan memilih mengonsumsi minuman kemasan yang aman dan terjamin kebersihannya daripada mengonsumsi minuman yang dijual di pinggir jalan yang kurang terjaga ke higienisannya. Mereka juga mungkin akan memilih mengonsumsi minuman kemasan yang bervitamin, minuman herbal yang memiliki manfaat kesehatan atau bisa juga minuman probiotik yang dapat menjaga daya tahan tubuh untuk menghadapi virus COVID-19 ini.

Pada masa pandemi COVID-19, perhatian masyarakat menjadi berfokus pada upaya untuk meningkatkan status kesehatan dan *social distancing* yang akan berdampak pada perubahan konsumsi masyarakat, mereka akan cenderung berminat untuk membeli minuman kemasan pada yang umur simpannya lama, higienis, praktis, dan mudah didapatkan dimanapun. Sementara itu, masyarakat masih beranggapan bahwa selama minuman dapat dikonsumsi maka dapat dikatakan minuman itu aman dikonsumsi. Padahal didalam minuman kemasan ada pemakaian gula, lemak jenuh, pengawet, dan pewarna yang harus diperhatikan banyaknya. Konsumen banyak yang menganggap bahwa pemakaian gula masih dianggap tidak berbahaya meskipun dosisnya telah melebihi anjuran kebutuhan. Kelebihan gula dapat memicu terjadinya penyakit dan menurunkan

imunitas tubuh (Sari, 2021). Apa yang kita konsumsi dapat memengaruhi kemampuan tubuh untuk mencegah dan melawan virus COVID-19. Jika kesadaran dalam membaca label informasi nilai gizi dimasa pandemi COVID-19 rendah maka konsumen akan bertindak secara tidak rasional untuk mengkonsumsi minuman kemasan yang tidak sehat, kemudian akan terjadi peningkatan konsumsi gula maupun lemak, dan akan memicu turunnya imunitas tubuh, sehingga tubuh bisa memiliki peluang yang besar terkena virus COVID-19.

Penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui jenis minuman kemasan yang dikonsumsi dan frekuensi konsumsi minuman kemasan pada siswa SMA/SMK di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini penting juga dilakukan untuk melihat pengetahuan, kepatuhan dan sikap membaca informasi nilai gizi, mengetahui seberapa penting label informasi nilai gizi berperan dalam membatasi konsumsi gula dan asupan kalori yang berlebih pada minuman kemasan yang dikonsumsi.

## **1.2. Tinjauan Pustaka**

### **1.2.1. Karakteristik Siswa SMK/SMA atau Remaja Usia 16-19 Tahun**

Remaja usia 16-25 tahun umumnya berada dalam kebingungan dan keresahan serta memiliki keinginan untuk mencoba berbagai hal yang belum diketahuinya. Pada remaja akhir, terjadi perubahan yaitu meningkatnya cara berfikir realistis, ketenangan emosional, psikologis dan sosial dan mulai masuk pada masa penuh *storm and stress* (Wulandari, 2014). Dalam Sari et al (2021), remaja merupakan konsumen minuman berpemanis terbesar di tingkat global, penelitian di AS menunjukkan ada 67,4% remaja 12-17 tahun mengkonsumsi minuman berpemanis yaitu 33,9% mengkonsumsi 1-2 kali per hari dan 33,5% mengkonsumsi  $\geq 2$  kali per hari. Pada remaja di Malaysia juga ditemukan mengkonsumsi minuman berpemanis rata-rata 1.038 ml/hari atau setara dengan empat kemasan ukuran 250 ml. Dalam Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan adanya 56,4% remaja usia 15-19 tahun di Indonesia mengkonsumsi minuman berpemanis sebanyak  $\geq 1$  kali per hari (Kemenkes, 2018).

Memasuki masa remaja, para siswa SMA/SMK telah diberikan wewenang dan kebebasan untuk menentukan keputusan untuk mengalokasikan uang saku. Masa remaja merupakan masa dimana terjadi peralihan untuk mulai berpikir secara kritis, namun mereka masih memiliki kondisi emosi

yang labil. Dalam Efrizal (2020), pada pandemi COVID-19 terjadi perubahan dimana tidak ada pembelajaran tatap muka sehingga sulit untuk bertemu dengan teman, harus memakai masker, dan menjaga jarak sehingga aktivitas menjadi lebih terbatas. Kondisi ini membuat responden stres juga terjadi kecemasan pada para remaja. Masa remaja merupakan usia yang labil ketika dihadapkan dengan kondisi yang tidak terduga seperti jaringan yang kurang memadai, tidak stabil, boros kuota internet, banyaknya tugas yang diberikan tidak sebanding dan tidak sesuai dengan waktu pengerjaan/*deadline* yang sangat singkat. Kondisi stres dan tertekan ini memberikan dampak pada pola konsumsi para siswa SMA/SMK. Pemilihan responden pada penelitian ini yaitu remaja berusia 16-19 tahun atau pelajar SMA/SMK juga didukung dengan kemampuan bahwa remaja usia 16-19 tahun cenderung mahir menggunakan media sosial sehingga dapat mempermudah dalam pembagian survei menggunakan *google form*. Siswa SMK/SMA juga merupakan orang yang berpikiran kritis, terbuka, sehingga lebih mudah dalam menjawab berbagai pertanyaan.

### **1.2.2. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di kabupaten Klaten tepatnya di seluruh SMK/SMA yang berada di kabupaten tersebut baik swasta maupun negeri diantaranya adalah SMK Leonardo Klaten, SMAN 1, SMAN 2, SMAN 3, SMAN 1 Jogonalan, SMAN 1 Karangnongko, SMAN 1 Jatinom, SMAN 1 Karangnom, SMK Kristen 2, dan SMKN 3 Klaten. Berdasarkan data BPS Kabupaten Klaten 2021 pada tahun ajaran 2020/2021, jumlah siswa SMA secara keseluruhan di kabupaten Klaten ada 16.020 siswa sedangkan untuk siswa SMK ada 29.092 siswa (BPS Kabupaten Klaten, 2021).

Pada masa pandemi COVID-19 Klaten sendiri pernah mengalami lonjakan kasus hingga 4.400 orang yang terkonfirmasi positif COVID-19. Hingga saat ini, total ada sekitar 36.467 yang telah terkonfirmasi, dan 2.968 diantaranya meninggal dunia, dengan pertimbangan adanya kasus COVID-19 yang cukup banyak di Klaten, maka kuesioner penelitian akan disebarakan melalui *Google Form*. Pertimbangan lain mengenai lokasi penelitian adalah dimana kasus diabetes melitus di Klaten menempati proporsi yang paling besar dari seluruh penyakit tidak menular yang dilaporkan. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten (2018), kasus baru penyakit diabetes melitus di Klaten pada tahun 2018 mencapai 41.547 orang. Pada tahun 2019 jumlah penderita diabetes melitus di Klaten mencapai 37.485 orang (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2019). Jumlah penderita diabetes melitus di Klaten pada tahun 2020 dilaporkan memiliki jumlah yang sama dengan tahun sebelumnya (Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten, 2020). Berdasarkan data tersebut,

dapat disimpulkan bahwa prevalensi diabetes di Klaten masih cukup tinggi, maka untuk mencegah penyakit diabetes diperlukan upaya preventif pada anak usia remaja, dimana pada usia tersebut terjadi berbagai perubahan seperti emosional, psikososial yang mungkin akan berdampak pada pola konsumsi minuman kemasan yang berpemanis. Selain itu juga, karena tingginya prevalensi diabetes melitus di kota ini maka perlu juga melihat pengetahuan, kepatuhan dan sikap para remaja dalam membaca informasi nilai gizi dalam minuman kemasan yang mereka beli untuk membatasi konsumsi kalori dan gula yang berlebih.

### **1.2.3. Informasi Nilai Gizi**

#### **1.2.3.1. Pengertian Label Informasi Nilai Gizi**

Label informasi nilai gizi adalah informasi mengenai kandungan gizi dalam produk pangan yang disertai jumlah kandungan gizi dalam tiap sajian atau kemasan makanan (Codex, 2007).

#### **1.2.3.2. Tujuan Pelabelan Informasi Nilai Gizi**

Label informasi nilai gizi berfungsi sebagai bahan pertimbangan konsumen dalam membeli suatu produk makanan dan informasi yang dicantumkan dalam kemasan produk makanan sangat bermanfaat bagi konsumen yang membatasi jumlah asupan kalori maupun konsumen yang memiliki kondisi medis tertentu. Pelabelan informasi nilai gizi berfungsi untuk membantu konsumen agar dapat mengurangi kelebihan atau kekurangan asupan zat gizi yang dapat membawa akibat pada masalah kesehatan terkait dengan pola makan (Codex, 2007).

#### **1.2.3.3. Zat Gizi yang dicantumkan dalam Informasi Nilai Gizi**

Menurut BPOM dalam Pedoman Pencantuman Informasi Nilai Gizi pada Label Pangan Olahan 2021, zat gizi yang dicantumkan adalah energi total, lemak total, protein, karbohidrat total dan natrium, zat yang wajib dicantumkan dengan persyaratan tertentu seperti energi dari lemak, lemak jenuh, lemak trans, kolesterol, gula, vitamin A, C, kalsium, zat besi, zat yang ditambahkan/difortifikasi sesuai dengan ketentuan berlaku, zat lain yang pernyataannya (klaim) dicantumkan pada label, dan zat gizi yang dicantumkan sukarela yaitu energi dari lemak jenuh, MUFA, PUFA, kalium, serat pangan larut, serat pangan tidak larut, gula alkohol, karbohidrat lain, vitamin, mineral dan zat gizi lain (BPOM, 2021).

Tabel ING (Informasi Nilai Gizi) berisi informasi:

a. Takaran Saji

Jumlah zat gizi yang dicantumkan dalam satuan metrik (g, mg, ml) dan ukuran rumah tangga atau URT.

b. Jumlah Sajian per Kemasan

Jumlah takaran saji dalam suatu produk pangan.

c. Jenis dan Jumlah Kandungan Zat Gizi dan Zat Non Gizi

Zat gizi yang wajib dicantumkan diantaranya adalah jumlah energi dari lemak total, lemak total, lemak jenuh, protein, karbohidrat total yang meliputi gula, pati, serat pangan dan komponen karbohidrat yang lain, serta garam (natrium). Zat yang wajib dicantumkan dengan persyaratan tertentu antara lain yaitu lemak trans, kolesterol dan serat pangan. Zat gizi yang dapat dicantumkan antara lain antara lain energi dari lemak, energi dari lemak jenuh, lemak tidak jenuh tunggal dan ganda, serat pangan larut dan tidak larut, gula alkohol, vitamin dan mineral.

d. Persentase AKG

e. Catatan kaki.

Format penulisan label informasi nilai gizi menurut BPOM (2021) disampaikan dalam Gambar

1.

INFORMASI NILAI GIZI		
Takaran saji ... g atau ml (... URT)		
.... Sajian per Kemasan		
<b>JUMLAH PER SAJIAN</b>		
<b>Energi total</b>	...	<b>kkal</b>
Energi dari lemak	...	<b>kkal</b>
Energi dari lemak jenuh	...	<b>kkal</b>
		<b>% AKG*</b>
<b>Lemak total</b>	... E	... %
Kolesterol	... mg	
Lemak <i>trans</i>	... E	... %
Lemak tidak jenuh tunggal	... E	
Lemak tidak jenuh ganda	... E	
<b>Lemak jenuh</b>	... E	... %
<b>Protein</b>	... E	... %
Asam amino	... mg	
<b>Karbohidrat total</b>	... E	... %
Serat pangan	... E	... %
Serat pangan larut	... E	
Serat pangan tidak larut	... E	
Karbohidrat tersedia	... E	
<b>Gula</b>	... E	
Gula alkohol		
<b>Garam (Natrium)</b>	... mg	... %
<b>Vitamin dan mineral</b>		
Vitamin A		... %
Vitamin C		... %
Vitamin lain		... %
Kalium		... %
Kalsium		... %
Zat Besi		... %
Mineral lain		... %
Zat Nongizi		
Isoflavon	... mg	
*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.		

Gambar 1. Format Penulisan Label Informasi Nilai Gizi Menurut BPOM (2021)

## **1.2.4. Pengetahuan**

### **1.2.4.1. Pengetahuan secara Umum**

Pengetahuan merupakan hasil dari penginderaan terhadap objek tertentu. Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan (Budiman, 2013:4) :

1. Tingkat pendidikan. Seseorang dengan tingkat pendidikan yang tinggi, maka memiliki peluang menerima informasi dengan mudah.
2. Peran media massa.
3. Pengalaman sangat berkaitan dengan pendidikan dan umur, dimana semakin tinggi pendidikan maka akan memberikan pengalaman yang luas, semakin tua juga akan semakin banyak pengalaman yang didapatkan.
4. Sosial, budaya dan ekonomi.
5. Lingkungan.
6. Usia. Semakin bertambahnya usia maka akan berkembang pula pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan akan semakin membaik.

### **1.2.4.2. Pengetahuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi**

Pengetahuan gizi akan membuat konsumen lebih mudah dalam memahami manfaat dan efisiensi dalam membaca label informasi gizi. Pengetahuan yang baik dalam membaca label informasi nilai gizi akan mengarahkan pada perubahan perilaku yang baik dalam pemilihan produk pangan kemasan (Devi, 2013). Pengetahuan yang rendah menjadi hambatan konsumen untuk memahami dan menafsirkan label informasi nilai gizi sehingga berdampak terhadap ketidakmampuan atau kesulitan konsumen untuk memilih pangan yang sesuai dengan kebutuhan gizinya (McLean & Hoek, 2014). Jika responden memiliki angka pengetahuan cara membaca label informasi nilai gizi yang baik maka akan menurunkan *intake* makanan yang dikonsumsi dan dapat mengatur pola konsumsi yang baik disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing untuk mencapai status gizi yang normal (Graham, 2012)

## **1.2.5. Kepatuhan**

Kepatuhan membaca label informasi nilai gizi adalah kegiatan atau proses yang aktif meliputi proses pencarian informasi, evaluasi mengenai informasi yang didapatkan dan kemudian dijadikan pertimbangan dalam pembelian suatu produk pangan (Nayga, 1996). Tingkat kepatuhan responden



dalam membaca label informasi gizi ini merupakan suatu indikator untuk dapat mengetahui kebiasaan responden dalam membaca label informasi nilai gizi. Menurut Koziar dalam Afrianti (2021), ada beberapa faktor pengaruh dalam kepatuhan yaitu motivasi untuk hidup sehat, perubahan gaya hidup yang dibutuhkan, persepsi keparahan masalah kesehatan, upaya mengurangi penyakit, kesulitan untuk paham dan melakukan perilaku khusus dan tingkat gangguan penyakit.

## **1.2.6. Sikap**

### **1.2.6.1. Sikap secara Umum**

Sistem yang kompleks terdiri dari kepercayaan, perasaan, dan kecenderungan tindakan konsumen terhadap objek yang menjadikannya termasuk ke dalam aspek kognitif, afektif, dan konatif, serta bereaksi terhadap rangsangan (Anić, 2010).

### **1.2.6.2. Sikap Membaca Informasi Nilai Gizi**

Kecenderungan responden dalam berperilaku terhadap label informasi gizi produk pangan, perasaan atau kesan seseorang yang mempengaruhi pilihan makanan mereka (Cannoosamy et al., 2014). Sikap terhadap informasi nilai gizi diartikan sebagai perasaan individu, persepsi dan penilaian, positif atau negatif lainnya terhadap informasi nilai gizi dalam membuat pilihan minuman yang sehat.

## **1.2.7. Minuman Kemasan**

Minuman berbentuk cair atau bubuk yang tidak memiliki kandungan alkohol dan mengandung bahan makanan atau tambahan lainnya baik alami maupun sintesis yang dikemas dalam kemasan siap untuk dikonsumsi, biasanya dalam minuman kemasan menggunakan gula pemanis 1% - 12%. Minuman kemasan mengandung sukrosa, glukosa, atau fruktosa. Sukrosa adalah disakarida yang terdiri dari molekul glukosa dan fruktosa yang diikat oleh rantai  $\alpha$ -1,2, biasanya kandungan relatifnya sekitar 45% dalam minuman. Fruktosa memberikan kontribusi dalam bentuk akhir *glycation* yang menjadi faktor dari diabetes, proses penuaan, dan penyempitan dinding arteri (Kregiel, 2014). Minuman kemasan juga mengandung pemanis aspartam (E951), Acesulfame K (E950) yang merupakan turunan dari sukrosa dan bisa berubah menjadi atom klorin dari gabungan 3 hidroksil, Sakarin (E954), thaumatin (E957) dan stevioside (E960).

Jenis Minuman Kemasan :

1. Minuman Teh dalam Kemasan

Minuman dari teh (*Thea sinensis L*) dan air dengan penambahan gula, bahan tambahan dalam makanan yang sudah diizinkan.

2. Minuman Kopi dalam Kemasan

Minuman dari ekstrak kopi dan air minum dengan atau tanpa penambahan bahan tambahan dalam makanan yang sudah diizinkan.

3. Minuman Cokelat dalam Kemasan

Minuman dari cokelat atau kakao bubuk mengandung antioksidan yang dapat mengurangi pembentukan radikal bebas dalam tubuh.

4. Minuman Herbal

Minuman yang berasal dari bahan alami yang memiliki manfaat bagi tubuh, dibuat dari rempah-rempah atau bagian dari tanaman, seperti akar, batang, daun, bunga, atau umbi, biasanya berbentuk serbuk atau cair yang dibuat dari gula, rempah-rempah yang dijadikan satu tanpa bahan tambahan makanan lainnya. Biasanya kunyit, jahe, kencur, dan temulawak banyak dikonsumsi masyarakat sebagai minuman herbal.

5. Minuman Sari Buah dalam Kemasan

Minuman dari campuran air minum, sari buah atau campuran sari buah yang tidak difermentasi, dengan bagian lain dari satu jenis buah atau lebih, dengan atau tanpa penambahan gula, bahan pangan lainnya, bahan tambahan pangan yang diizinkan. Minuman sari buah yang banyak beredar dipasaran yaitu Nutrisari, Hore, Marimas, Segar Sari, Jas Jus, dll.

6. Minuman Kesehatan/ Berenergi

Minuman yang mengandung stimulan seperti kafein, guarana, taurin, variasi bentuk ginseng, *maltodextrin*, *carnitine*, *creatine*, dan ginkgo biloba (Alsunni, 2011).

7. Minuman Ringan Mengandung CO<sub>2</sub>

*Soft drink* terdiri dari *sugar-sweetened soft drink* terdiri dari zat pemanis gula, sedangkan *non-sugar soft drink* terdiri dari zat pemanis buatan.

8. Minuman Susu dalam Kemasan

Susu kemasan terdiri dari susu pasteurisasi dan susu fermentasi. Susu fermentasi dapat memperbaiki memperbaiki daya cerna laktosa, meningkatkan daya tahan alami terhadap infeksi dalam usus. Salah satu minuman susu fermentasi adalah yoghurt.

### **1.2.8. Pengaruh Faktor Demografi terhadap Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi**

Faktor demografi yang dapat berpengaruh terhadap tingkat pemahaman dan intensitas penggunaan label informasi nilai gizi diantaranya adalah :

#### **1. Jenis Kelamin**

Wanita akan cenderung lebih sering dalam menggunakan label informasi gizi daripada pria (Guthrie dkk., 1995; McLean-Meyinsse, 2001). Responden wanita juga lebih teliti dibandingkan dengan responden pria dalam memilih makanan kemasan sebelum memutuskan untuk membeli makanan kemasan (Devi, 2013).

#### **2. Usia**

Orang yang usianya semakin tua cenderung menggunakan label informasi nilai gizi lebih sering karena mereka lebih memperhatikan kesehatan di masa tua (Nayga, 1996; Drichoutis dkk., 2005). Orang yang lebih tua cenderung lebih waspada terhadap makanan yang akan dimakan. Orang yang lebih tua memiliki pola makan yang lebih ketat karena saran-saran pola hidup sehat dan permasalahan kesehatan yang rentan menimpanya. Oleh karena itu, mereka cenderung lebih sering menggunakan label informasi nilai gizi untuk mencari nutrisi yang tepat berdasarkan pertimbangan-pertimbangan kesehatan.

#### **3. Pendidikan**

Orang yang berpendidikan lebih tinggi lebih sering menggunakan label. Menurut (McLean-Meyinsee, 2001), orang yang berpendidikan tinggi cenderung lebih sering membaca label informasi nilai gizi dikarenakan tingkat pendidikan mereka membuat mereka lebih sadar akan pentingnya makanan yang bernutrisi dan pola makan secara sehat.

#### **4. Pendapatan**

Orang dengan pendapatan yang lebih tinggi juga ditemukan memiliki kebiasaan lebih sering menggunakan label informasi nilai gizi dibandingkan dengan orang yang memiliki pendapatan lebih rendah (McLean-Meyinsse, 2001). Orang yang memiliki pendapatan yang lebih tinggi memiliki kesempatan besar untuk memperbaiki penampilan dan pola makan dengan memilih makanan yang lebih sehat dan bernutrisi. Individu dengan pendapatan yang lebih rendah juga lebih cenderung memiliki lebih rendah tingkat pengetahuan gizi, yang terkait dengan penggunaan label informasi nilai gizi. (Campos,2011).

### **1.3. Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan, kepatuhan, dan sikap siswa-siswi SMA/SMK di Klaten dalam hal membaca label informasi nilai gizi produk minuman kemasan pada masa pandemi COVID-19.

#### **1.3.2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui hubungan antara karakteristik responden (tingkat pendidikan anak, ayah dan ibu serta pendapatan keluarga) dengan ketiga variabel utama (pengetahuan, kepatuhan dan sikap) membaca label informasi nilai gizi produk minuman kemasan pada siswa-siswi SMA/SMK di Klaten pada masa pandemi COVID-19.
2. Mengetahui hubungan antar parameter yaitu hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan, pengetahuan dengan sikap, dan kepatuhan dengan sikap siswa-siswi SMA/SMK di Klaten dalam hal membaca label informasi nilai gizi produk minuman kemasan pada masa pandemi COVID-19.
3. Mengetahui jenis minuman kemasan yang dikonsumsi dan frekuensi konsumsinya di masa pandemi COVID-19.