

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Secara umum, siswa SMA rata-rata menghabiskan waktu sekitar 8 sampai 9 berada di lingkungan sekolah dengan berbagai aktivitas. Siswa membutuhkan banyak asupan untuk memenuhi kecukupan zat gizi agar dapat menjalankan aktivitasnya dengan baik. Pemenuhan asupan di lingkungan sekolah dilakukan pada saat jam istirahat yang berlangsung dua kali yang bagi kebanyakan siswa dimanfaatkan untuk kegiatan makan dan jajan. Sebagian besar mereka mendapatkan makanan dengan cara membeli makanan di kantin sekolah atau oleh para pedagang makanan jajanan keliling. Jenis pangan yang diujakan cukup beragam seperti jajanan tradisional, minuman es, hingga berbagai pangan kemasan produksi pabrikan seperti chiki, roti, mie instan, minuman serbuk dan lain sebagainya.

Ditinjau dari pola makan, remaja yang dalam hal ini siswa SMA merupakan kelompok yang peka terhadap pengaruh lingkungan luar seperti maraknya iklan makanan siap santap dan pangan kemasan yang umumnya mengandung kalori tinggi, kaya lemak, tinggi natrium namun rendah serat. Hal ini memungkinkan terjadinya kasus kegemukan [1].

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 prevalensi kejadian obesitas pada umur ≥ 15 tahun dalam 10 tahun terakhir (Riskesdas 2007, 2013, 2018) selalu mengalami peningkatan yakni secara berturut-turut

18,8%, 26,6% dan 31% dan Provinsi D.I. Yogyakarta termasuk yang prevalensinya diatas angka nasional yakni >31% [2].

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi dan perubahan kebiasaan makan pada masa remaja adalah pengetahuan gizi yang rendah. Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan bahan makanan dan zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh [3].

Pada poin kedelapan pedoman gizi seimbang (PGS) yaitu “membiasakan membaca label gizi pada kemasan pangan” dapat mendukung tercapainya pedoman gizi seimbang poin kelima yaitu “membatasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak” dengan cara membantu konsumen untuk menentukan pilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi terutama terkait makanan dengan kandungan yang perlu dibatasi seperti gula, garam, dan lemak sehingga aman bagi kesehatan. Di Indonesia, informasi nilai gizi merupakan salah satu informasi yang wajib dicantumkan apabila label pangan memuat sejumlah keterangan tertentu sesuai dengan format yang telah ditetapkan ([4], [5]).

Sistem *traffic light* pada kemasan pangan merupakan suatu inovasi yang pertama kali dikenalkan dari Inggris yakni sistem pelabelan produk makanan dan minuman berkemasan yang menyertakan keterangan informasi kategori zat gizi pada empat jenis zat gizi utama yang terkandung dalam produk yakni; gula, lemak, lemak jenuh dan garam (natrium) yang diberi tanda dengan tiga warna berbeda (hijau, amber/oranye dan merah) yang berfungsi untuk memberikan keterangan kepada konsumen tentang sehat atau tidaknya produk tersebut untuk

dikonsumsi. Akan tetapi sistem *traffic light labelling* ini belum diberlakukan pada pangan kemasan di Indonesia.

Peneliti memilih SMAN 1 Gamping dan SMAN 1 Mlati sebagai lokasi penelitian dengan alasan pada saat peneliti melakukan studi pendahuluan diketahui bahwa kedua lokasi yang akan dijadikan lahan penelitian sama-sama sekolah yang mendapatkan akreditasi A dari Kemendikbud RI (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan), selain itu kondisi sekolah sangat memungkinkan untuk dilakukan penelitian karena di kedua sekolah tersebut belum pernah dilakukan penelitian kesehatan tentang pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan. Baik di SMAN 1 Gamping maupun SMAN 1 Mlati terdapat beberapa kantin yang menjajakan jajanan berupa makanan saji yang disediakan pemilik kantin dan berbagai makanan dan minuman kemasan yang mencantumkan label informasi nilai gizi seperti permen, snack, chiki, dan minuman serbuk. Ketika dilakukan wawancara pada siswa, banyak yang belum memahami tentang kandungan zat gizi apa saja yang terkandung dalam produk yang mereka beli.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap siswa/i SMAN 1 Gamping dan SMAN 1 Mlati untuk menilai pengetahuan terkait pemilihan pangan berkemasan dengan menggunakan media *traffic light card*, serta dari hasil penelusuran berbagai penelitian yang dilakukan terhadap informasi nilai gizi pada kemasan, peneliti belum menemukan adanya penelitian sejenis yang meneliti pengaruh media *traffic light card* terhadap pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan. Sehingga peneliti

berkeinginan untuk melakukan penelitian pada peserta didik tingkat SMA di SMAN 1 Gamping dan SMAN 1 Mlati.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh media *Traffic Light Card* terhadap pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh media *Traffic Light Card* terhadap pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui perbedaan skor pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media *Traffic Light Card*.
- b. Mengetahui perbedaan skor pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan sebelum dan sesudah penyuluhan tanpa media *Traffic Light Card*.
- c. Mengetahui pengaruh media *Traffic Light Card* terhadap pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian yang berjudul pengaruh media *light traffic card* terhadap pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan ini adalah bidang gizi masyarakat dan promosi kesehatan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Bagi Peneliti, dapat meningkatkan wawasan dan menambah pengalaman dalam melakukan penelitian serta menambah teori dan inovasi media dalam perkembangan ilmu gizi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Jurusan Gizi

Sebagai bahan referensi mengenai penggunaan *Light Traffic Card* terhadap cara pemilihan produk pangan berkemasan. Juga dapat dijadikan sebagai media pendidikan gizi pada mata kuliah Pendidikan dan Konsultasi Gizi, Konseling Gizi maupun bidang teknologi pangan.

b. Bagi Sekolah dan Para Siswa

Sebagai bahan pertimbangan kepada kepala sekolah dan guru dalam pengadaan pendidikan gizi di lingkup sekolah, serta agar para siswa dapat dengan bijak memilih jenis produk pangan kemasan yang akan dikonsumsi.

F. Keaslian Penelitian

Pengaruh penggunaan *Traffic Light Card* (TLC) terhadap cara pemilihan produk pangan berkemasan, diajukan karena belum ada penelitian yang serupa. Adapun beberapa penelitian yang memiliki kesamaan dengan penelitian ini diantaranya adalah:

1. Martha Puspita Sari (2016) dengan judul “Persepsi dan sikap konsumen terhadap penerapan *traffic light card* pada produk pangan kemasan”. Penelitian ini menggunakan metode *mixed researchs* yaitu survei yang bersifat eksploratif didukung data wawancara yang mendalam. Tujuannya adalah untuk mengetahui persepsi dan sikap konsumen terhadap penerapan *Traffic Light Card* (TLC) pada produk pangan kemasan. Hasil penelitian menunjukkan sebesar 86,3 persen dan 70,5 persen konsumen memiliki persepsi baik dan sikap baik terhadap penerapan TLC. Konsumen memiliki persepsi bahwa TLC mengandung informasi yang jelas, mudah digunakan, dan bermanfaat sebagai pedoman memilih pangan kemasan yang berkaitan dengan perilaku pencegahan penyakit degeneratif. Penelitian dilaksanakan di sebuah supermarket di Yogyakarta [6].

Adapun perbedaan dengan penelitian ini adalah terdapat pada variabel penelitian dan sampel. Variabel yang akan diteliti adalah pengetahuan pemilihan produk pangan kemasan, sedangkan sampelnya adalah siswa/i SMAN 1 Gamping dan SMAN 1 Mlati serta rancangan penelitian yang digunakan adalah *pre-test – post-test with control group design*.

2. Peter Scarborough, *et al* (2015) dengan judul “*Reds are more important than greens: how uk supermarket shoppers use the different information on a traffic light nutrition label in a choice experiment*”. Metode yang dilakukan pada penelitian ini adalah sistem perekrutan responden terhadap konsumen tetap (memiliki kartu member) yang sering berbelanja di sebuah supermarket di Inggris. Setelah wawancara dan pengisian kuesioner, responden diminta untuk membandingkan secara acak produk-produk yang dianggap lebih sehat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden mampu memilih produk makann terutama mengenai kandungan lemak jenuh dan natrium (garam). Para responden cenderung berpersepsi lebih penting menghindari produk yang berwarna merah daripada memilih produk yang berwarna hijau [7].

Adapun perbedaan dengan penelitian ini adalah terdapat pada variabel penelitian dan sampel. Variabel yang akan diteliti adalah menggunakan media *Traffic Light Card* (TLC), sedangkan sampelnya adalah siswa/i SMAN 1 Gamping dan SMAN 1 Mlati serta rancangan penelitian yang digunakan adalah *pre-test – post-test with control group design*.