

# Analisis perubahan pengetahuan terhadap praktik membaca label pangan dalam pencegahan kegemukan dan obesitas pada Ibu Rumah Tangga di Kelurahan Mampang Depok tahun 2011 = Analysis of changes in knowledge raktik reading dood labels in obesity and obesity prevention of Mother in Household in the year 2011 ward Mampang Depok

Woro Triastuti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20303500&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Label pangan adalah setiap keterangan mengenai pangan yang berbentuk gambaran, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lain yang disertakan pada pangan, dimasukkan ke dalam, ditempelkan pada, atau merupakan bagian dari kemasan pangan (PP No.9 tahun 1999). Pelabelan telah diperhatikan khusus pemerintah Indonesia. Hal ini telah dibuktikan dengan dikeluarkannya Undang-Undang tentang label makanan sejak tahun 1985, yang kemudian direvisi setelah melalui beberapa tahap dan kembali dipublikasikan sebagai acuan pelabelan untuk semua produk makanan atau minuman yang dijual di Indonesia yaitu dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 28 tahun 2004 tentang keamanan, mutu dan gizi pangan. Pangan kemasan harus memenuhi syarat keamanan, ini berarti proses pembuatannya perlu dilakukan secara berhati-hati dan wajib memenuhi standar keamanan pangan.

Obesitas adalah salah satu tantangan kesehatan yang paling menakutkan dari Abad 21 Hal ini terkait dengan 100-400.000 kematian per tahun. Antara 1986 dan 2000, prevalensi parah obesitas (indeks massa tubuh (IMT) 40 kg/m<sup>2</sup>) Empat kali lipat di Amerika. Dewasa dengan IMT 50 kg/m<sup>2</sup> (Super-obesitas) meningkat pada tahun 2000. Anak-anak dan remaja mengalami nasib serupa karena tidak membaca label pangan sebelum membeli. Di masa lalu 30 tahun, prevalensi kelebihan berat badan pada kelompok usia anak telah hampir tiga kali lipat. Saat ini, 9 juta anak usia lebih dari 6 tahun usia dianggap obesitas (Walker, 2005).

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga melalui media Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) yang tepat sehingga informasi ini dapat berkelanjutan. Metode yang digunakan pada intervensi ini yaitu pre eksperimental. Dimana sasaran mendapat perlakuan berupa penyuluhan untuk Ibu Rumah Tangga. Sebagai bagan evaluasi, diukur mengguakan pre test dan post test. Media yang digunakan berupa lembar balik bergambar, booklet, kartu simulasi (permainan ular tangga). Intervensi dilakukan selama 2 bulan (Oktober-November). Waktu dan tempat pelaksanaan disesuaikan berdasarkan kesepakatan dengan ibu rumah tangga dimasing-masing RW.

Intervensi dilakukan pada 15 RW pada lingkungan perumahan (05, 07, 08, 13 dan 15) yang meliputi 5 posyandu dan pada lingkungan pemukiman padat (01, 02, 03, 04, 06, 09, 10, 11, 12 dan 14) yang meliputi 11 posyandu. Ibu rumah tangga yang mengikuti penelitian sebanyak 155 orang, umur ibu rumah tangga dengan rata-rata (mean) 38 tahun lebih banyak 54% diatas 38 tahun, untuk distribusi status pekerjaan responden lebih banyak 79% responden yang tidak bekerja atau lebih banyak 77.4% matapencaharian responden sebagai ibu rumah tangga biasa, dan untuk distribusi pendidikan lebih banyak 56% responden

tamat pendidikan > 9 tahun.

Untuk status gizi responden diketahui lebih banyak yang obesitas 62% setelah pengukuran IMT dan praktik membaca label pangan responden yang menjawab Ya hasilnya berdasarkan beberapa kriteria antara lain : pentingnya membaca label pangan secara keseluruhan sebelum membelinya sebanyak 89% ; pentingnya membaca informasi kegunaan produk pada label pangan sebanyak 89% ; pentingnya membaca informasi tanggal kadaluarsa produk pada label pangan sebanyak 17% ; pentingnya membaca informasi komposisi dan nilai gizi produk pada label pangan sebanyak 53% ; jenis zat gizi untuk pencegahan kegemukan dan obesitas pada zat gizi makro (karbohidrat, protein dan lemak) sebanyak 88% dan pada zat gizi mikro (mineral dan vitamin) sebanyak 10% dapat dilihat hasil rata-rata nilai pre-test ibu rumah tangga sebesar 5,46 ada 50% dan post test sebesar 7,57 ada 59% dan retensi ibu rumah tangga sebesar 7,65 ada 56%.

Kesimpulannya yaitu, adanya perubahan pengetahuan yang signifikan dari hasil pre-test ke pos-test pada responden dengan nilai  $P=0,001$  atau  $P < 0.05$  pada variabel pengetahuan artinya ada perbedaan yang signifikan pengetahuan antara hasil pre-test dengan hasil pos-test. Berarti ada perubahan pengetahuan dari hasil pre-test ke hasil pos-test mengalami peningkatan yang signifikan. Adanya perubahan pengetahuan yang signifikan dari hasil pos-test ke retensi pada responden dengan nilai  $P=0,032$  atau  $P < 0.05$  pada variabel pengetahuan artinya ada perbedaan yang signifikan pengetahuan antara hasil pos-test dengan hasil retensi. Berarti ada perubahan pengetahuan dari hasil pos-test ke hasil retensi mengalami peningkatan yang signifikan. Untuk hubungan antara karakteristik (umur, status pekerjaan dan pendidikan) dengan pengetahuan (hasil pos-test) terhadap praktik membaca label pangan. Hasil uji statistik variabel umur dan status pekerjaan diperoleh nilai  $P>0.05$  yang berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara karakteristik (umur dan status pekerjaan) dengan pengetahuan (hasil pos-test) terhadap praktik membaca label pangan atau semua responden dengan perbedaan karakteristik yang dimiliki sama-sama mampu dalam membaca label pangan sebelum membeli. Untuk hasil uji statistik variabel status pendidikan diperoleh nilai  $P<0.05$  berarti ada hubungan yang bermakna antara karakteristik (pendidikan) dengan pengetahuan (hasil pos-test) terhadap praktik membaca label pangan atau hanya responden yang tamat pendidikan > 9 tahun memiliki kemampuan lebih baik dan teliti dalam membaca label pangan sebelum membeli.

.....Food label is any information about the food in the form of images, text, a combination of both, or other form that is included in the food, entered into, affixed to, or is part of the food packaging (PP # 9 in 1999). Labeling has been specifically noted the Indonesian government. It has been proved by dikeluarkannya Law on food labels since 1985, which was then revised after going through several stages and re-published as a reference labeling for all food or beverage products sold in Indonesia is the Indonesian Government Regulation number 28 year 2004 concerning security, food quality and nutrition. Food packaging must meet the security requirements, this means that the manufacturing process needs to be done carefully and must meet food safety standards.

Obesity is one of the most daunting health challenges of the 21st Century 100-400000 This is related deaths per year. Between 1986 and 2000, the prevalence of severe obesity (body mass index (BMI) 40 kg/m<sup>2</sup>) Four times in America. Adults with a BMI of 50 kg/m<sup>2</sup> (super-obese) increased in 2000. Children and adolescents experiencing a similar fate for not reading the food labels before buying. In the past 30 years, the prevalence of overweight children in the age group has nearly tripled. Currently, 9 million children aged

over 6 years of age are considered obese (Walker, 2005). This study aims to increase knowledge through the media housewife Communication, Information, Education and Communication (IEC) is appropriate that this information can be sustained. The method used in the pre-experimental intervention. Where the target extension to be treated Housewife. As the chart evaluation, measured uses the pre test and post test. Media used in the form of pictorial flip chart, booklets, cards simulations (games snake ladder).

Interventions carried out for 2 months (October-November). Time and place of execution adjusted by agreement with housewives enter the respective RW. Interventions carried out at 15 RW on housing environment (05, 07, 08, 13 and 15) which includes 5 posyandu and the environment pemungkiman solid (01, 02, 03, 04, 06, 09, 10, 11, 12 and 14) that includes 11 posyandu. The housewife who follow the research as much as 155 people, aged housewife with an average (mean) 38 years 54% more over 38 years, for the distribution of employment status of respondents 79% more respondents who are not working or 77.4% more livelihood respondents as an ordinary housewife, and for more educational distribution 56% of respondents completed education > 9 years.

For the nutritional status of the respondents who are obese are more known to 62% after IMT measurement and practice reading the food label of respondents who answered Yes the results based on several criteria, among others: the importance of reading food labels before buying a whole as much as 89%; the importance of reading the usefulness of the information on labels of food products as much as 89%; the importance of reading the information on food labels kadaluarsa product on as many as 17%; the importance of reading the composition and nutritional value information on the labels of food products as much as 53%; kinds of nutrients for the prevention of overweight and obesity in macro nutrients (carbohydrates, proteins and fats ) as much as 88% and the micronutrients (minerals and vitamins) can be seen as much as 10% of the average value of the pre-test housewife there is 50% for 5.46 and 7.57 for post test there are 59% and retention of women household of 7.65 there is 56%.

The conclusion is, there are significant changes in knowledge of the pre-test to post-test on the respondent with a value of  $P = 0.001$  or  $P < 0.05$  on the variables of knowledge means that there are significant differences in knowledge between pre-test results with the results of the post-test. Means there are changes in knowledge of the pre-test to post-test results has increased significantly. The existence of significant changes in knowledge of the results of the post-test to the retention of the respondents with a value of  $P = 0.032$  or  $P < 0.05$  on the variables of knowledge means that there are significant differences in knowledge between the post-test results with the results of retention. Means there are changes in knowledge of the post-test results to the results of retention has increased significantly. For the relationship between the characteristics (age, employment status and education) and knowledge (post-test results) against the practice of reading food labels. The results of statistical tests variables age and work status obtained  $P$  values > 0.05 which means there is no significant relationship between the characteristics (age and employment status) with knowledge (post-test results) against the practice of reading the food label or all of the respondents held the same characteristic differences are both capable of reading food labels before buying. For the statistical test results obtained by educational status variable  $P$  value < 0.05 means there is a significant association between the characteristics (education) and knowledge (post-test results) against the practice of reading food labels, or only of respondents who completed education > 9 years of age have better abilities and meticulous

in reading food labels before buying.