

Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi di Kalangan Mahasiswa

Siti Zahara, Triyanti

Abstrak

Berdasarkan hasil kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN), di Indonesia label pangan masih kurang mendapat perhatian dari konsumen. Hanya sekitar 6,7% konsumen yang memperhatikan kelengkapan label produk pangan yang mereka beli. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepatuhan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia membaca label informasi zat gizi dan komposisi makanan kemasan serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Penelitian dengan desain potong lintang (*cross sectional*) ini dilakukan terhadap 215 responden. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa variabel yang berhubungan bermakna dengan kepatuhan membaca label informasi zat gizi adalah status pekerjaan ayah (OR = 2,44), sikap kesehatan dan label produk pangan (OR = 2,824), perencanaan makanan (OR= 2,27), pembelanja makanan (OR= 2,33), dan keterpaparan dengan informasi (OR= 2,171). Variabel yang berhubungan bermakna dengan kepatuhan membaca label komposisi adalah status pekerjaan ayah (OR= 2,116), pembelanja makanan (OR= 1,906), dan penerimaan harga produk pangan (OR= 0,152).

Kata kunci : Tingkat kepatuhan, label informasi zat gizi.

Abstract

According to the results of the study by National Consumer Protection Institute, food label have been paid less attention from customers in Indonesia where only 6.7% consumers consider about the label. This study aims to know the level compliance to read the nutrition information and composition on food packages and its determinat factors among students in the Faculty of Public Health, University of Indonesia. This cross sectional study was conducted on 215 respondents. Results of the research shows that variables with significant relationship to food label compliance are father's job status (OR = 2.443), attitudes toward health and food label (OR = 2.824), eating planner (OR= 2.274), food shopper (OR = 2.335), exposure to media (OR= 2.171). Variables that have significant relationship to composition compliance are father's job status (OR = 2.116), food shopper (OR= 0.036), and acceptance to food price (OR= 0.152).

Key words : Level compliance, the nutrition information.

Selama satu dekade terakhir terjadi peningkatan perhatian pada label nutrisi produk makanan yang terkait dengan peningkatan jumlah kasus obesitas akibat konsumsi makanan yang tidak baik. Hal tersebut berdampak pada peningkatan jumlah penyakit yang berhubungan dengan konsumsi makanan seperti penyakit jantung koroner, diabetes melitus, hipertensi dan kanker. Sejak tahun 1980, di negara-negara seperti Amerika Utara, Inggris dan Eropa Timur kejadian obesitas meningkat 3 kali lipat bahkan lebih.¹

Berdasarkan laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, prevalensi obesitas umum secara nasional mencapai 19,1% yang meliputi 8,8% berat badan lebih dan 10,3% obesitas. Terdapat lima provinsi yang mempunyai prevalensi obesitas umum paling tinggi dan berada di atas prevalensi obesitas nasional. Provinsi tersebut adalah Kalimantan Timur yang terdiri dari berat badan lebih (11,6%) dan obesitas (11,9%), Maluku Utara dengan berat badan lebih (10,1%) dan obesitas (14,3%), Gorontalo dengan berat badan lebih (11,2%) dan obesitas (15,1%), DKI Jakarta dengan berat badan lebih (11,9%) dan obesitas (15%) serta Sulawesi Utara dengan berat badan lebih (14,1%) dan obesitas 19,1%.²

Hasil kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) menyatakan bahwa di Indonesia label produk pangan masih kurang mendapat perhatian dari konsumen. BPKN menemukan hanya 6,7% konsumen yang memperhatikan kelengkapan label makanan.³ Menurut Asmaiyar,⁴ penelitian tentang kepatuhan konsumen membaca label pangan juga masih jarang dilakukan. Penelitian Asmaiyar,⁴ pada konsumen di pasar Kebayoran Lama Jakarta Selatan menemukan bahwa tingkat kepatuhan membaca label pangan masih rendah yaitu 45% dari 120 konsumen yang menjadi responden.

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 7 Tahun 1996 tentang Pangan, label pangan adalah setiap keterangan tentang pangan yang berbentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lain yang disertakan pada pangan, dimasukkan ke dalam, ditempelkan pada, atau merupakan bagian kemasan pangan.⁵ Informasi yang keberadaannya penting bagi konsumen pada suatu label pangan adalah label informasi komposisi dan nilai zat gizi. Label komposisi adalah keterangan tentang jenis bahan yang digunakan dan ditambahkan dalam proses produksi pangan.⁶ Informasi nilai gizi yang dalam bahasa Inggris dikenal sebagai *nutrition panel* atau *nutrition fact* adalah contoh informasi yang wajib dicantumkan apabila label pangan memuat sejumlah keterangan tertentu.⁷

Senauer, Asp dan Kinsey, mengungkapkan, penggunaan label informasi zat gizi diasumsikan sebagai aktifitas konsumen dalam pencarian informasi seperti yang tertera pada kemasan produk. Aktivitas ini merupakan suatu proses yang aktif, yang terdiri dari perilaku melihat sebagai usaha pencarian informasi, mengevaluasi infor-

masi yang ada untuk kemudian dijadikan bahan pertimbangan dalam pengambilan keputusan membeli produk makanan.⁸ Definisi ini kemudian diasumsikan sebagai definisi kepatuhan membaca label informasi zat gizi dan komposisi pada penelitian ini.

Menurut Drichoutis, Lazaridis, dan Nayga,⁹ faktor-faktor yang diduga dapat mempengaruhi penggunaan label informasi zat gizi dapat dikelompokkan menjadi beberapa kategori, meliputi karakteristik individu seperti: umur, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan, situasi, sikap dan perilaku. Faktor yang berpengaruh meliputi pendapatan, status bekerja, status diet, sikap terhadap pola makan, perencanaan dan pembelanja makanan, persepsi terhadap rasa, zat gizi, serta harga produk makanan, pengetahuan dan motivasi.⁹

Perilaku membaca label dapat digunakan sebagai salah satu tindakan preventif dan promotif upaya memelihara kesehatan. Penelitian ini bertujuan mengetahui tingkat kepatuhan masyarakat dalam membaca label informasi zat gizi, komposisi produk pangan kemasan serta faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku tersebut.

Metode

Populasi penelitian yang menggunakan rancangan penelitian *cross sectional* (potong lintang) ini adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia (UI). Seharusnya mereka sudah mempunyai perilaku membaca label produk makanan sebagai salah satu wujud perilaku preventif dan promotif yang merupakan konsep utama ilmu kesehatan masyarakat. Jenis varian yang diteliti adalah S1 reguler 2006-2008 dan S1 program studi gizi tahun 2008, mengingat angkatan lain, 2003-2005 sedang melakukan magang dan skripsi.

Data yang digunakan meliputi data sekunder yang didapatkan dari bagian akademik FKM UI meliputi latar belakang pendidikan dan status pekerjaan ayah responden. Data primer didapatkan dari pengisian instrumen kuesioner oleh responden. Analisis data yang digunakan meliputi analisis univariat untuk mendapatkan gambaran setiap variabel dan analisis bivariat untuk mengidentifikasi variabel yang diduga berhubungan dengan variabel dependen kepatuhan membaca label dan komposisi zat gizi. Analisis bivariat dilakukan dengan metode uji *chi square* dengan nilai $\alpha = 0,05$.

Besar sampel minimal penelitian ini dihitung berdasarkan rumus uji hipotesis proporsi untuk dua populasi dengan tingkat kepercayaan uji 95% dan tingkat kekuatan uji 80%. Perkiraan proporsi didapatkan dari studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa ekstensi 2008, Nilai $p_1=75\%$ adalah proporsi mahasiswa yang patuh membaca label informasi zat gizi dan pernah terpapar dengan media. Nilai $p_2=56,3\%$ adalah proporsi yang patuh membaca label informasi zat gizi dan tidak

Tabel 1. Distribusi Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi dan Komposisi

Kepatuhan	Label Informasi Zat Gizi		Komposisi	
	N	%	N	%
Patuh	84	39,1	83	38,6
Tidak patuh	131	60,9	132	61,4
Total	215	100,0	215	100,0

Tabel 2. Analisis Bivariat Determinan Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi

Variabel	Kategori	Nilai p
Umur	>=19 26 tahun	0,924
Jenis Kelamin	Wanita Pria	0,315
Latar Belakang Pendidikan Ayah	> SMA <= SMA	0,146
Status Pekerjaan Ayah	Tetap Tidak tetap	0,014
Pengetahuan Gizi dan Label Makanan	Baik Kurang	0,157
Sikap Terhadap Kesehatan & Label Makanan	Baik Kurang	0,001
Perencana Makanan	Iya Tidak	0,056
Pembelanja Makanan	Iya Tidak	0,006
Status Diet	Iya Tidak	0,080
Keterpaparan Media Informasi	Pernah Tidak pernah	0,032
Penerimaan Harga Produk	Penting Tidak penting	0,250
Penerimaan Rasa Produk	Penting Tidak penting	0,381
Penerimaan Kandungan Zat Gizi Makanan	Penting Tidak penting	1,000

pernah terpapar dengan media. Berdasarkan perhitungan didapatkan jumlah sampel minimal 100 responden. Dengan demikian, jumlah ukuran sampel yang diperoleh dikalikan dengan dua, sehingga sampel minimal yang ada menjadi 200. Pada penelitian ini jumlah sampel adalah 220 orang. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik sampel acak sederhana (*simple random sampling*) dengan kerangka sampel daftar nama mahasiswa/angkatan. Sebelum dilakukan pemilihan, terlebih dahulu dilakukan alokasi proporsional pada masing-masing kelompok angkatan yang akan menjadi sampel. Dari 220 kuesioner yang digunakan, didapatkan 215 kuesioner yang kembali dan memenuhi kelengkapan, sehingga sampel pada penelitian ini berjumlah 215 orang.

Variabel independen yang diteliti dikelompokkan menjadi karakteristik individu dan karakteristik faktor situasi. Faktor individu meliputi: umur, jenis kelamin, status pekerjaan. Faktor situasi, sikap dan perilaku

meliputi: sikap terhadap kesehatan, perencanaan, pembelanja makanan, status diet, dan keterpaparan media informasi mengenai label, serta penerimaan terhadap harga, kandungan zat gizi dan rasa dari suatu produk makanan. Penggunaan variabel status pekerjaan dan latar belakang pendidikan ayah diasumsikan untuk melihat status ekonomi dari responden.

Hasil

Kepatuhan membaca label informasi zat gizi dan kepatuhan membaca label komposisi terdistribusi sama besar. Mahasiswa yang patuh membaca label informasi zat gizi dan komposisi masing-masing adalah 39,1% dan 38,9% (Lihat Tabel 1).

Variabel yang berhubungan secara bermakna dengan kepatuhan membaca label informasi zat gizi dengan nilai $p < 0,05$ meliputi pekerjaan ayah, sikap terhadap kesehatan dan label makanan perencanaan makanan, pembelanjaan makanan dan keterpaparan media informasi (Lihat Tabel 2).

Variabel yang berhubungan secara bermakna dengan kepatuhan membaca label komposisi dengan nilai $p < 0,05$ meliputi pekerjaan ayah, pembelanjaan makanan dan penerimaan harga produk (Lihat Tabel 3).

Pembahasan

Tingkat kepatuhan responden membaca label informasi zat gizi dan komposisi zat gizi dikalangan mahasiswa FKM UI masih tergolong rendah. Hanya sekitar 39,1% mahasiswa yang patuh membaca label informasi zat gizi dan 38,9% yang patuh membaca label komposisi. Hasil survei *The Ministry of Agriculture, Fisheries and Food* (MAFF),¹⁰ tahun 2000 tentang pandangan masyarakat Inggris tentang pelabelan makanan menemukan hanya 42% responden yang membaca label komposisi dan 43% yang membaca label informasi.

Kepatuhan membaca label informasi dan komposisi zat gizi yang rendah terjadi karena hambatan usaha pencarian informasi. Salah satu penghambat adalah ketidaktertarikan terhadap informasi yang dapat disebabkan oleh pemahaman tentang label yang kurang. Informasi pada label zat gizi dan komposisi jauh lebih banyak dan kompleks. Selain itu, istilah yang digunakan sulit dan tidak akrab didengar masyarakat. Menurut Edcoms,¹¹ banyak konsumen yang tidak yakin dengan informasi zat gizi yang penting. Beberapa responden merasa kurang yakin tentang konsumsi zat gizi seperti gula, garam, dan lemak akan berdampak pada kesehatan mereka. Dalam *coi communication*,¹¹ di Inggris *synovate* menemukan beberapa responden tidak akrab dengan istilah dalam pelabelan gizi seperti sodium.

Responden yang patuh membaca label informasi zat gizi berumur $\geq 19,26$ tahun proporsi pria yang patuh membaca label informasi zat gizi dan komposisi lebih be-

Tabel 5. Analisis Bivariat Tingkat Kepatuhan Membaca Label Komposisi

Variabel	Kategori	p Value
Umur	>=19,26 th < 19, 26 th	0,945
Jenis kelamin	Wanita Pria	0,137
Latar belakang pendidikan ayah	> SMA <= SMA	0,840
Status pekerjaan ayah	Tetap Tidak tetap	0,059
Pengetahuan gizi dan label makanan	Baik Kurang	0,308
Sikap terhadap kesehatan dan label makanan	Baik Kurang	0,479
Perencana makanan	Iya Tidak	0,308
Pembelanja makanan	Iya Tidak	0,056
Status diet	Iya Tidak	0,780
Keterpaparan media informasi	Pernah Tidak pernah	0,635
Penerimaan harga produk	Penting Tidak penting	0,004
Penerimaan rasa produk	Penting Tidak penting	0,074
Penerimaan kandungan zat gizi makanan	Penting Tidak penting	1,000

sar daripada wanita. Status pekerjaan ayah berhubungan secara signifikan dengan kepatuhan membaca label informasi zat gizi dan komposisi. Namun, latar belakang pendidikan ayah tidak berhubungan signifikan dengan kepatuhan membaca label informasi zat gizi dan komposisi zat gizi. Grossman dalam Nayga,⁸ mengatakan penurunan status kesehatan terjadi bersamaan dengan peningkatan usia. Individu yang lebih tua lebih memperhatikan zat gizi yang dimakan untuk peningkatan derajat kesehatan. Sementara, menurut Dricoutis, L dan Nayga,⁹ banyak studi menemukan bahwa wanita lebih memungkinkan menggunakan label informasi zat gizi. Hal tersebut mungkin disebabkan oleh banyak laki-laki yang tidak setuju menggunakan informasi zat gizi penting dalam memilih makanan.⁸ Namun, hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Dricoutis, Lazaridis dan Nayga. Hal tersebut mungkin disebabkan oleh; Pertama, distribusi responden yang kurang heterogen, kelompok wanita jauh lebih banyak daripada pria. Selain itu, ada hubungan yang signifikan antara status diet dengan jenis kelamin responden (nilai *p value* 0,049). Proporsi pria yang melakukan diet (19,2%) lebih tinggi daripada wanita (6,9%). Kebutuhan berdiet mungkin menyebabkan laki-laki menjadi lebih patuh membaca label informasi produk pangan daripada wanita.

Menurut Numark-Stainer dan Hnna,¹² status sosial ekonomi dapat diukur berdasarkan tingkat pendidikan orang tua dan situasi ekonomi keluarga. Pada penelitian

ini variabel status pekerjaan dan latar belakang pendidikan ayah merupakan indikator bagi penentuan status ekonomi responden. Status pekerjaan dan latar belakang pendidikan yang baik dari ayah akan dapat menjamin tercukupinya kebutuhan konsumsi. Status pekerjaan yang tidak tetap seperti pedagang dan nelayan, kurang dapat menjamin tercukupinya kebutuhan, karena penghasilan yang tidak pasti. Dengan penghasilan yang tetap dan terjamin oleh orang tua, responden tidak lagi berfikir tentang harga, tetapi lebih memperhatikan kandungan zat gizi suatu produk, sehingga cenderung lebih memperhatikan informasi yang tercantum pada kemasan makanan.

Kepatuhan membaca label informasi zat gizi dan komposisi zat gizi ditemukan lebih tinggi pada responden yang berpengetahuan baik. Menurut Dricoutis, Lazaridis dan Nayga,⁹ pengetahuan gizi akan mempermudah memahami dan membaca label gizi. Pengetahuan gizi akan mempermudah memahami manfaat dan membaca label makanan secara efisien. Bender dan Derby menemukan hubungan antara pengetahuan gizi atau persepsi tentang pengetahuan dengan perilaku membaca informasi zat gizi tertentu.⁹

Kepatuhan membaca label informasi zat gizi dan komposisi zat gizi ditemukan lebih tinggi pada responden yang bersikap baik daripada yang kurang baik. Ditemukan hubungan bermakna antara faktor perencana makanan dengan kepatuhan membaca label informasi zat gizi. Kepatuhan juga cenderung lebih besar pada responden yang melakukan aktivitas berbelanja daripada yang tidak. Selain itu, meskipun variabel status diet tidak berhubungan bermakna dengan kepatuhan membaca label informasi zat gizi, dan komposisi zat gizi, tetapi proporsi membaca informasi ditemukan lebih tinggi pada responden yang ber status diet tertentu. Keterpaparan media informasi tentang label makanan berhubungan signifikan dengan perilaku membaca label informasi zat gizi

Menurut Petrucelli dalam Nayga,⁸ keefektifan penggunaan label informasi zat gizi sangat tergantung pada persepsi dan kepercayaan konsumen terhadap zat gizi tersebut. Nayga⁸ menambahkan, jika konsumen tidak percaya pada label informasi zat gizi yang tertera pada kemasan makanan maka mereka akan lebih sedikit membaca label makanan. Persepsi berpengaruh terhadap pembentukan perilaku, persepsi dan kepercayaan yang dinyatakan berhubungan bermakna dengan terbentuknya perilaku.⁸

Menurut Dricoutis, Lazaridis dan Nayga,⁹ responden yang mengaku merencanakan dan memilih sendiri jenis produk makanan kemasan yang akan dibeli/dikonsumsi lebih sedikit membaca label informasi zat gizi terutama informasi tentang kalori dan kolesterol. Hal ini mungkin disebabkan karena mereka lebih mementingkan rasa dari produk yang ada.⁹ Menurut Dricoutis, Lazaridis, dan

Nayga menyampaikan bahwa studi-studi menunjukkan hubungan positif antara status diet saat ini dengan membaca label informasi zat gizi. Umumnya konsumen melakukan diet tertentu bukan disebabkan oleh situasi medis tertentu, tetapi lebih disebabkan oleh kesadaran hidup sehat yang tinggi. Konsumen yang merasa penting untuk hidup dengan sehat atau peduli pada diet yang sehat dan diet yang berhubungan dengan penyakit tertentu akan lebih banyak membaca label informasi zat gizi. Secara lebih spesifik konsumen tersebut memiliki ketertarikan lebih tinggi pada informasi zat gizi kalori, gula dan lemak.⁹

Nayga menuliskan teori perilaku konsumen, dimana konsumen akan dimotivasi untuk lebih mencari/membaca suatu informasi bila konsumen memiliki keterlibatan yang tinggi dengan sumber informasi tersebut. Celsi dan Olson dalam Nayga,¹³ menyebutkan konsumen yang menghabiskan lebih banyak waktu untuk membaca informasi menunjukkan peningkatan keterlibatan. Sumber informasi dapat berdampak positif pada perilaku membaca label. Drichoutis melanjutkan sumber informasi ditemukan memiliki dampak pada pengetahuan responden mengenai zat gizi. Pernah atau tidaknya responden terpapar dengan media informasi secara langsung dapat meningkatkan pengetahuan responden mengenai label. Dengan adanya peningkatan pengetahuan ini diharapkan akan terjadi perubahan positif pada perilaku konsumen.¹

Penerimaan Produk Makanan

Penerimaan terhadap produk pangan didefinisikan sebagai penerimaan konsumen secara keseluruhan terhadap atribut atau kriteria spesifik yang terdapat pada makanan kemasan.¹ Menurut Rose dan Thayer anggapan konsumen terhadap pentingnya berbagai sifat yang terkait dengan suatu produk, seperti rasa, harga dan zat gizi, telah diasumsikan berkaitan dengan perilaku membaca label makanan karena pengaruh penting sifat ini dalam memutuskan untuk membeli suatu makanan.⁹ Penelitian ini menemukan bahwa proporsi responden yang patuh membaca label lebih banyak pada responden yang menganggap harga produk makanan tidak penting daripada yang menganggap penting. Konsumen yang menganggap harga produk sebagai faktor penting secara umum lebih sedikit yang membaca label gizi.⁹

Hasil penelitian menemukan bahwa persentase responden yang patuh membaca label lebih banyak pada responden yang merasa makanan tidak penting daripada yang menganggap penting. Penelitian Nayga menemukan responden yang mementingkan rasa makanan lebih sedikit yang membaca informasi tentang kandungan zat gizi. Hal ini mungkin terjadi karena tidak ada hubungan positif antara rasa dan perilaku membaca label.⁸

Responden yang beranggapan zat gizi penting lebih banyak yang membaca ke sembilan konten zat gizi yang

terdapat dalam label informasi.⁸ Penelitian lain menegaskan bahwa responden yang beranggapan zat gizi penting memiliki sikap terhadap label yang baik karena setuju dengan semua pernyataan sikap tentang label yang diajukan.¹³

Kesimpulan

Tingkat kepatuhan membaca label informasi zat gizi dan komposisi zat gizi pada mahasiswa FKM UI umumnya masih rendah untuk label informasi zat gizi (39,1%) dan untuk label komposisi zat gizi (38,9%). Kecenderungan untuk patuh membaca label informasi zat gizi ternyata lebih tinggi pada responden dengan status kerja ayah tetap, memiliki sikap kesehatan dan label produk pangan yang baik, perencanaan makanan, pembelian makanan, dan pernah terpapar dengan informasi label. Sementara, kecenderungan patuh membaca label komposisi akan lebih tinggi pada responden dengan status kerja ayah tetap, seorang pembeli makanan lebih rendah pada responden yang menganggap harga makanan sebagai kriteria penting dalam membeli produk.

Saran

Meningkatkan pengetahuan tentang membaca label informasi zat gizi dan komposisi pada mahasiswa melalui seminar dan diskusi ilmiah. Pendekatan lain adalah memasukkan topik pelabelan pangan ke dalam mata kuliah wajib fakultas. Bagi pemerintah dan LSM, data ini dapat menjadi tolak ukur menilai perilaku membaca label informasi zat gizi, komposisi dan kedaluwarsa yang ada di masyarakat, sehingga perlu dilakukan survei tentang perilaku membaca label produk pangan di masyarakat. Program pendidikan dan pengenalan label produk pangan dan cara membaca dan memahami informasi yang terdapat di dalamnya juga perlu dilakukan di masyarakat. Pendidikan ini dapat dilakukan melalui iklan layanan masyarakat seputar label produk pangan yang mudah untuk dipahami oleh masyarakat. Sehingga, masyarakat menjadi tahu dan menyadari informasi penting yang terdapat pada suatu produk makanan yang mereka beli.

Daftar Pustaka

1. Drichoutis, Lazaridis, dan Nayga. Nutritional food label use: a theoretical and empirical perspective. 98th eaae seminar. [edisi 2006, diakses tanggal 3 Februari 2009].
2. Departemen Kesehatan RI. Laporan hasil riset kesehatan dasar riskesdas indonesia tahun 2007. Jakarta: Kiat Nusa; 2008.
3. Badan Perlindungan Konsumen Nasional. Hasil kajian bkpn di bidang pangan terkait perlindungan konsumen [edisi 2007, diakses tanggal 8 November 2008]. Diunduh dari: <http://www.indonesia.go.id>.
4. Asmaiyar. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumen membaca label produk pangan di Pasar Kebayoran Lama Jakarta

- Selatan tahun 2003 [tesis]. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia; 2004.
5. Karmini M dan Dodik B. Acuan label gizi. Prosiding angka kecukupan gizi dan acuan label gizi widyakarya nasional pangan dan gizi vii 2004. Jakarta: Badan POM; 2004.
 6. Badan POM. Panduan label pangan [edisi 2004, diakses tanggal 12 Mei 2008].
 7. Badan POM. Panduan label gizi [edisi 2005, diakses tanggal 12 Mei 2008].
 8. Nayga & Rodolf. Determinants of consumers' use of nutritional information on food packages. *Journal of Agricultural Economics Association* [edisi 1996, diakses tanggal 3 Februari 2009].
 9. Drichoutis, Lazaridis, dan Nayga. Consumer's use of nutritional labels: a review of research studies and issues. *Academy of Marketing Science Review* [edisi 2006, diakses tanggal 3 Februari 2009]. 2006 (9).
 10. MAFF. Consumers attitudes to food labeling [edisi 2006, diakses tanggal 3 Februari 2009]. Diunduh dari: <http://archive.food.gov.uk/maff/archive/food/bulletin/2000/no118/label.htm>.
 11. Edcoms. Review and analysis of current literature on consumer understanding of nutrition and health claims made on food [edisi 2007, diakses tanggal 3 Februari 2009]. Diunduh dari: www.edcoms.co.uk
 12. Neumark-sztainer dan d.,hannan, p.j. Weight-related behaviors among adolescent girls and boys. *Arch Pediatric Adolescent Med.* 154: 569-77.
 13. Nayga & Rudolfo. Toward understanding of consumers' perceptions of food labels. *International food and agriculture management review.* [edisi 1999, di akses tanggal 3 Februari 2009]