

## ABSTRAK

Pengetahuan gizi pada masyarakat mengenai produk pangan kemasan dapat dipengaruhi oleh label produk pangan tersebut. Salah satu informasi yang sering luput dari pengamatan konsumen adalah informasi nilai gizi. Hasil dari berbagai penelitian menyatakan bahwa mahasiswa cenderung kurang memiliki kebiasaan dalam membaca label informasi nilai gizi. Konsumsi beberapa zat gizi dilaporkan lebih rendah pada responden yang membaca label pangan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi dengan konsumsi zat gizi di kalangan mahasiswa.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Responden adalah mahasiswa Prodi Statistika Fakultas Sains dan Teknologi dan mahasiswa Prodi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat angkatan 2013-2015 Universitas Airlangga sejumlah 48 mahasiswa sebagai sampel. Responden diminta untuk mengisi kuesioner mengenai karakteristik, pengetahuan dan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi kemudian dilakukan wawancara mengenai makanan dan minuman yang dikonsumsi selama 2 hari sebelumnya menggunakan metode *food recall 2x24* jam. Hubungan antar variabel dianalisis statistik menggunakan *chi square* dan *T-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 56,25% responden telah memiliki pengetahuan yang baik tentang label informasi nilai gizi. Tidak ada hubungan yang bermakna antara karakteristik responden yakni usia, uang saku, status diet, tingkat pendidikan ayah dan ibu dan keterpaparan media informasi dengan pengetahuan tentang label informasi nilai gizi kecuali jenis kelamin. Tidak ada hubungan yang bermakna antara karakteristik responden berupa usia, jenis kelamin, uang saku, status diet dan tingkat pendidikan ayah dan ibu dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi kecuali keterpaparan media informasi. Rata-rata konsumsi zat gizi berupa energi, protein, karbohidrat, lemak dan natrium pada responden tergolong rendah jika dibandingkan dengan AKG. Diketahui bahwa rata-rata konsumsi zat gizi pada kelompok dengan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi lebih rendah daripada kelompok yang tidak memiliki kebiasaan tersebut kecuali protein.

Kesimpulan yang dapat ditarik adalah responden perempuan memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang label informasi nilai gizi dibandingkan dengan responden laki-laki. Selain itu, responden yang terpapar media informasi memiliki kebiasaan membaca label informasi nilai gizi. Saran penelitian ini yaitu diperlukan peningkatan edukasi utamanya pada mahasiswa laki-laki mengenai label informasi nilai gizi.

Kata kunci : pengetahuan, kebiasaan, konsumsi zat gizi, label informasi nilai gizi