

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) 2024, melaporkan prevalensi obesitas global terus meningkat. Orang dewasa meningkat dari 1,9 miliar (13%) pada 2016 menjadi 2 miliar (39%) pada 2020 dan 2,5 miliar (43%) pada 2022. Remaja meningkat dari 31 juta pada 1990 menjadi 160 juta pada 2022. Anak dibawah usia 5 tahun ada 37 juta pada 2022. Sementara itu prevalensi obesitas nasional, berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, melaporkan pada kelompok usia 5 – 12 tahun sebesar 7,8%, usia 13 – 15 tahun sebesar 4,1%, usia 16 – 18 tahun sebesar 3,3%, usia diatas 18 tahun sebesar 23,4% dan angka ini menunjukkan adanya penurunan yang cukup signifikan dibandingkan dengan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, melaporkan pada kelompok usia 5 – 12 tahun 9,2%, usia 13 – 15 tahun sebesar 4,8%, usia 16 – 18 tahun sebesar 4%, usia diatas 18 tahun sebesar 29,3%. Dengan demikian, terjadi penurunan sebesar 1,4% pada usia 5 – 12 tahun, 0,7% pada usia 13 – 15 dan 16 – 18 tahun serta 5,9% pada usia diatas 18 tahun.

Obesitas umumnya disebabkan oleh pola makan dan aktivitas fisik (Ester, 2020). Hasil penelitian Maharani dkk, (2020) pada anak SD aktivitas fisik ringan memiliki risiko obesitas lebih tinggi 82,2% dibandingkan 17,8% yang melakukan aktivitas fisik sedang. Lebih lanjut pada hasil penelitian Telisa dkk, (2020) pada remaja konsumsi fast food sering memiliki risiko obesitas lebih tinggi 54,2%

dibandingkan 45,8% yang jarang mengonsumsi fast food, aktivitas fisik ringan memiliki risiko obesitas lebih tinggi 60,2% dibandingkan 39,8% yang melakukan aktivitas fisik berat. Lebih lanjut pada hasil penelitian Annurullah dkk, (2021) pada pekerja yang berjalan atau bersepeda untuk datang ke kantor ≥ 15 menit memiliki risiko obesitas lebih rendah dibandingkan dengan menggunakan kendaraan bermotor dan konsumsi pangan tidak beragam memiliki risiko obesitas lebih tinggi sebanyak 62% pekerja dibandingkan 30,8% pekerja yang konsumsi pangan beragam.

Obesitas dapat menyebabkan beberapa penyakit berdasarkan penelitian Suwinawati dkk, (2020) DM tipe 2 cenderung lebih tinggi dialami responden obesitas 78,4% dibandingkan 21,6% responden tidak obesitas. Lebih lanjut pada hasil penelitian Yunita dkk, (2021) 691 responden yang mengalami hipertensi terdapat 71,9% responden obesitas dan 49,2% responden tidak obesitas. Lebih lanjut pada hasil penelitian Iqmy dkk, (2021) kanker payudara cenderung lebih tinggi dialami responden obesitas 88,4% dibandingkan 44,8% responden tidak obesitas. Lebih lanjut pada hasil penelitian Azzahra dkk, (2022) stroke cenderung lebih tinggi dialami responden obesitas 2,2% dibandingkan 1,6% responden tidak obesitas. Lebih lanjut pada hasil penelitian Arumsari dkk, (2024) 450 responden yang mengalami penyakit jantung koroner terdapat 1,85% responden obesitas dan 1,25% responden yang tidak obesitas.

Asupan serat yang rendah dapat menyebabkan obesitas (Binar, 2021). Hasil penelitian Gina Amalia, (2023) status gizi obesitas akibat kurang asupan serat sebanyak 86,7% dibandingkan 13,3% dengan asupan serat baik. Lebih lanjut pada

hasil penelitian Jeser dkk, (2021) kurangnya asupan sayur dapat berisiko obesitas lebih tinggi 89% dibandingkan dengan 11% yang cukup konsumsi. Lebih lanjut pada hasil penelitian Monzalitza dkk, (2021) kurangnya asupan buah dapat berisiko obesitas lebih tinggi 68,2% dibandingkan dengan 31,8% yang cukup konsumsi. Di era sekarang banyak orang lebih memilih makanan cepat saji karena dianggap praktis dan mudah didapat (Purnamaningsih, 2023). Hasil penelitian Sumiyati dkk, (2022) kebiasaan konsumsi *fast food* memiliki risiko obesitas lebih tinggi 81,8% dibandingkan dengan 18,2% yang jarang mengonsumsi *fast food*. Selain itu kemajuan teknologi, transportasi, dan peralatan rumah tangga membuat orang jadi malas bergerak (Sembiring, 2020). Hasil penelitian Hamalding dkk, 2019 terdapat hubungan antara screen time (bermain gadget) dengan status gizi remaja dengan nilai $p=0,035$. Lebih lanjut pada hasil penelitian Sembiring dkk, 2020 aktivitas fisik pasif seperti duduk, menonton tv, main handphone berisiko obesitas lebih tinggi 75% dibandingkan dengan 25% yang aktif bergerak.

Salah satu upaya kementerian kesehatan untuk menekan kejadian obesitas yaitu dengan membuat buku Panduan Pelaksanaan Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas (GENTAS) guna pengendalian obesitas yang bekerjasama dengan lintas program, lintas sektor, organisasi profesi, lembaga swadaya masyarakat dan dunia usaha. Salah satu dasar hukum dari GENTAS yaitu Permenkes No. 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi seimbang (PGS) yang berisi 4 pilar dan 10 pesan umum. 4 Pilar PGS seperti mengonsumsi beragam jenis pangan, membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat, melakukan aktivitas fisik, serta menjaga dan memantau berat badan ideal.

Anjuran latihan fisik bagi penderita obesitas yaitu melakukan aerobik dengan waktu ≥ 150 menit/minggu (setara dengan ≥ 30 menit/per hari selama seminggu) bertujuan untuk mengurangi lemak abdomen dan menurunkan berat badan. Selain itu, juga melakukan anaerobik sebanyak 3 – 4 kali/minggu dengan durasi selama 60 menit berguna untuk menjaga dan menurunkan berat badan (Oroh, 2021). Lebih lanjut pada hasil penelitian Utomo dkk, (2012) senam aerobik terbukti menurunkan berat badan sebesar 66,78%, lemak tubuh sebesar 86,42%, dan kadar kolesterol sebesar 27,67%.

Anjuran makan bagi penderita obesitas dengan mengurangi energi 300 – 500 Kkal/hari dan untuk karbohidrat 50 – 55%, protein 15 – 25%, lemak tidak lebih dari 30% dari total energi, serat tinggi yaitu ≥ 25 gram/hari (Mahan, 2016). Hasil penelitian Nabila dkk, (2021) diet tinggi serat terutama serat larut air antara lain seperti kacang-kacangan, biji-bijian, jeruk, brokoli dapat menambah rasa kenyang di dalam tubuh sehingga menekan keinginan untuk makan. Lebih lanjut pada hasil penelitian Sachriani dkk, (2021) roti tawar substitusi tepung oatmeal mengandung serat 7,16%, lebih tinggi dibandingkan dengan roti tawar yang beredar di pasaran hanya sekitar 2,6%.

Anjuran pada PGS selain aktivitas fisik dan pola makan pada pesan gizi seimbang pesan ke - 8 juga dianjurkan untuk membiasakan membaca label pada kemasan makanan. Hasil penelitian Linnasiputri dkk, (2024) perilaku membaca label gizi dengan baik memiliki status gizi normal 61,4% sedangkan perilaku membaca kurang baik terdapat pada status gizi lebih sebanyak 38,6%.

Ketidaksesuaian ditemukan dalam produk IRTP yang berada di Kabupaten Pandeglang sebanyak 78,61% yang tidak sesuai dengan teknis pencantuman label, sebanyak 72,25% tidak sesuai dengan keterangan minimum label, serta sebanyak 87,43% tidak sesuai dengan keterangan lain pada label dan 90,57% keterangan yang dilarang (Munggarani, 2025). Klaim berlebihan ditemukan dalam produk suplemen *whey protein* dengan kandungan protein dan gula tidak sesuai dengan yang tertulis di label kemasan (Dzulfian Syafrian, 2025). Hasil evaluasi dari penelitian pendahulu ditemukan fakta bahwa masih kurang kesadaran pelaku usaha di Indonesia terhadap pelabelan dan klaim gizi terutama Informasi Nilai Gizi (ING) pada label produk pangan serta terbatasnya penelitian mengenai pencantuman label, klaim gizi, dan ING. Oleh karena itu, diperlukan kajian penelitian lebih lanjut mengenai label, informasi nilai gizi dan klaim gizi terutama pada produk oatmeal sesuai dengan peraturan terbaru yaitu perubahan pada PerBPOM No. 31 Tahun 2018 yang diatur pada PerBPOM No. 20 Tahun 2021, PerBPOM No. 26 Tahun 2021, syarat mutu pangan sebagai makanan diet untuk mengontrol berat badan berdasarkan SNI 01 – 4216 – 1996 dan CXS – 181 – 1991, PerBPOM No. 1 Tahun 2022, perubahan pada PerBPOM No. 1 Tahun 2018 yang diatur pada PerBPOM No. 24 Tahun 2022.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana kesesuaian label, informasi nilai gizi dan klaim gizi pada produk oatmeal tinggi serat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis kesesuaian label, informasi nilai gizi dan klaim gizi pada produk oatmeal tinggi serat

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis kesesuaian label sesuai dengan PerBPOM No. 31 Tahun 2018 tentang label pangan olahan, dan perubahan pada PerBPOM No. 31 Tahun 2018 yang diatur pada PerBPOM No. 20 Tahun 2021
- b. Menganalisis kesesuaian informasi nilai gizi dengan PerBPOM No. 26 Tahun 2021, Syarat mutu pangan sebagai makanan diet untuk mengontrol berat badan berdasarkan SNI 01 – 4216 – 1996 dan CXS – 181 – 1991
- c. Menganalisis kesesuaian klaim gizi dengan PerBPOM No. 1 Tahun 2022, PerBPOM No. 1 Tahun 2018 tentang pengawasan pangan olahan untuk keperluan gizi khusus, dan perubahan pada PerBPOM No. 1 Tahun 2018 yang diatur pada PerBPOM No. 24 Tahun 2022

D. Manfaat Penelitian

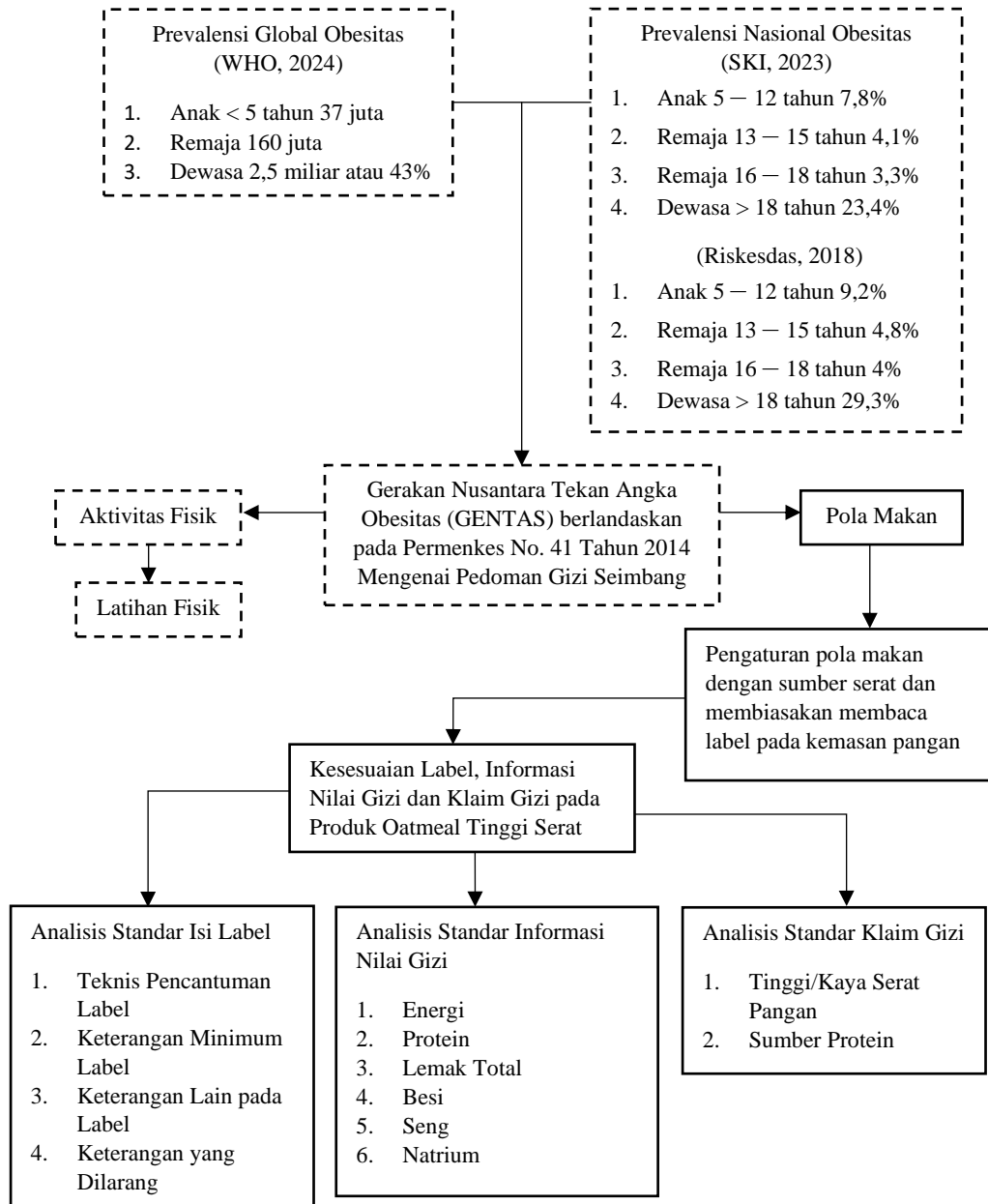
1. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kesesuaian isi label informasi nilai gizi dan klaim gizi pada produk oatmeal dengan klaim tinggi serat dengan regulasi yang sudah ditetapkan pemerintah, dengan harapan masyarakat lebih teliti dan bijak dalam memperhatikan label produk pangan sebagai pertimbangan saat membeli produk.

2. Manfaat Keilmuan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah pengetahuan pembaca, sehingga dapat lebih memahami mengenai label pangan dan klaim gizi pada produk oatmeal dengan klaim tinggi serat yang aman dan bermutu untuk dikonsumsi

E. Kerangka Konsep



Keterangan:

: Variabel yang diteliti

: Variabel yang tidak diteliti