

ABSTRACT

Background: The use of nutrition facts in Indonesia is very low. Theory Health Belief Model (HBM) can be used to see consumer behavior towards the use of nutrition facts. In this study, researchers wanted to see how the behavior of reading nutrition facts for UGM students because UGM is currently a healthy campus.

Objective: To explore the behavior of reading nutrition facts on packaged food and beverage at UGM students based on the HBM Theory.

Method: This study used qualitative research with a case study approach. Place of research conducted in the Special Region of Yogyakarta. The subjects in the study were active UGM students from the health and non-health klusters. Data was collected through photovoice.

Results: UGM students read labels, but only a few read nutrition facts always and often. Students perceived susceptibility include having family history of the disease and having risky behavior that can trigger non-communicable diseases. Perceived seriousness, namely the impact of seriousness in the form of a threat to health and life. Perceived benefits consist of health benefits and non-health benefits. Perceived barriers are laziness, reading labels taking time, not being used to it, low education and socialization, the format of nutrition facts and small writing, and hidden locations. Cues of action in this study were experience and encouragement from oneself, information from the health web, Google, social media, influencers, and encouragement from parents and friends.

Conclusion: Each component of the HBM theory plays a role in making students adopt the behavior of reading nutrition facts. The component in this study the strongest is the perceived susceptibility, and is supported by the perceived benefits. In addition, barriers related to low of knowledge are the main obstacles to reading nutrition facts for students.

Keywords: Nutrition Facts, student, Health Belief Model

ABSTRAK

Latar Belakang: Penggunaan label informasi gizi di Indonesia masih sangat rendah. Teori *Health Belief Model* (HBM) dapat digunakan untuk melihat perilaku konsumen terhadap penggunaan label informasi gizi. Pada penelitian ini peneliti ingin melihat bagaimana perilaku membaca label gizi pada mahasiswa UGM yang saat ini kampusnya merupakan kampus sehat.

Tujuan: Mengeksplorasi perilaku membaca label informasi gizi makanan dan minuman kemasan pada mahasiswa ugm berdasarkan Teori HBM

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Tempat penelitian dilakukan di Daerah Istimewa Yogyakarta. Subjek dalam penelitian merupakan mahasiswa aktif UGM dari kluster kesehatan dan non kesehatan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan *photovoice*.

Hasil: Mahasiswa ugm membaca label namun hanya sedikit yang selalu dan sering membaca label gizi. Persepsi kerentanan mahasiswa yaitu memiliki riwayat penyakit dari keluarga dan memiliki perilaku berisiko yang dapat memicu penyakit tidak menular. Persepsi keseriusan yaitu dampak keseriusan berupa ancaman terhadap kesehatan dan kehidupan. Persepsi manfaat terdiri dari manfaat kesehatan dan manfaat non kesehatan. Persepsi hambatan yaitu rasa malas, membaca label memakan waktu, tidak terbiasa, kurang edukasi dan sosialisasi, format label gizi dan tulisan yang kecil, serta letak yang tersembunyi. Isyarat untuk bertindak pada penelitian ini yaitu pengalaman dan dorongan dari diri sendiri, informasi dari web kesehatan, google, sosial media, *influencer*, serta dorongan dari orang tua dan teman.

Kesimpulan: Setiap komponen pada teori HBM berperan dalam membuat mahasiswa mengadopsi perilaku membaca label gizi. Komponen pada penelitian ini yang paling kuat yaitu persepsi kerentanan, serta didukung oleh persepsi manfaat. Selain itu, hambatan terkait pengetahuan yang kurang merupakan penghambat utama untuk membaca label gizi pada mahasiswa.

Kata kunci: Label informasi gizi, mahasiswa, HBM